



## CLERMONT ■ Samedi, journée d'animations de lutte contre l'obésité

# Être gourmand de bien-être

Dans le cadre de la **Journée européenne de lutte contre l'obésité**, des animations gratuites sont proposées, samedi à Clermont, pour une autre vision de l'obésité. Zumba, marche nordique et cuisine au menu.

Michèle Gardette

michele.gardette@centrefrance.com

En Auvergne, 195.000 personnes souffrent d'obésité. Un fléau de santé publique qui fera l'objet, samedi à Clermont-Ferrand d'une journée d'animations, dans le cadre de la Journée européenne de lutte contre l'obésité. Une première dans la métropole régionale. À travers cette manifestation très éclectique, « nous souhaitons montrer que la problématique de l'obésité ne se résume pas à un problème de poids, d'où des activités correspondant à l'approche actuelle de la prise en charge pluridisciplinaire », souligne le professeur Yves Boirie, président de Caloris, Centre auvergnat de l'obésité et des risques de santé (\*), qui organise la journée de samedi.

**Stands, jeux.** Ainsi, des actions de prévention et de promotion de la santé, de



**LUDIQUE.** Des animations, des ateliers de zumba, marche nordique, cuisine, des stands d'information pour aborder la problématique complexe de l'obésité et du surpoids. PHOTO RICHARD BRUNEL

l'activité physique et d'une alimentation équilibrée se dérouleront en continu de 10 à 18 heures, place de la Victoire, sous la forme d'animations ouvertes au grand public. Des stands avec des animateurs sensibiliseront de façon ludique et interactive aux recommandations diététiques et d'activité physique. Avec notamment des jeux de société...

**Dépistages.** Des dépistages de l'obésité, du diabète et de l'hypertension artérielle, des tests de

niveau de forme seront également proposés toute la journée. Les professionnels de santé informeront aussi des possibilités de prise en charge dans l'ensemble de la région.

**Zumba, marche nordique, cuisine.** Enfin, vous pourrez tester la marche nordique, la zumba ou encore participer à un atelier de cuisine « Goût et équilibre » ou un autre d'apprentissage à la lecture des étiquettes de produits alimentaires. Des initiations et découvertes gratuites pour rester gour-

mand de bien-être et de bonne santé.

(\* Caloris est une association née en 2012 au cœur du service de nutrition du CHU de Clermont-Ferrand, qui coordonne la prise en charge de l'obésité en région via les structures de soins et les hôpitaux périphériques.

**Pratique.** Pour les ateliers, s'inscrire le samedi sur place à partir de 10 heures au stand Caloris, place de la Victoire : cours de zumba en plein air à 13 heures et 13 h 45 ; initiation à la marche nordique départs 11 heures et 16 heures ; atelier cuisine à 15 heures 1, rue Tranchée-des-Gras (gratuit).