



[www.tmc.tv](http://www.tmc.tv)

Date : 22/05/2014

## Alimentation et santé : préparons-nous à la 5e Journée européenne de l'Obésité !

Par : -

Deux sujets reviennent souvent sur le tapis : l'alimentation et la santé. À une époque où les industriels nous séduisent avec leurs créations, arrive la 5e **Journée européenne de l'Obésité**.



Gardez bien cette date en mémoire, chers lecteurs, le 23 mai 2014. En effet, il s'agira de la 5e **Journée européenne de l'Obésité**. La sensibilisation à une **alimentation** saine pour une bonne **santé** est un combat au quotidien, d'autant plus que cela nous concerne tous, même à l'heure du goûter.

Une problématique sera principalement mise en avant durant cette **Journée européenne de l'Obésité**. Il s'agit de la sédentarité des enfants, couplée à une alimentation peu ou pas équilibrée. Outre l'encouragement des parents à s'adonner à de l'exercice avec leur progéniture, l'opération vise également à leur apprendre à manger. Le but est de se faire plaisir en gardant la **santé**.

Suite logique de cette opération, 17 villes seront arpentées par une armée de bénévoles d'octobre à juin prochain. Ces 150 jeunes effectueront une mission de *service civique* en allant à la rencontre de

## Évaluation du site

Le site de la chaîne de télévision TMC propose la grille des programmes ainsi qu'une sélection de vidéos, l'actualité des films ainsi qu'un blog.

Cible  
Grand Public

Dynamisme\* : 11

\* pages nouvelles en moyenne sur une semaine



la population. Dans les quartiers populaires, ils expliqueront comment transformer une alimentation saine en atout santé, cela, au quotidien, en plus d'un peu de sport. La **Journée européenne de l'Obésité** ne s'arrête pas à une date et ses effets perdurent dans le temps.

Il y a une liste de petits gestes anodins que vous pouvez pratiquer dans la vie de tous les jours. Ces derniers vous permettront de garder la forme, tout en prenant soin de votre *organisme*. Cette machine extraordinaire a en effet besoin d'être entretenue grâce à une alimentation saine. En apprenant à manger et bouger correctement, vous pourrez oublier la fatigue, l'abattement et les ennuis de **santé**. Vivement la **Journée européenne de l'Obésité** !