

AUTRE PISTE POUR BOUGER

En dehors de ces programmes de thérapie, la Fondation Sportsmile organise aussi des cours d'activités physiques adaptées pour les enfants en surpoids de 6 à 18 ans.

L'objectif est de découvrir de nouveaux sports, d'améliorer sa forme physique et d'avoir du plaisir à bouger sans se soucier du regard des autres.

Les sports sont adaptés aux capacités de l'enfant et de l'adolescent. Nous proposons par exemple des cours de multisport, badminton, volley-ball, aquagym, danse, capoeira.

INSCRIPTIONS

Fondation Sportsmile

Madame Florence Raimondi
Case postale 2323
1211 Genève 2

Tél. 079 772 43 66
raimondif@sportsmile.ch
www.sportsmile.ch



SPORTSMILE

INSCRIPTIONS

Hôpitaux universitaires de Genève

Département de l'enfant et de l'adolescent
Madame Suzanne Duperrex
Rue Willy Donzé 6
1211 Genève 14

Tél. 022 382 45 40 / 022 382 31 45
suzanne.duperret@hcuge.ch
<http://contrepoids-hug.ch>

Réseau de soins Delta

Madame Joëlle Coclet-Ninin
3 route de Loëx
1213 Onex

Tél. 022 879 50 55
coclet-ninin@reseau-delta.ch
www.reseau-delta.ch



janvier 2009

VOTRE ENFANT EST EN SURPOIDS?



contrepoids

Delta
réseau de soins

HUG
Hôpitaux Universitaires de Genève

PROGRAMMES DE SOINS

L'excès de poids constitue un sérieux problème de santé car il entraîne des complications médicales (système cardiovasculaire, diabète, articulations...). Il touche de plus en plus d'enfants et d'adolescents...

D'où l'importance de réagir ... à temps !

Venez participer aux programmes Contrepoids, fruits d'une collaboration entre le Département de l'enfant et de l'adolescent des Hôpitaux universitaires de Genève (HUG), le Réseau de soins Delta et la Fondation Sportsmile.

OBJECTIFS

Dans un premier temps, ces programmes visent à stabiliser le poids pendant la croissance et à améliorer les habitudes de vie afin de prévenir ces complications.

L'objectif est de vous motiver, vous informer et vous soutenir, vos enfants et vous-même, en vue d'adopter des habitudes de vie saine à long terme.

IMPORTANT: tout enfant en surpoids est bienvenu dans ces programmes.

DÉROULEMENT

Les programmes ont lieu à Genève, à l'Hôpital des enfants ou à Onex avec le Réseau de soins Delta.

Ils comprennent:

- > une phase intensive de 6 mois puis un suivi jusqu'à 12 mois.
- > des séances animées par des pédiatres, diététiciennes, maîtres d'éducation physique, psychologues, pédopsychiatres et infirmières spécialisés
- > des activités physiques adaptées
- > une évaluation globale de la santé



Ces programmes sont subventionnés et seule une modeste participation (10%) est demandée.

ENFANT 8-11 ANS

Ce programme concerne les enfants et leurs parents. Il inclut:

- > deux cours de sport adapté par semaine
- > des séances éducatives soit en groupe soit en individuel.

ADOLESCENT 12-18 ANS

Ce programme s'adresse aux adolescents et les parents participent à certaines séances. Il inclut:

- > deux cours de sport adapté par semaine
- > des séances éducatives soit en groupe soit en individuel.

