

# Lutter contre l'obésité en s'amusant

**SAINT-DENIS.** Hier était célébrée la journée mondiale de lutte contre l'obésité. La clinique de Sainte-Clotilde, accompagnée de l'association Vers une nouvelle vie et de l'hôpital des enfants, a souhaité sensibiliser le public.

Quatre Réunionnais sur dix souffrent d'obésité.

Différences instance se mobilisent donc, chaque année, pour combattre ce fléau. Hier, à l'occasion de la journée mondiale de lutte contre l'obésité, différents stands étaient installés au parc de la Trinité, à Saint-Denis. Parmi les animateurs : des diététiciens qui proposaient des ateliers ludiques. Leur objectif était de sensibiliser le public à une composition équilibrée de goûter. Les ingrédients disponibles pour leur "quatre heures" : des fruits, des laitages, ou encore des biscuits au chocolat.

Priscilla Dambreville, diététicienne, a présenté "la quantité de sucre contenue dans les produits industriels pour pouvoir orienter les participants vers des aliments équilibrés." Ce sont donc plutôt les laitages ou les fruits qu'il fallait privilégier pour avoir une bonne note. "Les petits gâteaux doivent, eux, rester des plaisirs occasionnels."

## CONFRÉRIÉ DES TOQUES BLANCHES

Plus de 150 enfants sont pris en charge à l'hôpital des enfants pour lutter dès le plus jeune âge contre l'obésité. La confrérie culinaire

des Toques Blanches s'est attelée en cuisine, hier, au parc de la Trinité. Au menu : poulet au margoz et au curcuma, rougail tomates, zourite, morue au chou blanc ; et en dessert, un gâteau tison agrémenté d'un coulis de goyavier. "Le tout sans huile et sans sucre", précise Jean-François Sadeyen, président de la confrérie.

En complément des conseils nutritionnels, plusieurs activités sportives étaient proposées par Jérôme Robert, l'éducateur physique. Petits et grands ont donc pu s'amuser sur le terrain de football miniature ou au tir à l'arc. Pour perdre du poids, le professionnel recommande du sport "à petite mesure pour sortir de la sédentarité et progressivement augmenter le niveau."

Sans mettre l'activité physique de côté, certains ont une alternative. C'est le cas de Sandrine qui a été opérée d'une sleeve. Cette chirurgie consiste à réduire l'estomac.



De nombreux ateliers ont été mis en place pour sensibiliser sur la question de l'obésité (photo SLY).

L'ancienne obèse a perdu plus de 62 kilos et en est fière. "C'est un changement total, c'est une nouvelle vie", se réjouit-elle. Sandrine prend désormais plaisir à randonner et découvrir son île. Elle a également renouvelé sa garde-robe pour "mettre en valeur sa féminité en portant des robes, ce qui

était impossible auparavant." Pour Nadège Maniama, présidente de l'association Vers une nouvelle vie, il est important d'accompagner les patients après ce type d'opération. Les membres de l'association sont donc les relais. "Nos adhérentes pètent la forme, elles ont de nouveau confiance en elles", indique

la présidente. Sandrine encourage les personnes qui souffrent de leur surpoids à se faire opérer. Mais elle l'avertit, cette étape peut être douloureuse physiquement : "Si on croit que c'est plus facile qu'un régime classique, il ne faut pas le faire !"

Audrey Dorique

## Jean-Jacques Martial dédicace

**SAINT-PIERRE.** Jean-Jacques Martial, l'un des premiers "enfants de la Creuse" à avoir dénoncé et rendu public ce scandale, a écrit un livre sur le sujet : "Une enfance volée" qui a été rééditée en 2014. À l'occasion de la fête des mères, Jean-Jacques Martial dédicacera son ouvrage, samedi 26 mai, à Saint-Pierre. La séance aura lieu de 15 à 17 heures à la FNAC Epicéa, avenue des Indes.

**Vendredi 25 mai à 13h30**  
**Salle Marie Thérèse Vitry**  
**à Trois-Bassins**

**ALON!**  
**KOZÉ!**

**Nout'**  
**Culture**

**Les rencontres des Etats Généraux de la Culture**  
Participez aux débats - échanges spectacles...

**avec la Compagnie**  
**Baba Sifon**



Programmation sur [www.regionreunion.com](http://www.regionreunion.com)



LA RÉUNION  
POSITIVE!

