

Marchez et mangez malin!

Les HUG sont partenaires du programme genevois pour la promotion d'une alimentation saine équilibrée et d'une activité physique régulière.

Les chiffres sont alarmants. En Suisse, plus d'un adulte sur trois et un enfant sur cinq présentent un excès de poids. Or, la surcharge pondérale entraîne des complications cardiovasculaires, respiratoires, ostéo-articulaires ou un diabète. Face à l'ampleur du problème, le Conseiller d'Etat en charge du département de l'économie et de la santé, Pierre-François Unger, vient de signer un contrat de collaboration d'un montant de 920 000 francs avec Joachim Eder, Président du Conseil de Fondation de Promotion Santé Suisse (PSS). Echelonnée sur quatre ans, cette somme vise à soutenir le programme *Marchez et mangez malin!* du plan cantonal genevois de promotion de la santé et de prévention. Genève

s'inscrit comme le 17^e canton à bénéficier de l'appui de Promotion Santé Suisse dans le cadre de sa stratégie nationale de promotion d'un poids corporel sain.

Partenaires multiples

« Coordonné par la direction générale de la santé en collaboration avec quatorze partenaires institutionnels et associatifs, ce programme vise à promouvoir un cadre de vie et des comportements favorables à une alimentation saine et à une activité physique régulière. Comportant vingt-cinq projets, il cible prioritairement les enfants de 0 à 10 ans. A travers eux, il s'adresse également aux parents et aux personnes-relais », précise Elisabeth Débenay, cheffe du service de la prévention et de la promotion de la santé à la direction générale de la santé (DGS). Les actions proposées mettent en avant neuf recommandations, parmi lesquelles se déplacer à pied ou à vélo le plus souvent possible, limiter le temps devant la télévision et autres comportements sédentaires, manger cinq fruits et légumes par jour, remplacer les « régimes miracle » par une

bonne hygiène de vie ou encore respecter les sensations de faim et de satiété.

Programme Contrepoids

Parmi les différents partenaires du projet, citons les Hôpitaux universitaires de Genève et son programme de soins *Contrepoids* qui vise à promouvoir une activité physique régulière et une alimentation équilibrée pour tous, ainsi qu'à optimiser la prise en charge des personnes en surpoids. « Le mode de vie des enfants est souvent lié à celui de la famille qu'il faut aussi motiver, éduquer et soutenir », explique la Dre Nathalie

Farpour-Lambert, médecin adjointe au département de l'enfant et de l'adolescent et présidente du programme de soins *Contrepoids* qui vient de recevoir 110 000 francs de PSS pour développer un concept de formation pour les professionnels de la santé.

A noter aussi que les programmes thérapeutiques *Contrepoids* destinés aux enfants en surpoids s'étendent maintenant à Onex en collaboration avec le Réseau Delta et la Fondation Sportsmile. Ils le seront ensuite dans d'autres communes à la rentrée scolaire.

Paola Mori

SAVOIR +

Programme contrepoids Inscriptions

HUG: 022 382 45 40

Onex: 022 879 50 57

contrepoids.hug-ge.ch

www.reseau-delta.ch

JULIEN GREGORIO / STRATES



Le programme *Marchez et mangez malin!* vise à promouvoir un cadre de vie et des comportements favorables à une alimentation saine et à une activité physique régulière.

Publicité

Hospitalisation à domicile (HAD)



4, rue des Cordiers, 1207 Genève
Fax: 022 420 64 81 – médicalbip: 022 320 20 35
E-mail: sospharmaciens@sospharm.int.ch

24h sur 24 au 022 420 64 80
Remboursée par l'assurance de base

Le réseau de soins

- 1 **Le médecin** – de l'hôpital ou de la ville – prescrit.
- 2 **SOS Pharmaciens** prépare les médicaments injectables, le matériel nécessaire et dispense au domicile du patient.
- 3 **L'infirmière** administre les médicaments.
- 4 **L'équipe** – médecin, pharmacien, infirmière – assure le suivi et adapte ses prestations aux besoins du patient.

Exemples de traitements

Antibiotiques intraveineux, chimiothérapie, traitement antalgique, soins palliatifs, nutrition entérale et parentérale, hydratation, etc.

Service de pharmaGenève – www.pharmageneve.ch