

## ROLLER-KID

# Une alternative au régime

*Le programme Roller-Kid fête, en ce moment, son 4<sup>e</sup> anniversaire. Une manière ludique et efficace d'aborder le surpoids chez l'enfant et l'adolescent.*

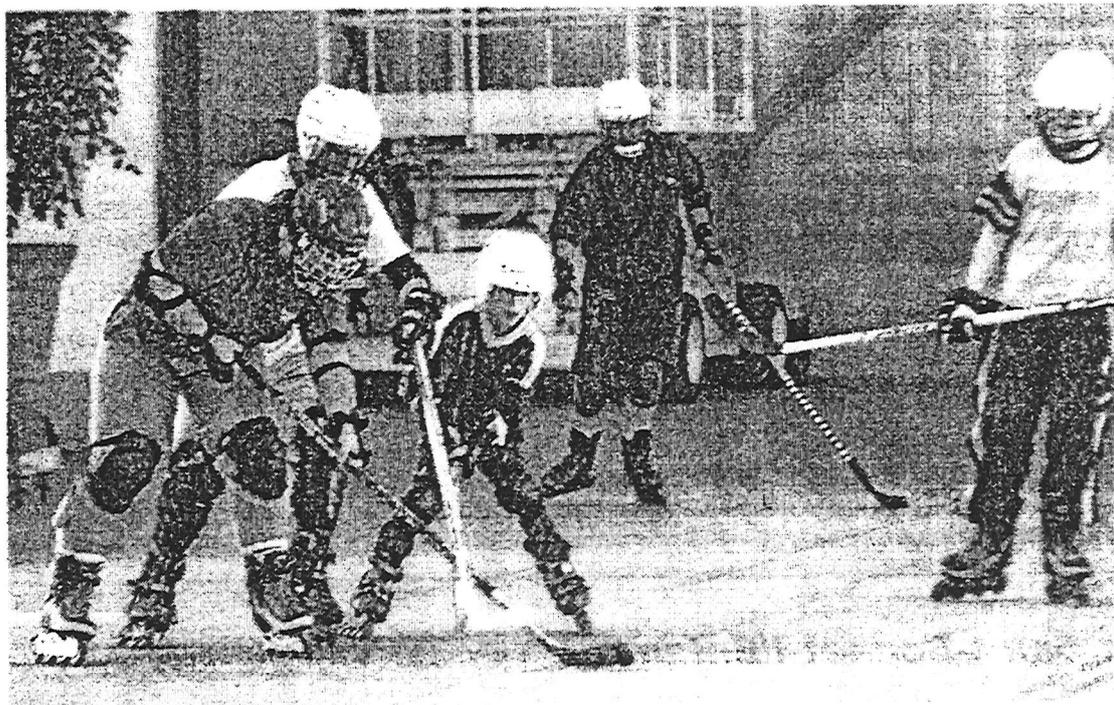
« **B**EAUCOUP d'enfants se sont véritablement métamorphosés depuis qu'ils ont suivi le programme Roller-Kid, se félicite Jean-Philippe Courtade, président de l'institut français de recherche sur la condition physique et le mode de vie, et coordinateur du réseau "VIE-santé". En 4 ans, une quarantaine de jeunes entre 8 et 17 ans, à Brive, ont pu aborder les problèmes de poids d'une manière efficace et ludique. On est bien loin du régime contraignant où l'on passe toute la journée à compter les calories, quitte à ne vivre qu'avec l'obsession de la perte de poids.

Le programme Roller-Kid permet aux enfants, ayant un surpoids, de pratiquer une activité physique, en l'occurrence du roller hockey, tout en suivant un module d'éducation de santé nutritionnelle auquel les parents sont invités à participer. Il faut savoir que l'IMC (rapport du poids divisé par la taille au carré) des jeunes adhérents de Roller-Kid est généralement situé au-delà du « 90<sup>e</sup> percentile » sur les courbes du carnet de santé.

### L'ACTIVITÉ IDÉALE

Plus d'une vingtaine d'anciens et de nouveaux adhérents, accompagnés par quelques parents, se sont retrouvés hier, à l'Espace des Trois Provinces, pour fêter les 4 ans de l'association et rechausser les rollers pour une partie de hockey très sympathique.

« Cette activité physique, fort



*Les jeunes ayant participé au programme Roller-Kid, depuis 1999, se sont retrouvés hier à l'Espace des Trois Provinces pour une partie de hockey très conviviale.*

originale, permet à l'enfant de mettre en pratique ses progrès dans la pratique du roller, d'avoir un rôle au sein d'une équipe et de développer son sens de la combativité, explique Jean-Philippe Courtade. C'est l'activité idéale pour un jeune avec un Indice de Masse Corporelle élevé, et qui peut se sentir dévalorisé, voire exclu, au sein d'un club sportif avide de performances ».

Les résultats sont probants :

au 6<sup>e</sup> mois du programme, 75 % des enfants cassent nettement leur courbe IMC. Le poids est généralement stabilisé dès la fin de la 1<sup>ère</sup> année.

« La Sécurité Sociale, dans la situation où elle se trouve, devrait réfléchir à des alternatives, explique Jean-Philippe Courtade. Un an de notre programme coûte nettement moins cher qu'un mois dans un centre. Ne vaut-il pas mieux financer des programmes ou

les personnes se prennent en charge plutôt que dépenser de l'argent pour d'autres qui ne font pas tous ces efforts ? ».

Pour se renseigner sur le programme Roller-Kid, il est possible d'appeler au 0811.00.AVIE (0811.00.2843 - prix d'un appel local), ou de consulter le site internet [avie-sante.Org](http://avie-sante.Org).

O. S.