

11.05.2011 - 09:16 Uhr

**«Mon poids idéal?!»: conseils dans 527 pharmacies / Campagne de promotion de la santé de pharmaSuisse à partir du 16 mai 2011***Berne-Liebefeld (ots) -*

Le surpoids et le manque d'exercice se répercutent négativement sur le bien-être et la santé de toutes les personnes, quel que soit leur âge. A partir du 16 mai 2011 et pendant au minimum un mois, plus de 500 pharmacies proposeront à la population d'analyser leur mode d'alimentation et leur niveau d'activité physique de façon rapide et pertinente. En outre, la Journée européenne contre l'obésité aura lieu le 21 mai 2011.

Notre niveau d'activité physique et nos habitudes alimentaires ont profondément changé au cours du dernier siècle: le tram et les voitures ont remplacé la marche à pied, et les plats à emporter ont remplacé la soupe quotidienne. Résultat: 37% de la population suisse et 15 à 20% des enfants et adolescents présentent une surcharge pondérale. Le surpoids et le manque d'activité physique sont la principale cause de maladies cardiovasculaires, de diabète, de problèmes articulaires et de cancers. Les douleurs apparaissent progressivement, et le bien-être général diminue petit à petit.

La campagne «Mon poids idéal?!», qui débute le 16 mai 2011 dans les pharmacies, permet aux clients d'analyser leur comportement en matière d'alimentation et d'activité physique avec le soutien d'un pharmacien. Des conseils personnalisés indiquent la façon de s'alimenter sainement et de satisfaire au besoin quotidien d'exercice. Il ne sert à rien de suivre des régimes stricts et de faire du sport jusqu'à l'épuisement: dans la majorité des cas, il suffit de s'alimenter sainement et pratiquer une activité physique pour maintenir son poids idéal! Les clients trouveront des conseils pratiques sur la meilleure façon de se motiver, ainsi qu'une liste des pharmacies participantes sur le site [www.mon-poids-ideal.ch](http://www.mon-poids-ideal.ch) spécialement créé à cet effet.

La campagne a pour but de sensibiliser la population aux questions de l'alimentation et de l'activité physique. La pharmacie offre un accès facile aux informations de santé et occupe de ce fait une position spéciale parmi les centres de santé: un professionnel médical est disponible au moins six jours par semaine, du matin au soir, et sans rendez-vous.

La campagne a été mise sur pied par pharmaSuisse, la Société Suisse des Pharmaciens, en collaboration étroite avec un comité scientifique constitué de médecins, psychologues, médecins du sport, diététiciens et pharmaciens d'officine. Elle est soutenue entre autres par la Société suisse de pédiatrie (SSP) et la FMH.

Contact:

Karl Küenzi  
Responsable Communication & Marketing  
pharmaSuisse  
Société Suisse des Pharmaciens  
Stationsstrasse 12  
3097 Berne-Liebefeld  
Tél.: +41/31'978'58'58  
Mobile: +41/79/570'24'94  
E-Mail: karl.kuenzi@pharmasuisse.org  
Internet: www.pharmaSuisse.org

Medieninhalte



Visuel «Mon poids idéal?!» - conseils dans 527 pharmacies. Campagne de promotion de la santé de pharmaSuisse à partir du 16 mai 2011. Texte complémentaire par ots et sur [www.presseportal.ch](http://www.presseportal.ch). L'utilisation de cette image est pour des buts rédactionnels gratuite. Publication sous indication de source: "obs/Société suisse des Pharmaciens".

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100004115/100624570> abgerufen werden.