

Rathausgasse 1
3011 Berne
Tél. +41 (31) 633 78 11
Fax +41 (31) 633 78 92
www.gef.be.ch
info.soa@gef.be.ch

Pharmacien et pharmaciennes du
Canton de Berne

Programme d'action cantonal alimentation et activité physique

La Direction de la santé publique et de la prévoyance sociale du canton de Berne (SAP) encourage la prévention et la promotion de la santé. Elle soutient ou bien finance notamment les prestations suivantes :

Puériculture

Les centres de puériculture informent et conseillent gratuitement les parents d'enfants jusqu'à 5 ans en ce qui concerne les soins, le développement, l'éducation et l'alimentation. Les questions que les parents se posent dans ce dernier domaine varient selon l'âge et la phase de développement de l'enfant. Les sujets abordés sont en particulier l'allaitement, le passage à une alimentation complémentaire et les repas à la table familiale.

A noter qu'un programme de conseil individualisé est désormais proposé aux parents d'enfants de 2 à 5 ans qui ont des troubles du comportement alimentaire ou présentent un risque de surpoids. Le programme klemon permet d'améliorer le rapport taille-poids des enfants et de sensibiliser les familles à l'importance d'une alimentation saine et d'une activité physique. Les parents intéressés peuvent s'annoncer au numéro 031 370 00 20.

Vous trouverez les heures d'ouverture des 278 centres de puériculture bernois et des informations relatives aux consultations téléphoniques sur le site internet www.mvb-be.ch.

Prévention des troubles du comportement alimentaire

Le service PEP (Fachstelle Prävention Essstörungen Praxisnah) propose toute une palette de prestations pratiques destinées à dépister et prévenir les troubles du comportement alimentaire et l'obésité. Il s'engage pour une approche interdisciplinaire de la santé émotionnelle en matière d'alimentation, de mouvement et d'apparence physique. Le service PEP développe des modules et du matériel de prévention et d'intervention pour des groupes cibles spécifiques et forme des multiplicateurs. Il renseigne les personnes concernées sur les offres de consultation appropriées, leur fournit des adresses et apporte également un soutien à leur proches.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à vous adresser à PEP par courriel (beratung@pepinfo.ch) ou par téléphone (076 368 96 17).

<http://www.pepinfo.ch>

Activité physique pour les jeunes

roundabout est un réseau de groupes de streetdance destiné aux jeunes filles de 12 à 20 ans et, depuis peu, à leurs cadettes de 8 à 11 ans. Les entraînements hebdomadaires sont suivis d'un moment récréatif où les participantes partagent pique-nique et discussions. Le canton de Berne compte une trentaine de groupes. Intéressées ? Voici les coordonnées de la centrale bernoise :

roundabout Kanton Bern



Blaues Kreuz Prävention und Gesundheitsförderung
Freiburgstrasse 115 , 3008 Berne
Tél. 031 398 14 53
<http://www.roundabout-network.org/home-switzerland.html>

Midnight Sports propose, aux heures où les jeunes sortent, du sport et de la musique dans les salles de gymnastique locales, ouvertes à cette fin les samedi soirs de septembre/octobre et de mai/juin, de 21h à 24h. La palette des activités va du football à l'escalade en passant par le badminton et la danse, pour ne citer que ces exemples. La participation est gratuite et sans engagement. Les activités, sans alcool et sans fumée, sont coachées par des jeunes.

Fondation idée:sport

Région Berne/Soleure

Marktgasse 15, 3011 Berne

031 311 72 70

www.ideesport.ch

bern@ideesport.ch



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera
Health Promotion Switzerland