

Let's do eat

Mieux se sentir face à son surpoids

**Croix-Rouge neuchâteloise**

Association cantonale de la Croix-Rouge suisse



Programme  
thérapeutique pour  
les enfants et  
adolescents obèses et  
en surpoids



## Présentation

« Let's do eat » est un programme pluridisciplinaire reconnu par la Société Suisse de Pédiatrie ainsi que par l'Association suisse de l'obésité de l'enfant et de l'adolescent.

Elaboré pour soutenir les jeunes du canton de Neuchâtel âgés de 8 à 16 ans en condition d'obésité, cette prestation a pour objectif d'offrir la possibilité aux jeunes et à leur famille d'observer, d'apprendre et de partager, afin de faire ressortir les pistes du changement des habitudes de vie (alimentaires, sportives...) et aussi de permettre aux jeunes d'améliorer leur confiance en soi.

## Fonctionnement

Diverses activités, théoriques ou pratiques, sont organisées en groupe ou individuellement pour les enfants seuls ou les parents seuls. Ces rencontres sont planifiées sur 7 samedis répartis sur une durée de 12 mois et une semaine de camp pour les jeunes lors des vacances de Pâques.

## Tarifs

L'assurance maladie de base remboursera cette prestation.

Une participation de CHF 350.- est toutefois demandée afin de financer en partie le camp d'une semaine en résidentiel.

« Avant je mettais pas des pantalons comme tout le monde... Mais depuis que j'ai commencé ce programme, je me sens plus à l'aise. »

Une bénéficiaire du programme Let's do eat

## Lieu

Toutes les activités ont lieu dans le canton de Neuchâtel, y compris le camp qui se déroule traditionnellement à Vaumarcus.

## Intervenants

Un médecin, un professeur d'activités physiques adaptées, un diététicien diplômé et un psychologue.

## Inscription

Contactez-nous par téléphone, par courriel (contact au verso) ou inscrivez-vous directement sur notre site internet en scannant le QR code ci-dessous. Par la suite, les thérapeutes prendront contact avec vous pour planifier un entretien individuel qui permettra de finaliser votre inscription.



Notre site internet (inscriptions)



Témoignages sur YouTube



## Contact et inscription

Téléphone : 032 886 88 60

Courriel : [contact@croix-rouge-ne.ch](mailto:contact@croix-rouge-ne.ch)

Site web : [www.croix-rouge-ne.ch](http://www.croix-rouge-ne.ch)

# Croix-Rouge neuchâteloise

## Notre mission

La Croix-Rouge neuchâteloise se concentre sur une activité de proximité et vient en aide à la population vulnérable de la région. Nos prestations s'adressent plus particulièrement aux personnes âgées vivant à domicile, aux familles et à leurs enfants.

*Suivez-nous sur nos plateformes :*



**Croix-Rouge neuchâteloise**  
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse

