

Le programme jeunes de Brides-les-Bains, un programme sport-santé pour les 13-17 ans

Découvrez le programme jeunes de Brides-les-Bains : un accompagnement complet pour les adolescents en excès de poids (13-17 ans). Il complète le programme d'éducation à la santé proposé par les Thermes de Brides-les-Bains en proposant des activités physiques stimulantes.



Les bienfaits des programmes d'éducation à la santé

Selon certaines études effectuées par le ministère de la santé et l'Organisation mondiale de la santé, il a été constaté que les adolescents âgés de 13 à 17 ans sont confrontés à un problème croissant de surpoids. Selon des données fournies par le média France 24 et le site de l'assurance maladie, ameli.fr, environ 20% des adolescents dans cette tranche d'âge sont considérés comme en surpoids, et environ 7% d'entre eux sont classés comme obèses. Ces chiffres sont alarmants et soulignent l'importance cruciale des programmes d'éducation à la santé pour les jeunes.

Ces initiatives visent à informer et à sensibiliser les adolescents sur les différentes dimensions de la santé, en fournissant des connaissances pratiques et des compétences essentielles pour prendre des décisions éclairées concernant leur bien-être. En effet, ces programmes leur donnent les clés d'une meilleure hygiène de vie : une alimentation équilibrée, une activité physique régulière, prendre soin de sa santé mentale, ainsi que prévenir les comportements à risque. En les sensibilisant aux bienfaits d'une vie saine, ces programmes ont un impact positif à long terme sur la santé globale des jeunes, en réduisant les risques de maladies chroniques telles que le diabète de type 2 et les maladies cardiovasculaires.

Brides-les-Bains organise un programme d'activités stimulant pour les jeunes !

Sur une période de trois semaines, des animations et des activités variées spécifiques sont proposées afin d'encourager les jeunes à reprendre une activité physique.

Séance de foot en salle dynamique, initiation au tir à l'arc ou agréable balade sur le chemin de Salins, les jeunes ont le choix pour profiter de l'air frais et découvrir la beauté naturelle de la région.

Pour les amateurs de musique, un divertissant blind test est organisé, offrant aux jeunes l'occasion de tester leurs connaissances musicales. Des parties de pétanque ont lieu chaque semaine pour s'amuser entre jeunes.

Les activités se déroulent de 15h à 17h. Brides-les-Bains souhaite offrir aux jeunes participants une expérience enrichissante et divertissante, et ainsi insuffler l'envie de continuer à opérer des changements à leur hygiène de vie vers un mode de vie sain.

Brides-les-Bains est un village très animé, les jeunes peuvent participer à plusieurs événements majeurs qui animent la station. Ils peuvent apercevoir et soutenir leurs coureurs favoris lors du passage du célèbre Tour de France. Ils peuvent démontrer leurs talents vocaux lors de l'événement "Ça chante à Brides". Il s'agit d'un concours de chant ouvert à tous dès 12 ans, suivi d'un blind test infernal et d'un concert avec tous les membres du jury. Et bien sûr, ils peuvent prendre part aux festivités lors de la fête nationale le 13 juillet et assister aux feux d'artifice dans le parc thermal.

Parmi les points forts de Brides-les-Bains figure le label diététique, permettant aux jeunes de repérer facilement les établissements proposant des menus diététiques. Ce label garanti des plats équilibrés, élaborés avec l'aide des diététiciennes des thermes.

Les jeunes peuvent profiter de tout ce que la ville a à offrir tels que la piscine, le terrain de tennis, le cinéma et la bibliothèque. Des sorties en vélo à hydrogène sont également proposées, procurant une alternative écologique et amusante pour explorer, en douceur, les environs.



L'expertise reconnue de Brides-les-Bains en matière d'équilibre et de bien-être



Conçu par une équipe pluridisciplinaire, ce programme offre une approche individuelle avec un spécialiste, qui écoute et comprend les besoins spécifiques de chaque participant. Des ateliers collectifs sont également proposés, permettant à chaque adolescent de partager son expérience et de se soutenir mutuellement. Une conférence dédiée aux parents et aux enfants est organisée, proposant un soutien familial essentiel. Des séances d'activités physiques sont incluses pour stimuler la motivation des participants.

Les Thermes de Brides-les-Bains s'engagent à accompagner les adolescents en excès de poids dans leur démarche de santé, en leur organisant un suivi personnalisé et encadré par des professionnels expérimentés. Il constitue une opportunité précieuse pour les jeunes de retrouver un équilibre et de développer de saines habitudes de vie, dans un environnement bienveillant et propice à leur épanouissement.

Ce programme complète une cure thermale conventionnée de 18 jours, avec un nombre maximum de 12 personnes par session. Les frais de participation s'élèvent à 260€ et sont à la charge du curiste. Les prochaines sessions de 3 semaines commencent le 10 juillet et le 7 août 2023.

DÉCOUVREZ LE DOSSIER DE PRESSE ICI



CONTACT PRESSE :

REVOLUTIONR
PRESSE • DIGITAL • EVENTS

Keawin Henry

khenry@revolutionr.com / 06 47 32 76 85