

rimés
on

ave national à
Ce préavis
, et sera

juin, deux TGV
yon, ainsi que
is
ce.
aussi annulé.
midilibre.fr.

France,
17



ts ferroviaires
bonne voie.
nes et
in 2017 ainsi
France (photo).
el-Redessan,
té au public à
juillet prochains.
2020. Photo R. D. H

le

e "Élite
assement des
si, les célibataires
bles, les Lyonnais
bles, suivis de
iérais.
an se trouvent
des cités où les
séduisants.

élibataires
Lille



al games

à 8^e édition
eront quatre
ans la cité
ueillir les
sports
e. Artistes
et "casse-cou"
ont à l'affiche
ations.
s.fr



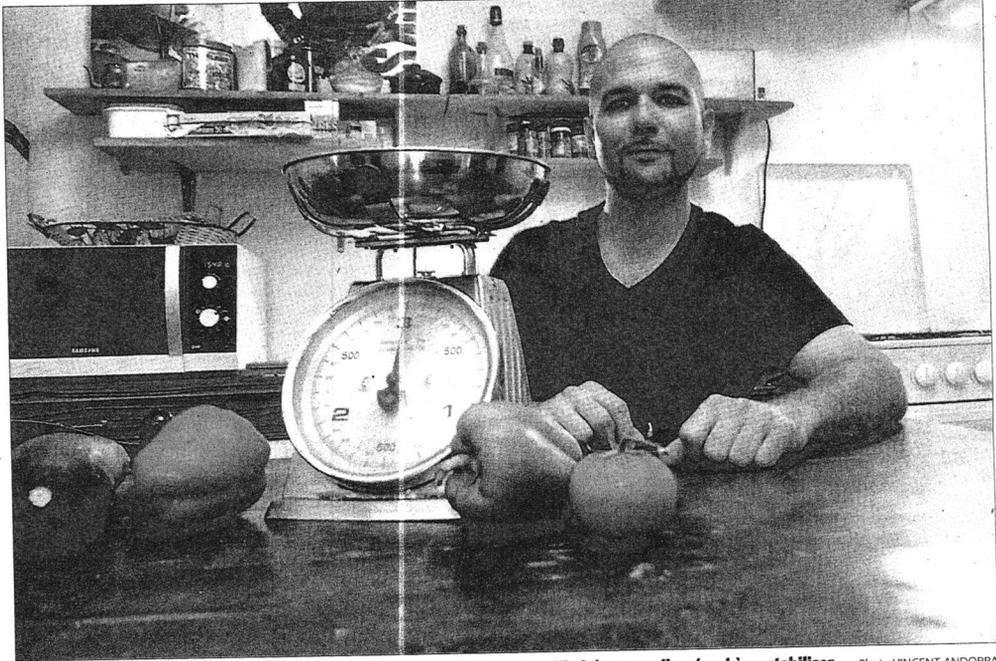
● CONFÉRENCE
Ce jeudi
à 14 h, une
conférence
intitulée
"Le numérique
pour
l'éducation :
mission inter-
ministérielle"
est organisée à
l'amphi A de la
faculté de
droit, rue de
l'université à
Montpellier.



● ESTIVALES
L'AOC
Languedoc se
met à l'heure
d'été avec un
programme
d'"Estivales"
qui promettent
de belles
rencontres
vignerons
entre
œnophiles
amateurs et
épicuriens
confirmés.
Les lundis,
mardis et
vendredis soir,
les Estivales
investissent
Lattes,
Sommières,
Narbonne,
Montpellier et
Pézénas où les
animations
débutent ce
samedi.



● PRÉCISION
Petite précision
à propos de
notre annonce
(mercredi) sur
le vote fixant
le choix de
Toulouse
comme
chef-lieu
provisoire pour
la future
région. Le vote
entérinant ce
choix a eu lieu
en session du
conseil
régional de...
Midi-Pyrénées.



■ Le Sétois Jean Ferry se bat depuis l'enfance pour perdre du poids. Aujourd'hui, à 33 ans, il a réussi à se stabiliser. Photo VINCENT ANDORRA

« Mieux dans ma tête, mon corps et mon ventre »

Santé | Ce jeudi s'ouvre à Montpellier la journée régionale de l'obésité. Deux Héraultais parlent de leur vie en surpoids.

C'est une renaissance. Un nouveau départ. En se délestant des kilos de trop qui leur bouffaient l'existence, le Sétois Jean Ferry et le Montpelliérain Didier Coutant ont repris goût à la vie. Le premier a, depuis l'enfance, eu à gérer un surpoids conséquent. « J'étais toujours rond, jofflu et à l'adolescence je pesais plus de 100 kg pour 1,70 m. » Il mangeait plus que de raison pour combler un vide, un mal-être. Avec l'impossibilité de rompre le cercle vicieux. Plus il se sentait mal et plus il s'enfonçait. Jamais rassasié par les sucreries, la malbouffe.

Une autre hygiène de vie
À l'école, Jean doit gérer les railleries de ses petits camarades. « Je ne me laissais pas faire. Je me bagarrais et je me démarquais en chahutant. » À l'âge où l'on commence à s'intéresser à l'autre, où l'on cherche à séduire, il sent bien « qu'être gros, ça ne plaît pas aux filles ». C'est là, à travers le regard souvent blessant d'autrui, qu'il prend vraiment conscience de sa différence. Une réelle souffrance. À 17 ans, le Sétois rentre dans un centre spécialisé pour perdre du poids, à Hyères dans le Var. Ce sera efficace. Trente-cinq kilos en un an. Mais pas durable. Trois ans plus tard, il aura tout repris. Avec le sentiment de faire du surplace, de se noyer.

« On vous parle des cinq fruits et légumes par jour et puis on vous harcèle avec les images de hamburgers dégoulinant de fromage fondant. » En 2007, il est suivi à Saint-Eloi, à Montpellier, par le chirurgien digestif David Nokka. On lui pose un anneau gastrique. Mais il n'atteindra pas le résultat escompté. « Ça a marché pour d'autres. Moi, j'ai stagné un peu en dessous de 105 kg sans jamais descendre plus. » C'est à nouveau la dégringolade dans le n'importe quoi alimentaire. Le yo-yo de la perte et la reprise de poids. Avant que Jean ne se prenne vraiment en main. Change d'hygiène de vie. Seul. Il mange plus sain, pèse les aliments, se met au sport. Tout devient une habitude sans que ce soit rébarbatif. Aujourd'hui, à 33 ans, quand il monte sur la balance, elle lui renvoie un poids qu'il juge dans la normalité : entre 80 et 85 kg. Ça lui a redonné confiance, la pêche, l'envie.

Podomètre et CD de méditation
Ce constat, Didier Coutant le fait aussi. Lui a eu le déclic « salutaire et salvateur » à l'âge de 50 ans. Petit, il était « costaud, sans plus. On me le faisait sentir toutefois en ayant recours à moi pour les tâches difficiles comme transporter quelque chose de lourd. » Le surpoids est venu plus tard. À force de ne plus rien faire, de se laisser aller.

« J'étais pris dans une spirale qui me semblait confortable. Je ne bougeais plus. » Il pèse 156 kg pour 1,82 m. Sa corpulence ne peut plus cacher son obésité. Il décide alors de se ressaisir. Pousse la porte du service du professeur Antoine Avignon à l'hôpital Lapeyronie, à Montpellier. La prise en charge, impliquant notamment la médecine comportementale, le déstabilise. Il l'avoue. « Je suis sorti de là avec comme prescription un podomètre et un CD de méditation ! »

Didier prend conscience de la nocivité du stress du travail et de la vie en général, de son besoin de compenser en mangeant. De son manque de mouvements. « Je me suis rendu compte avec le podomètre que j'effectuais à peine 200 pas par jour. » Il apprend alors à se reconcentrer sur lui, à s'écouter. Reprend une activité physique régulière. En salle. Puis chez lui. « Je vais à mon rythme, sans contrainte ni régime. Le fait de faire cette introspection m'a libéré. Je vais mieux dans ma tête, mon corps et mon ventre. » Il n'oublie pas les remarques, les regards appuyés qu'il a essuyés. Les problèmes pour s'habiller à sa taille. Un parcours du combattant. « Le rejet des personnes grosses est malheureusement bien réel. »

PATRICIA GUIPPONI
pguipponi@midilibre.com

Surpoids et obésité : 17,6 % d'enfants touchés

Deux cent cinquante professionnels de santé sont réunis ce jeudi à la faculté de médecine de Montpellier dans le cadre de la deuxième journée régionale de l'obésité, sous la houlette du centre spécialisé de l'obésité de la région (CSO). Ces praticiens vont se pencher sur la question : "Quels parcours de soin pour quelle personne en situation d'obésité en Languedoc-Roussillon ?". « L'une des missions du CSO est de promouvoir le repérage et le dépistage », indique Claire Jeandel,

pédiatre spécialisé en endocrinologie à l'hôpital Arnaud-de-Villeneuve à Montpellier. Dans la région, l'obésité touche 15,6% d'adultes. 17,6% des enfants sont en situation de surpoids ou d'obésité. Ces chiffres datent d'une étude de 2012, « mais si l'on se réfère à deux études de 2002 et 2007, on note qu'il y a chez les plus jeunes une stabilisation et une régression dans le pourcentage de population touchée ». Cela indique que le dépistage est mieux mené qu'il y a quelques années

et que ses résultats sont probants. « L'alimentation est un élément déterminant, mais c'est loin d'être le seul. Il faut aussi prendre en compte les carences éducatives, la notion de stress, l'organisation des journées, l'insuffisance du sommeil, la configuration des familles, sans émettre là de jugement », poursuit Claire Jeandel. Et de souligner : « Si l'on devait superposer les cartes de la précarité et de l'obésité, on aurait les mêmes à peu de chose près. C'est une réalité. »



BON DE RECEPTION

A.D. RECEPTION

Type d'envoi : BON DE COMMANDE

No de commande	Date	Exercice	N° Fournisseur
EF 060534	17/06/2015	2015	45570

Numéro à rappeler dans toute correspondance

Adresse de livraison MAG HORS-STOCKS DIALOGH PLATEFORME LOGISTIQUE CHU RUE DU CADUCEE PARC EUROMEDECINE 34295 MONTPELLIER CEDEX 5 A LIVRER LE : 17/06/2015	Fournisseur A.D RECEPTION ZA LES BARONNES 34730 PRADES LE LEZ Tél. : 67597126 Fax :
---	--

Votre contact : MAXIMIN Odile Gestionnaire : ACHATS GENERAUX	Tél : Mél :	Fax :
--	----------------	-------

	Désignation et			Quantité	Reçue	Prix Unitaire HT
	No Produit	No UF	No Compte			
1	303473	1219	H6132580	UNITE		1123,840000
	UF 1219 : PLAN OBESITE - COORDINAT LOCATION POSE ET DEPOSE D'UN CHAPITEAU L.9x12m AVEC RIDEAUX COULISSANTS ET 14 TABLES L.2x0,90x0,75m Selon devis 22464 du 12/06/2015			1,00		1.123,84
						TVA : 20%
						1.348,60
					Total HT	1.123,84
					Total TVA	224,76
					Total TTC	1.348,60

CONTACT : Mme VIDAL - 04.67.33.57.43

Date de réception : 25/08/2015

Service fait

Nou du prestataire : Sud reception

Nou du signataire : Navire VIMM, Coordinatrice ducs

Signature :



BON DE RECEPTION

AMIS TRAITEUR SARL - TRAITEUR

Type d'envoi : BON DE COMMANDE

No de commande	Date	Exercice	N° Fournisseur
EH 061045	19/06/2015	2015	9161

Numéro à rappeler dans toute correspondance

Adresse de livraison PLAN OBESITE - COORDINAT . . 34295 MONTPELLIER CEDEX 5 A LIVRER LE : 25/06/2015	Fournisseur AMIS TRAITEUR SARL - TRAITEUR 317 RUE SAINT EXUPERY ZONE FREJORGUES OUEST 34130 MAUGUIO Tél. : 04 67 79 29 06 Fax : 04 67 79 29 06
---	---

Votre contact : PODEVIN Dominique Gestionnaire : ACHATS RESTAURATION	Tél : Mél :	Fax :
--	----------------	-------

	No Produit	Désignation et		Quantité	Reçue	Prix Unitaire HT
		No UF	No Compte			
1	0	1219	H6257	UNITE		3,500000
	UF 1219 : PLAN OBESITE - COORDINAT			200,00		700,00
	PAUSE DEJEUNER					
	LIEU : FAC.DE MEDECINE A MONTPELLIER					TVA : 10%
	DATE : JEUDI 25 JUIN A 10H45					770,00
	CONTACT : MME VIDAL 07.88.01.40.62					
2	0	1219	H6257	UNITE		15,500000
	UF 1219 : PLAN OBESITE - COORDINAT			200,00		3.100,00
	BUFFET FROID					
	LIEU : FAC.DE MEDECINE A MONTPELLIER					TVA : 10%
	DATE : JEUDI 25 JUIN A 12H30					3.410,00
	CONTACT : MME VIDAL 07.88.01.40.62					
					Total HT	3.800,00
					Total TVA	380,00
					Total TTC	4.180,00

FACULTE DE MEDECINE

date de reception : 25.06.2015
 "service fait"
 signature : *M Vidal*
 nom du prestataire : AMIS TRAITEUR
 Nom du signataire : MME VIDAL, Coordinatrice C.S.