

SUD OUEST LYONNAIS SANTÉ

Obésité, surpoids : « Une association pour et par les patients »

Les adhérents de "Vivre autrement ses formes" (VASF) sont pour la plupart dans un protocole de soin. Mais parce que l'obésité est un combat de chaque jour, ils se soutiennent, s'informent, participent à des activités et luttent contre la grossophobie. Rencontre avec sa présidente, Aurélie Quillet.

L'obésité est une maladie, le savez-vous ? Et elle est pour l'instant chronique, ce qui veut dire qu'on n'en guérit pas. La plupart des gens l'ignorent, y compris ceux qui en sont atteints. Pourtant l'organisation mondiale de la santé, la reconnaît depuis 1997.

« J'ai fait beaucoup d'efforts mais cela ne donnait rien »

Aurélie Quillet, présidente de VASF

« J'ai commencé à prendre du poids vers l'âge de 19 ans. Au fil des années, je suis allée jusqu'à 128 kg. Moi, je n'avais pas de problème d'image, ni de difficultés sociales ou amoureuses. Mes parents m'ont alerté. Puis je me suis rendu compte que le regard des gens changeait. Ma chance est d'avoir trouvé les bonnes personnes tout de suite pour m'accompagner, m'informer, me soigner. On a mis des choses en place, j'ai fait beaucoup d'efforts mais cela ne donnait rien. Alors j'ai intégré le programme d'éducation thérapeutique de cinq jours du centre hospitalier Lyon Sud (lire par ailleurs). Le jeudi, lors d'un groupe de parole, quel-



■ Surpoids et obésité : une maladie chronique qui peine à être reconnue comme telle par la société. Photo DR

qu'un a dit que l'obésité était une maladie, cela m'a anéantie. Le challenge a été pour moi de me dire que j'allais faire ce que je peux sans garantie de résultat », témoigne Aurélie Quillet, présidente de l'association Vivre autrement ses formes (VASF).

Dans l'association, il y a autant de parcours que d'adhérents mais aussi

« La force, la détermination que l'on met nous demande deux à trois fois plus d'effort qu'une personne qui n'est pas malade »

Aurélie Quillet, présidente de VASF

beaucoup de similitudes, « souvent j'explique que vivre avec l'obésité ou le surpoids, c'est comme se déplacer en portant des packs de bouteilles d'eau. Un ou deux ça va, mais quand c'est cinq, six ou plus, tout devient plus difficile. La force, la détermination que l'on met nous demande deux à trois fois plus d'effort qu'une personne qui

n'est pas malade », martèle Aurélie Quillet. Cette association, c'est un partage d'expériences et d'informations, un lieu d'écoute et d'entraide. Un lieu de lutte aussi pour que cesse un jour la grossophobie. Et que l'obésité soit enfin reconnue comme une maladie par la société toute entière.

Emilie CHARREL

Un vide-dressing grandes tailles

« La difficulté dans les vêtements de grandes tailles, c'est qu'il est difficile d'en trouver, qu'il y a moins de choix et qu'ils sont chers. Nous avons maintenant un grand stock. Cela permet notamment aux gens qui sont en perte de poids de pouvoir s'habiller entre deux changements de taille sans investir trop d'argent dans sa garde-robe tous les deux mois », explique la présidente de VASF. En mai, l'association a organisé un vide-dressing à l'occasion d'une journée d'information, au centre hospitalier Lyon Sud.

Informier et accompagner les malades et leur entourage

Deux axes sont développés par Vivre autrement ses formes : l'information et l'accompagnement. « Dans le cadre de l'accompagnement, nous proposons une rencontre mensuelle. À partir de septembre, une fois sur deux, elle sera dédiée à un thème avec des intervenants et l'autre sera une discussion libre. Les gens sont à des stades différents de leur parcours, de leur obésité, il est très intéressant de partager » confie la présidente Aurélie Quillet.

Une fois par mois également, l'association propose la découverte d'une activité physique, sportive ou de bien-être. Aurélie Quillet détaille : « L'idée est d'initier à différentes activités pour élargir le champ des possibles et savoir comment les pratiquer, avec le paramètre poids en plus. Nous avons aussi des



■ Aurélie Quillet, présidente de l'association Vivre autrement ses formes. Photo DR

ateliers : cuisine, estime de soi/relooding, vide-dressing (lire par ailleurs). »

« Expliquer ce qu'est l'obésité,

de patient à patient, est important »

L'autre pan d'activité de l'association c'est l'information. « Tous les jeudis, nous rencontrons les patients du programme d'éducation thérapeutique de Lyon Sud. Expliquer ce qu'est l'obésité, de patient à patient, est important. Une fois par mois, le mardi, le centre intégré de l'obésité (lire par ailleurs) organise une réunion sur les options chirurgicales à laquelle nous participons avec la présence de médecins. Nous avons créé également un réseau de praticiens sensibles au sujet. Cela permet de donner une adresse à un patient en recherche. J'interviens à l'université, dans le cadre d'un diplôme universitaire. Et nous participons à des conférences à destination des soignants », ajoute Aurélie Quillet.

EC

REPÈRE

■ Le centre intégré de l'obésité à Lyon

Depuis plusieurs années maintenant, les Hospices civils de Lyon sont dotés d'un des cinq centres intégrés de l'obésité (CIO) de France. Et au centre hospitalier Lyon Sud, un service dédié propose un programme d'éducation thérapeutique.

■ L'association

« Les fondatrices de l'association faisaient partie de ce programme. Là-bas, on y parlait santé, elles se sont dit qu'il fallait créer un lieu pour parler de tout le reste. L'association est née en 2014. Nous sommes partenaires du centre hospitalier, mais tout à fait indépendants », explique Aurélie Quillet. L'association compte 47 adhérents. Elle rayonne sur la région et plus précisément le Sud Ouest Lyonnais.

CONTACT : www.vasf.fr et page facebook