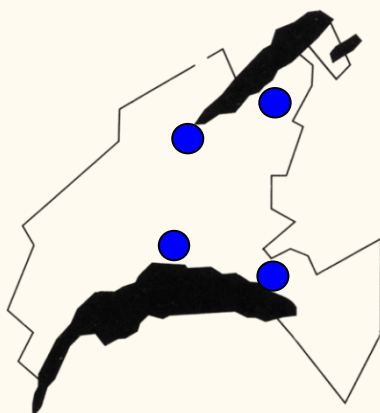


## Notre quotidien en 2019

- 350 heures d'activité physique
- 40 adolescents de 10 à 16 ans
- 9 maîtres d'éducation physique spécialisés
- 9 cours d'activité physique (piscine & salle)
- 4 pôles d'activités dans le canton de Vaud
- 1 responsable pédagogique



# FONDATION USCADE

Pour la santé cardiovasculaire de  
l'enfant et de l'adolescent



---

Sans aide publique, le programme d'activité physique USCade s'est développé tout au long de ces 15 dernières années grâce aux seuls soutiens privés. L'activité de la fondation est bénévole, si bien que l'essentiel des fonds est utilisé aux bénéfices des enfants.

Fondation d'utilité publique depuis 2004

active dans le domaine de la santé de l'enfant et de l'adolescent

### Conseil de fondation

Président: Dr. M. Cauderay, endocrinologie et diabétologie pédiatrique

Membres: Mme J. Badoux, Pharmacienne  
M. L. Diserens, Enseignant retraité  
Me Ph. Vogel, avocat  
Me J-PH Rumpf, Notaire

Plus d'information: [www.uscade.org](http://www.uscade.org)

La fondation USCADE permet aux enfants et adolescents en excès pondéral de pratiquer une activité physique pour limiter les conséquences cardiovasculaires de l'obésité.

**Dans l'enfance, la sédentarité est l'un des déterminants majeurs de l'obésité. Celle-ci augmente drastiquement le risque de développer des maladies cardiovasculaires et diminue l'espérance de vie.**

Notre expérience a mis en évidence l'importance de certains facteurs favorisant sédentarité et obésité :

- Un environnement socio-économique défavorable
- Un fort déconditionnement physique
- Des problèmes de motricité
- Des difficultés d'organisation du mouvement

Pour répondre à ces enjeux de santé, la fondation USCADE propose des cours bihebdomadaires d'activité physique en piscine et en salle de gymnastique.

Un encadrement spécialisé et bienveillant permet aux enfants d'améliorer leur condition physique et leurs compétences motrices.

---

Réalisée à la demande de l'OFSP\*, une évaluation intermédiaire du programme a mis en évidence:

- Une condition physique en amélioration
- Une amélioration de l'estime de soi
- Une meilleure image du corps
- Une envie de continuer une activité physique
- Un faible taux d'arrêt du programme

\* Référence sur demande. Dupuis C. & Cauderay M. (2007). *Programme de prise en charge de l'adolescent obèse.*