

## **MÉDECINE • Suède – Sport sur ordonnance**

Le 10 octobre 2013



Dessin de Belle Mellor/Londres

***“Vous prendrez ces pilules et vous ferez deux heures de qi gong par semaine.”***

En Suède, une telle prescription médicale n’a rien d’étonnant.

Les médecins proposent de plus en plus le sport comme outil thérapeutique.

Alors que, il y a cinq ans, on dénombrait environ 30 000 prescriptions d’activité physique, plus de 100 000 ont été comptabilisées l’an dernier, note le quotidien **Dagens Nyheter**.

Le choix des disciplines recommandées est vaste :

Marche nordique, natation, aquagym, qi gong, yoga...Et même le jardinage !

*“L’effet est parfois supérieur à celui des médicaments”*, affirme Ing-Mari Dohrn, doctorante à l’Institut Karolinska, un important centre de recherches médicales de Stockholm.

Evidemment, ces exercices sur ordonnance ne sont pas pris en charge par la Sécurité sociale, mais de nombreux centres sportifs offrent des réductions sur présentation de la prescription.

Extrait du lien :

<http://www.courrierinternational.com/article/2013/10/10/suede-sport-sur-ordonnance>