



Alliance santé durable pour décrocher la lune

-

La notion d'alliance comme
déterminant pour une mise en
santé de la population

Philippe Furrer

Conférence APIS, Yverdon

8 novembre 2018

17 objectifs de développement durable pour 2030



Plan d'Action Global de l'OMS

GLOBAL ACTION PLAN ON PHYSICAL ACTIVITY 2018-2030

MORE ACTIVE PEOPLE FOR A HEALTHIER WORLD



LET'S
Be Active
Everyone Everywhere Every Day



OBJECTIVE 1:

CREATE ACTIVE SOCIETIES

Four policy actions are proposed which aim to create positive social norms and attitudes and a paradigm shift in all of society by enhancing knowledge and understanding of, and appreciation for, the multiple benefits of regular physical activity, according to ability and at all ages.



OBJECTIVE 2:

CREATE ACTIVE ENVIRONMENTS

Five policy actions address the need to create supportive spaces and places that promote and safeguard the rights of all people, of all ages and abilities, to have equitable access to safe places and spaces in their cities and communities in which they can engage in regular physical activity.



OBJECTIVE 3:

CREATE ACTIVE PEOPLE

Six policy actions outline the multiple settings in which an increase in programmes and opportunities can help people of all ages and abilities to engage in regular physical activity as individuals, families and communities.



OBJECTIVE 4:

CREATE ACTIVE SYSTEMS

Five policy actions outline the investments needed to strengthen the systems necessary to implement effective and coordinated international, national and subnational action to increase physical activity and reduce sedentary behaviour. These actions address governance, leadership, multisectoral partnerships, workforce capabilities, advocacy, information systems and financing mechanisms across all relevant sectors.



PHYSICAL ACTIVITY HAS MULTIPLE HEALTH, SOCIAL AND ECONOMIC BENEFITS

AND CAN CONTRIBUTE TO ACHIEVING THE 2030
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS (SDGs).

Policy action on physical activity is interconnected with 13 SDGs



Objectif OMS: diminution de 15% de la prévalence globale de l'inactivité d'ici à 2030 (baseline 2016)

SANTÉ PHYSIQUE

- Réduction de tous risques de mortalité
- Réduction du risque de cancer de la vessie
- Réduction du risque de mortalité par maladie cardiovasculaire
- Réduction du risque de cancer du sein
- Réduction du risque de cancer de la prostate
- Réduction du risque de mortalité par cancer
- Réduction du risque de cancer gastro-œsophagien
- Prévention des maladies coronariennes
- Réduction du risque de cancer de l'endomètre
- Prévention des accidents vasculaires cérébraux
- Réduction du risque de cancer du rein
- Prévention et traitement de l'hypertension
- Réduction du risque de prééclampsie
- Réduction du risque de syndrome métabolique
- Réduction du risque d'asthme
- Prévention de l'hyperlipidémie
- Amélioration de la condition physique
- Prévention du diabète de type 2
- Prévention de l'ostéoporose
- Prévention du diabète gestationnel
- Prévention de fractures de la hanche
- Réduction du risque de cancer du pancréas
- Prévention d'autres fractures osseuses
- Réduction du risque de cancer du côlon
- Prévention et régulation de l'obésité
- Réduction du risque de cancer des ovaires
- Adoption d'autres habitudes de vie saines
- Réduction du risque de cancer des poulmons
- Prévention de la dysfonction érectile

SANTÉ MENTALE ET BIEN-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE

- Prévention et traitement du trouble dépressif
- Prévention et traitement du trouble anxieux
- Réduction des symptômes de dépression
- Réduction des symptômes d'anxiété
- Réduction du risque de démence
- Réduction du risque de déclin cognitif
- Réduction du risque de maladie de Parkinson
- Amélioration de l'estime de soi
- Amélioration de l'image corporelle
- Amélioration de la qualité du sommeil
- Amélioration de la capacité à faire face aux facteurs de stress psychosociaux (stratégies de coping)
- Amélioration de l'humeur
- Amélioration de la satisfaction de la vie
- Amélioration de la qualité de vie liée à la santé
- Amélioration du fonctionnement cognitif
- Prévention de la consommation abusive de substances

BIEN-ÊTRE SOCIAL

- Amélioration de la sociabilisation des enfants et des jeunes
- Amélioration de la sociabilisation des seniors
- Amélioration de la réussite scolaire des enfants
- Réduction du risque de délinquance chez les enfants et les jeunes
- Réduction de l'isolement, de l'aliénation et de la solitude
- Amélioration des relations humaines

LÉGENDE :

Données les plus probantes (quasi certitude)

Données moyennement probantes (forte indication)

Données peu probantes (quelques indications)

Figure 2. Principaux avantages de l'activité physique pour la santé (adapté de Pedisic 2011¹⁰).



Running a marathon is not an event, it is a way of life.

Les premières six villes Global Active Cities ont été certifiées en été 2018

Buenos Aires – Hambourg – Lillehammer – Liverpool – Ljubljana – Richmond (Colombie Britannique – Canada)





Attribution des labels lors du Forum *Olympisme en Action*, octobre 2018



3.5 Alliance *PASA* (*Activité physique et sport pour tous*): Définition

- Une alliance PASA est un **partenariat établi entre les principales parties prenantes internes et externes** (voir 3.14) qui influence les intrants et les résultats du système de gestion PASA de la ville. L'alliance représente un **groupe pluridisciplinaire d'individus et d'organisations partageant une vision commune et possédant l'expertise et la capacité nécessaires pour offrir des opportunités PASA efficaces**. L'alliance s'engage à accroître la participation dans tous les secteurs de la communauté, l'accent étant mis sur la **lutte contre les inégalités de santé** en ciblant les groupes à faible taux de participation (par exemple, les personnes âgées, les personnes handicapées et les groupes marginalisés). L'alliance peut également utiliser PASA pour **apporter des améliorations dans tous les autres domaines de la politique sociale** (éducation, régénération, inclusion, économie, sécurité et cohésion des communautés).
- Note à l'article: une alliance PASA peut inclure le conseil municipal, les universités et les collèges, les professionnels PASA, les services de sports et de loisirs de plein air, les services des parcs, les services à l'enfance, les prestataires de services aux personnes handicapées, la santé publique, la planification urbaine, les autoroutes / transports, les clubs de sport, les chambres de commerce, gestionnaire d'événements.

Construire une alliance PASA – Pourquoi? (Directives)

- **L'approche de l'alliance transformera la manière dont les parties prenantes travaillent ensemble et contribuent au développement de la ville par la mise en œuvre d'une gouvernance de l'activité physique et du sport pour tous.** Cette approche devrait amener les bénéficiaires à être plus actifs, plus souvent, avec tous les avantages que cela apporte en termes de santé, de bien-être et de bonheur. En outre, cela peut être réalisé avec une **utilisation plus efficace des ressources**, en **réduisant le dédoublement** des efforts et en renseignant les indicateurs de performance clés convenus par les parties prenantes. Cette bonne pratique peut conduire à une **plus grande reconnaissance de la ville**, aux niveaux local, régional, national et international, y compris la possibilité de devenir une ville active mondiale certifiée.
- **Le rôle de l'alliance est essentiel et aura un impact direct sur les stratégies, les rôles et les responsabilités, les plans d'action, les priorités partagées, les communications, les événements et activités spécifiques, ainsi que sur la philosophie factuelle requise pour des améliorations durables.**

Exemples d'alliances PASA

(activité physique et sport pour tous)



Exemple : alliance interne et externe - Liverpool



“PAS Executive Group” : organe stratégique de pilotage durable - séance de suivi tous les 2 mois

- Programme Medical Director - Living Well, Liverpool Clinical Commissioning Group
- Group Director, Healthy Liverpool Programme, Liverpool Clinical Commissioning Group
- Director of Public Health, Liverpool City Council
- Director, Community Services, Liverpool City Council
- Chair, Liverpool Strategic Physical Activity and Sport Stakeholder Group
- Divisional Manager, Sport and Recreation Service, Liverpool City Council
- Director, Children’s Services, Liverpool City Council
- Headteacher, Cardinal Heenan High School



Exemple : alliance interne et externe - Liverpool



“PAS Stakeholder Group” : groupe de partenaires soutenant le pilotage

- University of Liverpool
- Liverpool City Council, Community Services
- Liverpool John Moores University
- Liverpool Hope University
- Liverpool Association of Secondary Headteachers
- Liverpool Primary Headteachers Association
- Liverpool Association of Special School Headteachers
- Liverpool Clinical Commissioning Group
- Liverpool GP Federation
- Liverpool Sports Forum
- Sport England
- Merseyside Sport Partnership
- Everton in the Community
- Liverpool FC Foundation
- Arena and Convention Centre Liverpool
- Nature Connected
- Greenbank Academy
- Liverpool City Council, Public Health
- Merseyside Fire and Rescue Service
- Liverpool Community and Voluntary Services



Exemple : Alliance à Hambourg



- **Administration publique:**
 - Office des sports fédéraux
 - Autorités scolaires
 - Responsables des sports par quartier
- **Sports organisés:**
 - Hambourg Sport Bund: représente 819 clubs et 525 053 members
- **Sport d'élite:**
 - Fondation du Sport Olympique d'Hambourg
- **Economie:**
 - Chambre du Commerce d'Hambourg



Exemple : Alliance à Lillehammer



- Lillehammer Active City, coordinateur
- Festival de ski de Lillehammer
- Développement de la région de Lillehammer
- Département Ville et Société
- Département de l'éducation: école
- Département de l'éducation: jardin d'enfants
- Département Santé et Soins
- Département Bien-être
- Université de Lillehammer
- Comté d'Oppland, Norvège: Santé publique
- Comté d'Oppland, Norvège: Athlétisme
- Comté d'Oppland, Norvège: Sports
- Gouverneur de comté d'Oppland
- Conseil des sports
- « Visiter » Lillehammer
- Coordinateur de l'événement: « Visiter Lillehammer »
- Politiciens de l'opposition
- Parc olympique





capacitaciones sobre alimentación saludable y actividad física en escuelas estatales.

Alianza con la sociedad civil

La Ciudad firmó convenios con sociedades médicas, clubes de barrio y empresas -como la Asociación Argentina de Cardiología, la Fundación Favaloro y la Asociación Argentina de Pediatría, entre otras- para trabajar en pos de una ciudad más activa y saludable.

48%

de los adultos en la ciudad tiene sobrepeso u obesidad



42%

de los niños de la ciudad tiene sobrepeso u obesidad



48%

de los adultos porteños consume la cantidad de Frutas y verduras recomendada por la oms.



53,2%

de los adultos de la ciudad realiza insuficiente actividad física.



38%

de los niños/as de la ciudad no alcanza los 60 minutos diarios de actividad física recomendados



Propensión a la actividad física en la Ciudad de Buenos Aires (2017). En %

Exemple : « Alliance interne » à Buenos Aires

Une table ronde a été créée pour coordonner les actions du gouvernement



Secrétaire aux Sports



Direction du développement de la santé



Département de la santé



Département de l'éducation



Secrétariat général



Secrétaire de l'administration publique



Département des espaces publics



Secrétaire aux transports



Jeux Olympiques de la Jeunesse



Secrétaire à la Planification



Secrétaire à la Communication



Direction des statistiques & du recensement



Exemple : « Alliance externe » à Buenos Aires

Des acteurs locaux rejoignent l'Alliance créée par la ville



- Associations médicales:
 - Kinésithérapie du sport
 - Cardiologie
 - ..
- Université catholique de Buenos Aires
- Clubes de Barrio: clubs de quartier







Buenos Aires 2018 Juegos Olímpicos de la Juventud Abiertos

Conocé el legado de los juegos para la ciudad



Legado Social

Llevamos los valores Olímpicos a todos los vecinos



Legado Urbano

Un evento histórico que potencia el desarrollo del sur de la Ciudad



Legado Deportivo

Potenciamos la infraestructura y alentamos el desarrollo deportivo



Gobierno Abierto

Buenos Aires es la primera ciudad del mundo en abrir todos los datos de un Juego Olímpico de la Juventud

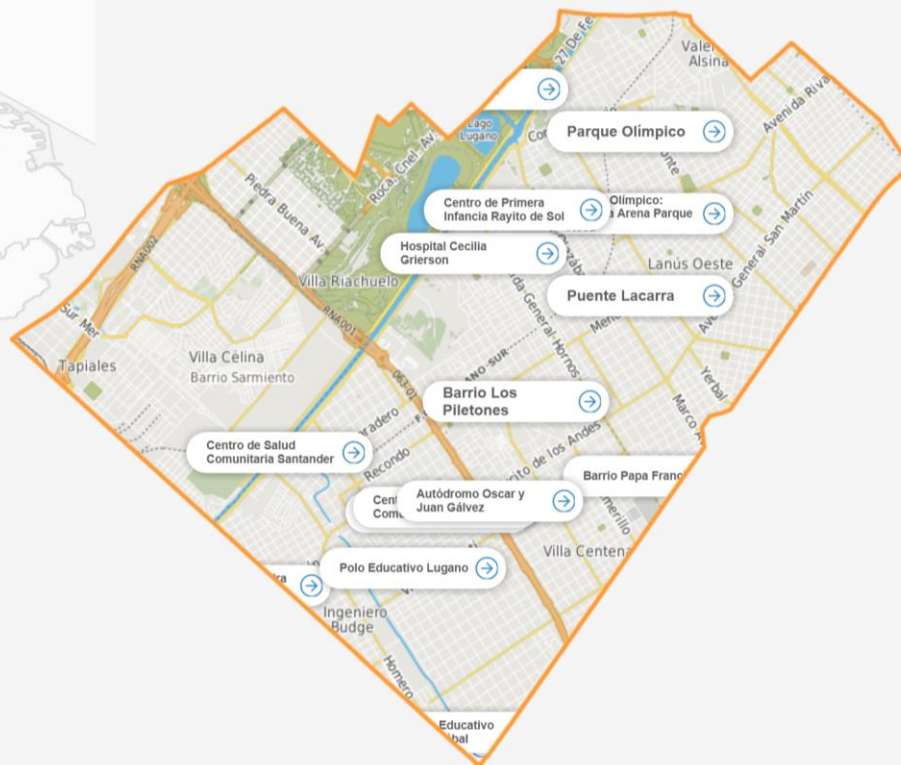
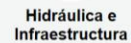
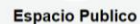
ODS

Objetivos de Desarrollo Sostenible

Ciudad Activa

Incentivamos un estilo de vida activo y saludable





AC's long-term plan | BA 2027

We have aligned “BA Ciudad Activa” with the city’s long-term plan (BA 2027), to assure its duration in time.

BA ROADMAP 2027

PILARES

TU BIENESTAR, TU POTENCIAL

Buenos Aires será una ciudad que potenciará el desarrollo y el talento de sus ciudadanos. Se impulsará la igualdad de oportunidades mediante políticas públicas que permitan a todos los ciudadanos acceder a una vida sana y plena.

OBJETIVOS

1. Incrementar el acceso equitativo a servicios de salud integrales, centrados en la persona y de calidad a lo largo de la vida de todos los ciudadanos
2. Ofrecer y promover oportunidades de aprendizaje que potencien el talento y formación de todos los ciudadanos
3. Potenciar equitativamente la empleabilidad de las personas en la ciudad
4. Promover respuestas ágiles y adecuadas a las necesidades sociales de la población vulnerable
5. Promover en todos los ciudadanos el disfrute de actividades y expresiones culturales, recreativas y de ocio
6. Generar entornos fomentando la incorporación de hábitos saludables para incrementar la calidad de vida saludable en todos los ciudadanos
7. Incrementar la igualdad de oportunidades para una **diversificada y colaborativa participación**
8. Promover el desarrollo, la inclusión y el bienestar de la población en situación de vulnerabilidad

CRECIMIENTO SOSTENIBLE Y EQUILIBRADO

Buenos Aires será una ciudad que priorice la calidad de vida para las generaciones actuales y futuras. Asegurará que el desarrollo urbano ocurra en armonía con el crecimiento demográfico y una mejor calidad ambiental.

1. Ser una ciudad polivalente
2. Desarrollar los bienes sustantivos con infraestructura sostenible y de calidad, promoviendo el uso mixto y respetando la identidad patrimonial, cultural y natural
3. Garantizar el acceso público a espacios verdes abiertos en todos los barrios de la Ciudad
4. Acompañar el desarrollo de la ciudad priorizando la calidad ambiental y el uso eficiente y sostenible de recursos
5. Hacer de Buenos Aires una ciudad resiliente frente a emergencias y tensiones climáticas
6. Generar cambios en los hábitos de la población con el fin de disminuir el impacto ambiental

COMUNIDADES EN CONVIVENCIA

Buenos Aires será una ciudad donde prevalezca el respeto y la cohesión entre ciudadanos. Su espacio público será accesible, vibrante, atractivo y favorecerá el encuentro.

1. Potenciar las virtudes y la cooperación entre todos los actores involucrados en el espacio público
2. Lograr que los barrios atiendan todas las necesidades diarias de los ciudadanos a una distancia caminable
3. Afianzar la identidad de los barrios y de la ciudad para sumarse al sentido de pertenencia
4. Garantizar un espacio público accesible, inclusivo y seguro para todos los ciudadanos y visitantes de la ciudad
5. Mantener el uso de espacio público, creando los espacios de interacción y disfrute
6. Potenciar las virtudes interculturales reconociendo la diversidad como un factor de la sociedad portuaria

JUNTOS BA METROPOLITANA

Buenos Aires Metropolitana será un territorio integrado. La Ciudad, la Provincia y Nación colaborarán en la creación de políticas de desarrollo humano y urbano, a través de un modelo de gobernanza compartido. Se desarrollará una región metropolitana que ofrezca servicios diversos y oportunidades para los ciudadanos de la región bajo una identidad común.

1. Construir gobernanza conjunta para centros metropolitanos
2. Promover un ordenamiento territorial integrado, sostenible y resiliente orientado a la optimización de infraestructuras
3. Lograr servicios públicos integrados y de calidad para todos los vecinos del AMBA
4. Construir ciudadanía metropolitana
5. Potenciar una matriz económica productiva del AMBA

BA HOGAREÑA

Buenos Aires será una ciudad de viviendas accesibles a todos los sectores de la población. Todos los ciudadanos podrán vivir en un entorno que contribuya a su seguridad, bienestar y bienestar. La ciudad será atractiva para jóvenes y mayores, individuos y familias.

1. Todos los viviendas en la ciudad cumplen con un estándar de calidad y habitabilidad
2. Asignar una integración de todos los barrios de la ciudad a una perspectiva urban y socioeconómica
3. Garantizar accesibilidad y seguridad en la tenencia de viviendas
4. Fortalecer el rol de la familia y sus lazos vinculares como primer órgano de contención, protección y desarrollo de los hogares
5. Proporcionar mayor variedad de viviendas para toda la población

BA CIUDAD GLOBAL

Buenos Aires será una ciudad competitiva a la vanguardia y reconocida a nivel internacional por su cultura, por las oportunidades de desarrollo y su capacidad de generar y atraer talento.

1. Posicionar a BA como líder en cultura, diversidad, innovación y talento
2. Posicionar a BA como plaza de inversión líder en industrias estratégicas. Promoviendo la creación de oportunidades, o generación de empleo y el desarrollo económico
3. Posicionar a BA a la vanguardia de la Agenda Urbana Global y de desarrollo sostenible
4. Fortalecer el turismo como motor económico y hacer de BA uno de los principales atractivos turísticos a nivel internacional
5. Proyectar la identidad de BA al mundo
6. Lograr que Buenos Aires sea una ciudad internacionalmente conectada

PORTEÑOS CONECTADOS

Buenos Aires conectará a los vecinos con sus necesidades cotidianas. Una red eficiente, accesible y conveniente de transporte público permitirá a habitantes acceder a toda la ciudad durante todo el día. Las tecnologías de información permitirán a toda la población acceder a servicios desde donde estén.

1. Garantizar que la red de transporte público cubra toda la ciudad (AMBA), ofreciendo todas una de los barrios con más de una opción
2. Mejorar la experiencia del viaje en transporte público y la calidad de usuarios del mismo en el OCBA y el AMBA
3. Fomentar la movilidad sustentable y ser ágiles en la adopción de nuevas y mejores prácticas de movilidad desde donde estén
4. Reducir tiempos de viaje entre diferentes partes de la ciudad
5. Hacer las calles seguras y conmovedoras reduciendo los accidentes de tránsito
6. Mejorar el nivel de servicios y la inclusión digital de los vecinos

GOBIERNO EJEMPLAR

Buenos Aires tendrá un gobierno eficiente, transparente, integrado y centrado en las personas con el fin de ofrecer un servicio público de alta calidad. Se promoverá la colaboración entre diferentes áreas de gobierno y la participación ciudadana para asegurar políticas públicas con visión holística y de largo plazo.

1. Ser un gobierno transparente que rinda cuentas y se ajuste a altos estándares éticos, transmitiendo confianza a sus ciudadanos
2. Potenciar trabajo conjunto entre los niveles del OCBA y con otros organismos gubernamentales para elevar métricas comunes
3. Maximizar la eficiencia de las operaciones y de la gestión del GCBA
4. Ser un gobierno abierto y cercano que genere una cultura de colaboración entre el gobierno y los ciudadanos
5. Ser un gobierno que diseñe políticas basadas en evidencia y que evalúe el impacto de las mismas para los ciudadanos
6. Fomentar la vinculación entre el sector público, el privado, las universidades y ONGs para generar sinergias que mejoren la vida de los vecinos



1.6

Generate healthy environments and promote the incorporation of healthy habits that improve citizen's quality of life



Au Canada, les médecins prescrivent des visites gratuites au musée

Par Sylvie Riou-Milliot le 01.11.2018 à 12h00

Pour le mieux être de leurs malades, les médecins québécois peuvent désormais prescrire des visites gratuites au musée. Ce projet pilote démarre au Musée des beaux arts de Montréal (Québec).

+ LUS + COMMENTÉS + PARTAGÉS

Les sombres pressentiments de Stephen Hawking

Salon de la photo : espace et

Nature walk prescriptions issued by doctors in Scotland

by BAIBA ŠUSTERE



Doctors in Shetland, Scotland, can now prescribe nature to their patients. It is the first program of its kind in the United Kingdom.



Since October 5 of this year doctors in Shetland, Scotland, can legally prescribe nature to their patients. There are numerous benefits of nature therapy.



In fact, Japanese people have done it for decades with *shinrin-yoku* or *forest bathing*. It is the practice of spending time in the forest, and it can improve your health, reduce stress and anxiety, as well as improve your productivity and overall wellbeing. *Shinrin-yoku* offers a way to reconnect with nature by walking in the woods or spending time in the local park.

The program in Shetland, Scotland, seeks to reduce blood pressure, anxiety, stress and improve overall



www.activewellbeing.org

Follow us on **Facebook** and **Twitter**

Founding members



Development partners



With the support of the



INTERNATIONAL
OLYMPIC
COMMITTEE



Décrochons la Lune

Une campagne et une application



DÉCROCHONS
LA LUNE

Alliance du mouvement pour le bien-être

**SANTÉ
MOUVEMENT
SOLIDARITÉ**

Rejoignez la campagne
Décrochons la Lune 2018

Parcourir ensemble la distance Terre-Lune; soit 380'000 km, en encourageant l'activité physique pour tous, le bien-être physique, mental et social tout en soutenant trois belles causes liées à la jeunesse

3.2.1
**ATTACHEZ VOS
CEINTURES !**

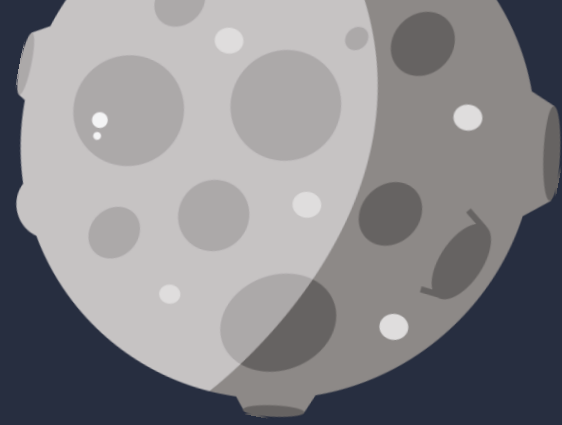
La campagne vous est proposée par :

  Fondation Planètes
Enfants Malades





380'000 KM
?

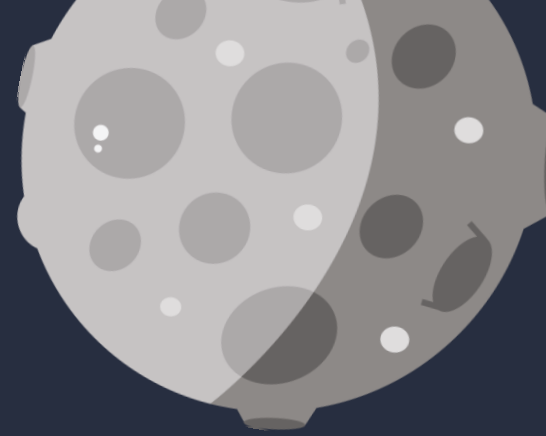


DÉCROCHONS
LA LUNE



des dons pour 11
causes soutenues

63 conseils
santé



9 semaines de campagne



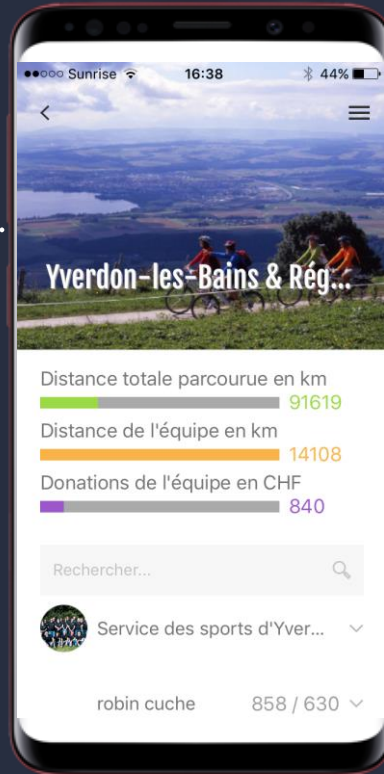
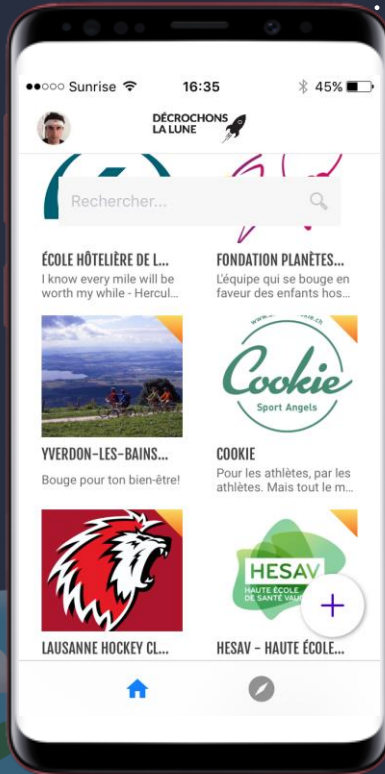
91'000 KM

32 équipes

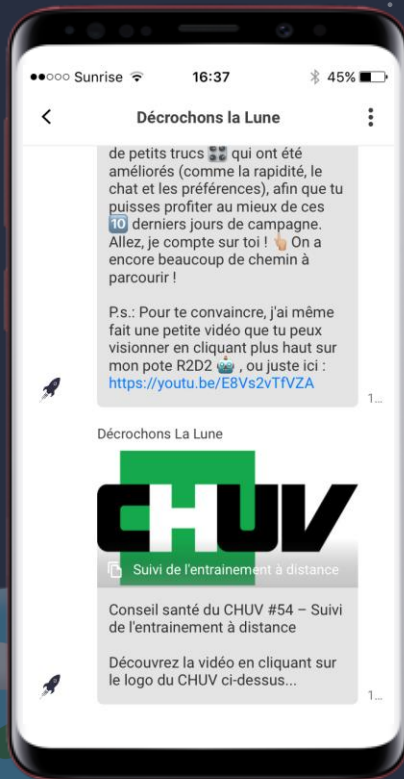
1700 activistes



application mobile



conseils santé



- 1 conseil par jour = 63 publications
- Textes, vidéos, audio, articles, ...
- Des conseils variés :
 - Le jardinage est-il bon pour la santé ?
 - Le poids ne dit pas tout !
 - La musculation n'est pas réservée qu'aux athlètes !
 - Bougez pour votre cerveau !
 - L'incontinence urinaire après une grossesse
 - Comment bouger au quotidien ?
 - Etc.

Yverdon-les-bains & région

**Yverdon-les-Bains**
SERVICE DES SPORTS

**Venez bouger
pour votre bien-être et votre santé !**

**Vendredi 21 septembre 2018 // 6 h 30 - 7 h 15**
Courons au réveil avec VO2sport
📍 Stade municipal d'Yverdon-les-Bains (vestiaires/douches)

**Mardi 25 septembre 2018 // 18 h 00**
Marche avec RocAlpes
📍 Sur le parking de la HEIG-VD, route de Cheseaux 1

**Jeudi 27 septembre 2018 // 6 h 00 - 8 h 30**
Nageons au réveil
📍 Piscine couverte d'Yverdon-les-Bains

**Mercredi 3 octobre 2018 // 18 h 00 - 19 h 30**
Nordic Walking avec Allez Hop Romandie
📍 Devant le restaurant de la plage d'Yverdon-les-Bains
Nombre de places limité – Inscription par email à sports@yib.ch

Jeudi 11 octobre 2018 // 12 h 20 - 13 h 00
Aquagym avec Corinne Besançon
📍 Piscine couverte d'Yverdon-les-Bains
Nombre de places limité – Inscription par email à sports@yib.ch

Mercredi 17 octobre 2018 // 13 h 30 - 16 h 30
Disco sur glace
📍 Patinoire d'Yverdon-les-Bains

**Mardi 23 octobre 2018 // 18 h 30 - 19 h 45**
Functional training - H.I.I.T – Bodyweight avec l'Association Chronos
Insane Workout
📍 Avenue de Grandson 48
Nombre de places limité – Inscription par email à sports@yib.ch

**Vendredi 26 octobre 2018 // 9 h 30 - 10 h 45**
Yoga-détente avec le Centre Devanand
📍 Collège du Cheminet, salle de rythmique
Nombre de places limité – Inscription par email à sports@yib.ch

**Montez à bord de la navette spatiale « Yverdon-les-Bains et Région »
et participez à ces événements 100% gratuits et accessibles à tous !**

Informations détaillées sur : www.yverdon.ch/DLL



"Courons au réveil", session de course à pied sans compétition ni chronomètre animée par VO2SPORTS. Présence de Nicole Held, diététicienne à Yverdon-les-Bains! Alors chaussez vos baskets et rejoignez-nous dès 6h00 au stade municipal (rue des Pêcheurs, 1400 Yverdon-les-Bains). Départ de la course à 6h30!



Rejoignez le vaisseau et venez effectuer quelques kilomètres lors de l'activité aquagym le jeudi 11 octobre !

Ce cours gratuit sera animé par Corinne Besançon de 12h20 à 13h30 à la piscine couverte d'Yverdon-les-Bains.

Inscrivez-vous sans tarder par email à sports@yib.ch! Toutes les infos sur www.yverdon.ch/dll



Ne rater pas l'événement "Disco sur glace" demain de 13h30 à 16h30 à la patinoire d'Yverdon-les-Bains. Pour cette activité inscrite dans le programme DLL, l'installation ouvre ses portes gratuitement! Petits et grands, venez patiner au son de la musique et sous les lumières tout en profitant des jeux mis à disposition.

yverdon-les-bains & région

DÉCROCHONS LA LUNE



Pourquoi je participe !

PORTRAIT

Jean-Daniel Carrard



Bains
Like This Page · 25 September ·

Décrochons la Lune | Pourquoi je participe à la campagne!

Votre nom: Jean-Daniel Carrard
Votre âge: 60 ans
Votre activité professionnelle: Syndic d'Yverdon-les-Bains

Quelles sont vos motivations pour à participer à la campagne Décrochons la Lune?
"Il me semblait naturel d'adhérer à une campagne qui fait écho à mes valeurs et aux ambitions que j'ai pour notre ville et sa population en termes de santé et d'activité physique."

Anecdote en lien avec le sport:
"Je m'entraîne régulièrement avec ma fille Apolline Carrard, co-fondatrice de VO2sport."

You and 28 others · 2 Comments · 6 shares

Like Comment Share

DÉCROCHONS LA LUNE



Pourquoi je participe !

PORTRAIT

Sylvain Fridelance



Service des sports Yverdon-les-Bains
Like This Page · 21 October ·

Décrochons la lune | Pourquoi je participe à la campagne!

Votre nom: Sylvain Fridelance
Votre âge: 23 ans
Votre activité professionnelle: Triathlète professionnel

Quelles sont vos motivations pour à participer à la campagne Décrochons la Lune?
"J'arrive au terme de ma saison de triathlon et je vais donc profiter de faire d'autres sports pour la campagne Décrochons La Lune"

Anecdote en lien avec le sport:
"Le sport me permet de voyager à travers le monde et de découvrir chaque année de nouveaux pays! Je prends le fait de me consacrer à 100% à mon sport comme une chance et non comme un sacrifice!"

7

Like Comment Share

Write a comment...

People you may know See All

Jean-Philippe Dufour
6 mutual friends
Add Friend



Orbe

Organisation de balades dans les alentours d'Orbe afin de proposer des moments de partage entre habitants



Orbe

Balades intergénérationnelles entre élèves et seniors
de l'EMS d'Orbe



Orbe

Balades intergénérationnelles entre élèves et seniors de l'EMS d'Orbe



Les petits pas font les grands chemins

2 OCTOBRE 2018 | EDITION N°2343

Orbe – Six élèves ont emmené neuf seniors en balade, vendredi, dans le cadre de la campagne de santé publique «Décrochons la lune».

A quelques heures près, les neuf retraités qui se sont promenés dans les rues d'Orbe, vendredi matin, auraient pu sentir des effluves de saucisses aux choux, dont la fête annuelle s'est déroulée ce week-end. La tente dressée sur la place du Marché était d'ailleurs déjà en place lorsque le petit groupe de seniors, accompagné par sept élèves de 11e Harmos et six adultes, a fait son apparition au centre du bourg. Les jeunes filles préposées à la manœuvre des fauteuils roulants ont alors dû faire preuve d'agilité pour contourner l'infrastructure tout en composant avec les pavés.

Projet intergénérationnel

Cette sortie, c'est Guillaume Salvi, professeur de sport au sein de l'Etablissement secondaire d'Orbe et environs, qui l'a imaginée dans le cadre de «Décrochons la lune». Ce projet a pour objectif d'inciter la population à bouger en cumulant, sur une application mobile, les distances réalisées ensemble, dans l'objectif de parcourir les 380 000 kilomètres qui séparent la terre de son satellite d'ici au 28 octobre. A Orbe, l'enseignant a pensé à réunir une partie de ses élèves et des aînés de l'unité d'hébergement médico-social d'Orbe ou qui fréquentent le Centre d'accueil temporaire (CAT) Le Verger.



Certains se sont délectés à la vue des massifs fleuris, d'autres du Jura. © Michel Duperrex

«Quelques minutes après que le groupe a commencé à se déplacer, Madeleine Zahler était déjà à la partie. «Je me suis dit que ça allait être intéressant de voir comment se passait cette Urbigène de 92 ans, qui, en semaine en raison de problèmes d'entraînement, elle n'a pas hésité à participer. Elle a été accompagnée par ses filles, Husic, 16 ans, et Gabriela Fernandes, 15 ans. Cette promenade était l'occasion pour elles d'échanger et de se projeter dans un avenir professionnel. «Je veux travailler dans le domaine de la santé, c'est ce qui me correspond le plus maintenant.»

Anecdotes et confidences

Un peu plus loin, Claudine Tosetti, 96 ans, se délectait de la vue qu'elle avait sur la ville. «Quand on voit la ville, c'est magnifique», comme elle aime dire. «Je trouve que les jeunes consacrent un peu de temps pour embellir notre quotidien.» Elle n'a pas étonné Angela Vanetta, assistante socio-éducative : «Les jeunes ont beaucoup à nous apprendre, car cela amène de nouvelles choses. Quand je leur ai parlé de la promenade, ils étaient très intéressés.»



Entre anecdotes et confidences, les participants ont poursuivi durant une petite heure la balade. Ils ont parcouru deux kilomètres et ont enregistré les données sur l'application «Décrochons la lune».

Orbe

Conférence sur la nutrition et les performances sportives



Conférence Publique Orbe - Nutrition et Performances Sportives

Envie de vous mettre sérieusement au sport ou simplement d'améliorer vos performances sportives ou encore prendre conscience de l'impact de notre alimentation sur notre santé? Alors ça se passe Vendredi 19 octobre 2018 à la buvette du Casino d'Orbe à 19h30!! Inscription gratuite par email: marion.perracini@bluewin.ch

Orbe

Marathon de spinning – plus de 1700 kilomètres parcourus





Lausanne hc



Ce soir, la campagne "Décrochons la Lune" sera à l'honneur à Malley 2.0. Alors n'hésite pas à aller faire tes kilomètres avant de venir encourager les Lions qui affronteront le HC Ambri-Piotta!

#lausannehc #lunionfaitlaforce #dll2018



📺 Jour de match.jpg

**DÉCROCHONS
LA LUNE** 

C'est jour de match ! Aujourd'hui, les Lions accueillent les Aigles du GSHC à Malley 2.0. Ce soir, les Lausannois patineront des dizaines de kilomètres et permettront donc à la fusée de « Décrochons la Lune » de se rapprocher de son objectif. Alors n'attends plus et toi aussi va faire tes kilomètres d'ici à ce soir. L'union fait la force !
#jourdematch #lausannehockeyclub #lunionfaitlaforce #dll2018



Notre capitaine a embarqué à bord du vaisseau. Arriveras-tu à faire plus de kilomètres que lui?

**DÉCROCHONS
LA LUNE** 

Coup de pouce d'ambassadeurs





Case Study: Une entreprise en mouvement



IOC OBJECTIVE: 30,000 KM

From 27 August to 28 October, make the smart move for you and for others, and help us cover the 30,000 kilometres between us and the moon. Walk, run, cycle, swim, dance, or garden... on your own, with your colleagues, your friends or your family. Any activity is possible and every thing counts! Do it to improve your health, boost your workplace productivity, creativity, and well-being. Do it often. Do it for a good cause.

DÉCROCHONS LA LUNE
THE WAY TO REACH THE MOON

A mission supported by:
Châlo
Swisscom
Telecom
Energy

WHY JOIN THIS CAMPAIGN?

- Be part of a community working towards the same goal
- Be healthy
 - Boost energy and better stress management
 - Improve mood & mental health
 - Reduced risk of chronic diseases such as heart disease, diabetes & cancer
 - Improve sleep
- Do it for a good cause
 - Foundation, charity, elderly, disabled (physical activity for hospitalized children)
 - Humanitarian, humanitarian disaster relief for people with intellectual disabilities
 - COVID-19 assistance (support to young adults from minor sports)
 - WFL, cancer, and for links support for people with reduced mobility

HOW TO GET ON BOARD?

- Download the Décrochons la Lune app
- Join the IOC Team
- Move and register your kilometres
- Share and learn from health tips
- Raise money for charities

A FEW NUMBERS FOR SWITZERLAND:

- 75 hours: average yearly time each employee is absent
- 77% of annual employee absenteeism is due to health reasons
- 4.2 billion francs: direct cost of absenteeism each year

AUGUST 27th - OCTOBER 28th
www.dcrochonslalu.ch

J-7 : Affichage dans les couloirs de la description de la campagne ainsi que d'un tutoriel pour démarrer avec l'application

GET ON BOARD!!!
IOC Objective : 30'000 KM

Download the app "Dcrochons la Lune"





Sign up
Create your account using your professional email address

Team
Join the IOC Team and help us to reach our objective

Move!
Set up your personal objective and Start or Add a new activity to get closer to it

Objective: Moon
Check out the dashboard of the team and the distance left to the moon

Share your profile with your family members and let them use it to register their activities

DÉCROCHONS LA LUNE



GET ON BOARD!!!

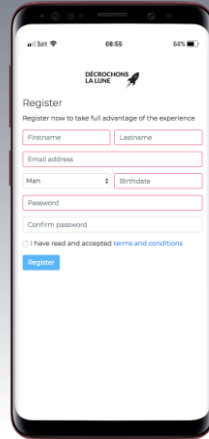
IOC Objective : 30'000 KM



Download the app
"Décrochons la lune"



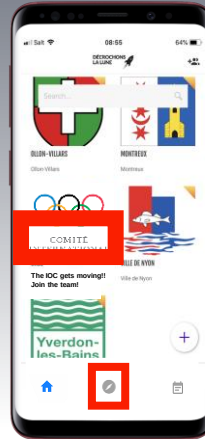
DLL



Sign up

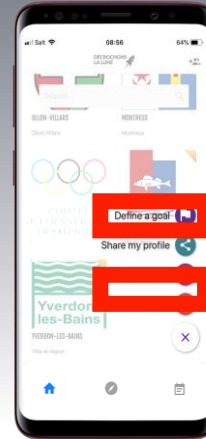
Create your account using
your **professional email**
address

!! Please note: DO NOT
use the same password
as your professional one !!



Team

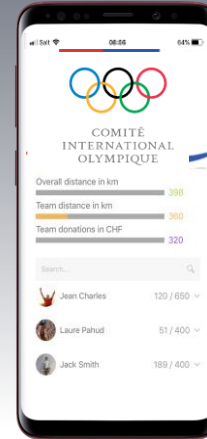
Join the **IOC Team**
and help us to reach
our objective



Move!

Set up your personal
objective and **Start** or
Add a new activity to
get closer to it

Share your profile with
your **family members**
and let them use it to
register their activities



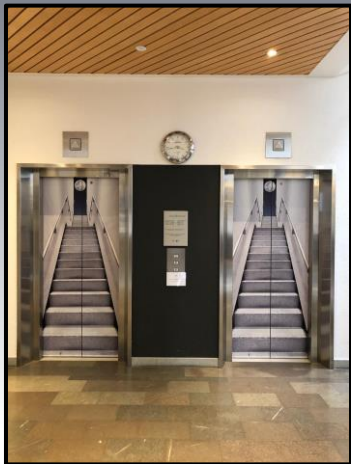
Objective: Moon

Check out the
dashboard of the
team and the distance
left to the moon





Activation



Jour J : Mise en valeur de la campagne et affichage de stickers qui encouragent à prendre les escaliers à la place des ascenseurs



**DÉCROCHONS
LA LUNE**





Activation



*** English below ***

Montez à bord, Rejoignez la campagne « Décrochons la Lune » 

Objectif du CIO : 30 000 km

Du 27 août au 28 octobre, bougez malins et bougez altruiste en contribuant à votre niveau à atteindre les 380 000 kilomètres nous séparant de la Lune. Le CIO a décidé de prendre part à cette campagne innovante se déroulant sur tout le canton de Vaud dans une démarche visant à promouvoir le bien-être et la santé au travail.

Alors téléchargez l'application disponible sur l'App Store et Google Play, rejoignez l'équipe CIO et accumulez tous les kilomètres que vous ferez seul ou accompagnés de vos collègues, amis ou famille en marchant, courant, faisant du yoga, du football, du jardinage... Tout est possible et tout compte !

Saisissez cette opportunité pour prendre soin de votre bien-être, pour recevoir des conseils santé à travers l'application dédiée à la campagne et pour contribuer à de belles causes.

Décollage: 27 août
Atterrissage: 28 octobre

Vous trouverez toutes les informations concernant cette campagne (tutoriel, vidéos, etc.) sur la Gazette, rubrique « Our actions », « Shoot for the moon ».

N'hésitez pas à contacter [Adrien Siervo](#) pour toutes questions.



Get on Board, Join the "Décrochons la Lune" Campaign! 

IOC Objective: 30'000 km

From 27 August to 28 October, make the smart move for you and for others, and contribute to cover the 380,000 kilometres between us and the moon. As an organization, the IOC decided to take part in this innovative campaign with an objective of 30'000 kilometres.

Download the App on the App Store or Google Play, join the IOC Team and accumulate/upload/contribute all the kilometres that you do on your own, with your colleagues, your friends or your family, by walking, cycling, doing yoga, wakeboarding, gardening... Anything is possible, and everything counts!

Take the opportunity to look after your well-being, receive regular health tips through the application and contribute to support various youth-focused charities.

Take-off: 27 August
Landing: 28 October

You can find all information about the campaign (tutorial, videos, etc.) on the Gazette, "Our actions section", "Shoot for the moon".

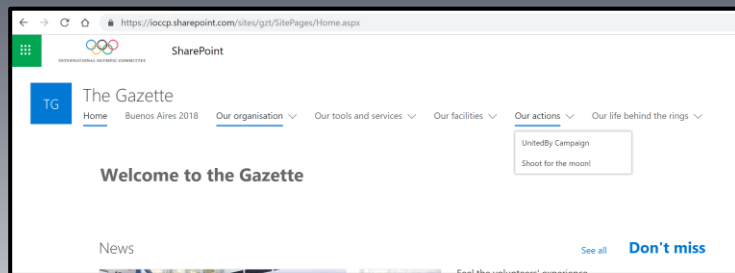
If you have any specific questions, don't hesitate to reach out to [Adrien Siervo](#).



**Jour J : Mailing interne
envoyé à tous les
employés par la
communication interne
afin de signaler le début
officiel de la campagne**



Activation

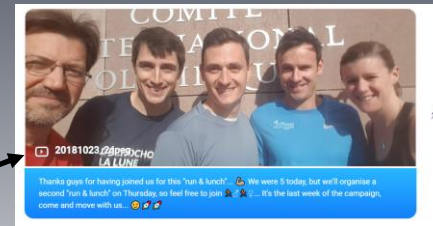
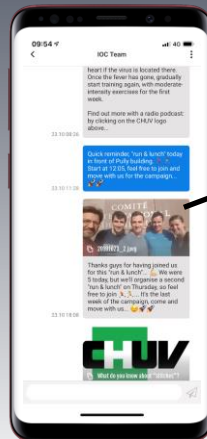
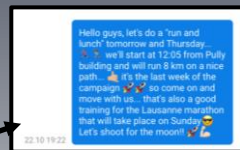
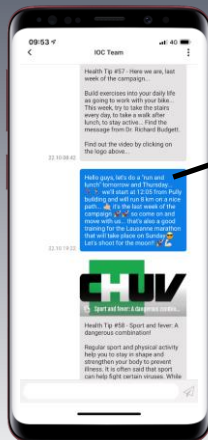


Tout au long de la campagne:
Utilisation de l'extranet afin de
mettre en valeur la campagne et
ajouter du contenu





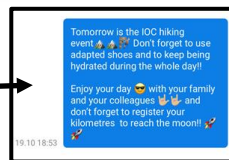
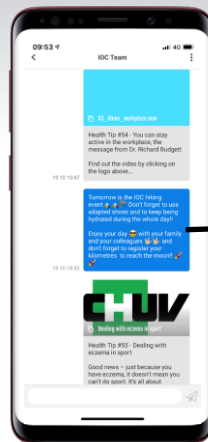
Exemples de contributions



Tout au long de la campagne:

- Communication via le chat pour l'organisation de sortie "run & lunch"

- Utilisation d'événements organisés par le club de sport de l'entreprise pour rappeler la campagne et donner des petits conseils malins





Exemples de contributions



Tout au long de la campagne:
Participation vidéo du
Président, du directeur ainsi
que du docteur de l'organisation





Merci

