

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Diabètevaud, la Fondation O₂ du canton du Jura et le Service de la santé publique de Neuchâtel s'associent pour promouvoir la santé et le bien-être des populations locales, en encourageant l'activité physique adaptée via la plateforme *Je me bouge pour ma santé*

En Suisse, selon [l'Office fédéral de la santé publique](#), près de 2,3 millions de personnes, soit un tiers de la population, sont touchées par des maladies non transmissibles, comme le cancer, les maladies cardiovasculaires, le diabète, les affections chroniques des voies respiratoires et les maladies musculosquelettiques. Ce chiffre ne cesse d'augmenter. Or, un mode de vie sain et des actions préventives peuvent éviter ou retarder plus de la moitié de ces maladies et leurs complications, soulignant l'importance d'investir dans la promotion de la santé et la prévention. L'activité physique constitue l'un des leviers les plus puissants pour prévenir ces maladies et leurs complications.

***Je me bouge pour ma santé* : le plaisir du mouvement**

Fruit d'une initiative de diabètevaud et de plusieurs ligues et associations de santé (Unisanté, Ligue Vaudoise contre le cancer, Ligue vaudoise contre les maladies cardiovasculaires, Ligue vaudoise contre le rhumatisme, Graap Fondation, Ligue pulmonaire vaudoise, Ligue suisse contre le cancer), le site www.jemebouge.ch a été créé en 2019 dans le canton de Vaud, avec le soutien financier de Promotion Santé Suisse et du Département de la santé et de l'action sociale vaudois. Le but de cette plateforme est de rendre l'activité physique accessible à toutes et tous, en particulier aux personnes sédentaires et/ou atteintes de maladies chroniques.

Un outil simple et pratique : envie de tester ?

Concrètement, la plateforme propose un moteur de recherche permettant aux utilisateur·rices de trouver facilement des cours et des activités en fonction de leur localisation, de leur condition physique, de leurs préférences et de leur budget. Elle offre des propositions pour la pratique d'activités à domicile, ainsi qu'une foire aux questions pour répondre aux interrogations courantes.

Les professionnel·les de la santé peuvent encourager leurs patient·es à utiliser cette ressource afin de faciliter leur parcours de soins. Les prestataires d'activités physiques sont invité·es à rejoindre la plateforme pour élargir leur visibilité et contribuer à la promotion de l'activité physique auprès du public.

Officialisation du partenariat entre diabètevaud, la Fondation O₂ et le canton de Neuchâtel

Suite au succès croissant de la plateforme *Je me bouge pour ma santé* dans le canton de Vaud, diabètevaud, la Fondation O₂ du canton du Jura et le Service de la santé publique du canton de Neuchâtel annoncent la poursuite officielle de leur collaboration pour étendre cette initiative dans leurs cantons respectifs. Par la signature d'une convention en début d'année, ces acteurs engagés renforcent leur partenariat pour soutenir l'adoption de comportements favorisant la santé et promouvoir l'activité physique auprès de leurs populations locales.

Actuellement, le site recense plus de 500 activités physiques adaptées dans les cantons de Vaud, Neuchâtel et Jura et propose des activités variées dans leur type, leur prix, leur localisation et leur format (en groupe, en extérieur, gratuit). La plateforme envisage d'élargir davantage son périmètre à l'ensemble de la Suisse romande.

Contacts presse :

Léonore Porchet, présidente du comité de diabètevaud, leonore.porchet@gmail.com, 079 350 67 43

Aurélie Giger, directrice diabètevaud, aurelie.giger@diabetevaud.ch, 079 517 29 32



Avec le soutien des cantons de
Vaud, Neuchâtel et Jura
Ainsi que de Promotion Santé Suisse
(Prévention dans le domaine des soins)



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera