Commune en santé

Semaine en santé du 9 au 13 octobre 2023

La Semaine en santé a fait son retour pour une troisième édition.

Programme

Lundi 9 octobre

Bus d'Unisanté Flyer

Bilan santé de 30 min.
Information et inscription :
bus.unisante.ch ou 021 545 24

Phoca PDF

63.

14h – 16h Atelier séniors FRC « Du magasin à l'assiette : trouver son équilibre »

Flyer
Proposé par l'Association « Fédération romande des consommateurs FRC Vaud ». Inscription au 021 695 33 80.

19h Conférence M. Niels Weber, Psychologue-Psychothérapeute, spécialisé en hyperconnectivité (soirée spéciale 4 -10 ans) Flyer
Espace Nicollier, sans inscription.

Mardi 10 octobre

Bus d'Unisanté Flyer
Bilan santé de 30 min. Information et inscription : bus.unisante.ch ou 021 545 24 63.

18h – 19h Initiation Urban Training
Marche et exercices en plein air. Départ en tenue de sport depuis la place François-Silvant, devant le bâtiment du Centre socioculturel. Inscriptions sur www.urban-training.ch.

18h – 19h30 Initiation à la méditation pleine conscience
par Mme Juliette Gross, instructrice MBSR. Tout public. Salle Federer (1er étage) bâtiment du Centre socio-culturel. Inscription au 021 695

Phoca PDF

33 80.

Mercredi
11 octobre

Bus d'Unisanté Flyer
Bilan santé de 30 min.
Information et inscription : bus.unisante.ch ou 021 545 24 63.

15h – 17h Atelier pâtisserie AFIRO « cakes et sablés »
Dès 8 ans. Les parents le souhaitant peuvent rester à proximité.
Rdv au tea-room AFIRO, ch. de Champ-Colomb 10. Places limitées. Inscription avant le 9 octobre au 021 695 33 80.

19h Conférence M. Niels Weber, Psychologue-Psychothérapeute, spécialisé en hyperconnectivité (soirée spéciale ados) Flyer
Espace Nicollier, sans inscription.

Jeudi
12 octobre

Bus d'Unisanté Flyer
Bilan santé de 30 min.
Information et inscription : bus.unisante.ch ou 021 545 24 63.

20h Conférence « Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur le sommeil »
Par le Prof. Raphael Heinzer, Professeur associé et médecin chef, Centre d'investigation et de recherche sur le sommeil

Phoca PDF

(CIRS).
Salle Federer (1er étage), bâtiment du Centre socioculturel.
Inscription au 021 695 33 80.

Vendredi
13 octobre

! ANNULEE !

14h Balade accompagnée et commentée par M. Corajoud, géographe et écrivain
Tout public. Distance d'environ 4 km. Départ depuis la place François-Silvant, devant le bâtiment du Centre socioculturel. Inscription au 021 695 33 80

Prochaines conférences

A venir.

Historique des conférences

28 février 2024

Ateliers et conférences « Pour des sourires en santé ».

12 octobre 2022

Self-défense mental

11 octobre 2022

Soins palliatifs et fin de vie : s'informer et en parler

Phoca PDF

21 septembre 2021

La durabilité et la place de l’activité physique

Présentation

23 septembre 2021

Alimentation et durabilité

Présentation

Jeudi 7 novembre 2019 :

Tiques, grippe, faut-il se vacciner?

Présentation sur les tiques

Présentation sur la grippe

Jeudi 10 octobre 2019 :

Le sport, la nutrition: mode de vie

Jeudi 4 avril 2019 :

Traitement de la douleur et hypnose

11 octobre 2018 :

Phoca PDF

Conférence "Comment se faciliter la vie malgré les rhumatismes"

12 juin 2018 :

Manger équilibré...un plaisir pas si sorcier !

Présentation

22 mars 2018 :

Bien vieillir dans son corps et sa tête - Conseils pour stimuler sa mémoire et rester en bonne forme physique

Présentation

28 septembre 2017 :

Les yeux des enfants : comment détecter les problèmes visuels chez les tout-petits... et pourquoi c'est important !

22 juin 2017 :

22 juin 2017 - Dormir mal ce n'est pas normal !

Présentation

Phoca PDF

2 mars 2017 :

La bouche de nos enfants : un trésor à sauvegarder !

Présentation de Celso Varandas Da Costa - Hygiéniste dentaire
Présentation "La bouche de nos enfants, un trésor à sauvegarder partie I"
Présentation "La bouche de nos enfants, un trésor à sauvegarder partie II"

10 novembre 2016 :

Que faire pour prévenir et détecter les cancers ?

Présentation - Que faire pour prévenir et détecter les cancers de la peau ?
Présentation - Cancer colorectal

15 septembre 2016 :

Histoires de PARENTS

16 juin 2016 :

Moi je veux rester à la maison

Présentation - Prévention des troubles cognitifs
Présentation - Rester autonome lorsqu'on vieillit et que la vue baisse

10 mars 2016 :

Phoca PDF

Comment préserver ou améliorer sa santé ?

Présentation - Comment préserver ou améliorer sa santé ?
Ouvrages de références

29 octobre 2015 :

Accidents au quotiden, bien agir

Présentation - Accidents dentaires
Présentation - Plaies et pharmacie de ménage
Check-list pharmacie de ménage

18 juin 2015 :

Urgence, les bons réflexes

Présentation - Organisation des urgences
Présentation - Les premiers secours à la portée de tous
Présentation - Fonctionnement de la chaîne des urgences

Le groupe est composé de :

Partenaires indépendants

Phoca PDF

Domaine	Nom du participant	Entité
Clinique dentaire	Laura Musat	Adent Cliniques Dentaires Groupe SA
Clinique dentaire	Maria Tiotiu	Ardentis Clinique Dentaire EPFL
Orthodontie	Giuseppe Mercuri	Mercuri Orthodontie Sàrl
Généraliste	Alix Aubert	Cabinet indépendant
Samaritains	Jean-Claude Schweizer	Association cantonale vaudoise des samaritains
Samaritains	Stéphane Jordan	Association cantonale vaudoise des samaritains
Centre médical	Caroline Boesch	Ensemble Hospitalier de la Côte
Pédiatrie	Yvonne Bérard	Cabinet indépendant
Pharmacie	Shida Zen-Ruffinen	Pharmacie Amavita Croset
Canton	Loreene Casteyde	Unisanté, Département de promotion de la santé et de préventions - Secteur Interventions communautaires
Centre médical	Marie France Boulc’h	APREMADOL – Association pour

Phoca PDF

		la prévention et le maintien à domicile dans l'Ouest Lausannois
Pédiatrie	Chiara Giracasa	Cabinet indépendant
Association de seniors	Comité	Association 55+ d'Ecublens
Commune	Axel Noverraz	Chef du Service des activités scolaires et parascolaires
	Serge Nicod	Chef du Service des affaires sociales, familiales et du logement
EMS	Céline Neri	Responsable service hôtelier et socio-culturel EMS Clair-Soleil

Partenaires collectifs

Phoca PDF

AIDE ET SOINS À DOMICILE

55+ d'Ecublens

unisanté
Centre universitaire de médecine générale et santé publique · Lausanne

C'est en automne 2014, à l'occasion d'une rencontre avec les établissements hospitaliers de la Côte (EHC) qui avaient récemment ouvert un centre médical sur le campus de l'EPFL, que l'impulsion fut donnée pour créer *Ecublens en santé*.

Ainsi, après avoir invité les acteurs de la santé installés à Ecublens, un groupe de travail a été constitué et réuni pour la première fois le 4 mars 2015. A l'issue de cette séance, durant laquelle sont ressortis plusieurs thèmes à traiter, une première conférence a été organisée le 18 juin 2015.

Toutes les activités se veulent gratuites et tout public.

Phoca PDF