

"Pour votre santé, bougez!"

En Suisse également, on célébrera la Journée mondiale de la santé en 2002. Cette année, elle sera consacrée au sujet "Pour votre santé, bougez!" (www.prevention.ch). La manifestation nationale suisse aura lieu à Genève le vendredi 5 avril. Elle permettra de sou-tenir les efforts que l'OMS consent pour promouvoir l'activité physique et la santé. Elle sera aussi l'occasion de présenter des activités suisses dans ce domaine et de stimuler des initiatives aux niveaux local et national.

La journée commencera au quartier centrale de l'OMS avec une manifestation ouverte à tous et à toutes.

World Health Day 2002 Event, WHO Headquarters, Geneva

- 10.10 Introduction
Dr. Pekka Puska, Director of Noncommunicable Disease Prevention and Health Promotion, WHO
- 10.15 Opening Remarks
Mr. Maryan Baquerot, Executive Director, WHO
- 10.20 Welcome Words
Mr. Adolf Ogi, Special Advisor to the UN Secretary General on Sports for Development and Peace
- 10.25 Agita São Paulo, Brazil (video)
- 10.30 Hip Hop Dance (Ecole de Boum)
- 10.40 An Athlete's View (Mr. Marc Rosset, tennis player)
- 10.45 Statement
Mr. Pierre-François Unger, Counsellor of the Republic and State of Geneva
- 11.00 A Former Athlete's View (Mr. Rudy Bennet, former basketball player)
- 11.05 Physical Activity within the Italian and European Space Agency (video)
- 11.10 Line Dancing (WHO Fitness Centre)
- 11.30 Closing Remarks
Dr. Pekka Puska

A midi, tout le monde est invité à participer à un cortège de l'OMS jusqu'au centre-ville (à pied, bien sûr!). Il sera agrémenté de petits spectacles artistiques.

A 14h00, la partie officielle se déroulera à l'Hôtel de Ville. Sur la Promenade de la Treille, différentes activités seront proposées au public, qui pourra aussi obtenir de nombreuses informations sur l'activité physique et la santé.

Manifestation officielle à l'Hôtel de Ville de Genève, 5 avril 2002

- 14.30 Adresses par les autorités genevoises, fédérales et l'OMS
 - *Un représentant du conseil d'Etat de la République et du canton de Genève*
 - *M. Adolf Ogi, ancien conseiller fédéral et conseiller spécial du Secrétariat Général des Nations Unies (SGNU) pour le sport au service du développement et de la paix (vidéo)*
 - *D' Pekka Puska et M.Hamadi Benaziza, Département Prévention des maladies non transmissibles et promotion de la santé, OMS*
 - *M. Christian Ferrazino, conseiller administratif de la Ville de Genève (sous réserve)*
- 14.50 Activité physique et santé: mise au point scientifique
D' Mikael Rabaeus, cardiologue, Genève
- 15.05 Les activités de la Confédération
Heinz Keller, directeur de l'Office fédéral du sport, Macolin
- 15.15 Présentation des gagnants du Concours de projets 2001 du Réseau santé et activité physique Suisse et de la CONCORDIA, par M. Raffaël Vonovier
 - *SlowUp*
 - *Films sur asphalte, de Menel Rachdi*
- 15.30 Genève s'active! (clip)
 - «Allez Hop!»
 - Bus santé
 - Carrefour Prévention
 - «En ville, sans ma voiture!»
 - La vélo-cité
 - Les HUG bougent
 - Le sport à Genève
 - Plan Piétons
 - Service Santé Jeunesse
 - Sport sans tabac
- 15.45 Fin de la manifestation

Cette manifestation est organisée par le Canton et la Ville de Genève en collaboration avec l'Office fédéral du sport, l'Office fédéral de la santé publique, Promotion Santé Suisse et l'OMS. Appartenez-vous à une organisation qui souhaite présenter un stand d'information ou des activités concrètes? N'hésitez pas à contacter Amina Benouniche, Direction générale de la santé, 24, avenue de Beau-Séjour, 1206 Genève, tél. 022 839 98 37, amina.benouniche@etat.ge.ch.

Table des matières	page
• "Pour votre santé, bougez!"	1
• Editorial de Ursula Ulrich, OFSP	2
• Journée mondiale de la santé 2002	2
• Actualités	3
• Agenda	4

Editorial

En 2002, la Journée mondiale de la santé aura pour thème "Pour votre santé, bougez!".

Lorsque j'ai appris cette nouvelle, j'ai été contente de voir que nos différentes activités de promotion de l'activité physique (Concept pour une politique du sport en Suisse, Plan d'action environnement et santé, Feel your Power, etc.) allaient recevoir du soutien et des encouragements.

Dans un deuxième temps, je me suis demandé si la Journée mondiale de la santé n'aurait pas dû choisir un sujet qui concerne l'ensemble des habitants de la planète, et donc également ceux des pays en développement et des pays émergents. Or, cette interrogation reposait sur l'hypothèse que la sédentarité est uniquement un problème des pays industrialisés.

Je me suis alors rappelé que ce n'est pas vrai. En février 2001, j'ai eu l'occasion de me rendre au Vietnam. Dans ce pays en plein boom économique, on s'aperçoit que l'industrialisation et l'augmentation du revenu moyen entraînent une modification des habitudes en matière de déplacement. Le Nord du Vietnam est une région beaucoup plus pauvre et moins industrialisée que le reste du pays. J'ai observé que les gens se déplaçaient à pied ou à vélo, même s'ils devaient transporter de lourdes charges. Plus nous sommes descendus vers le sud, qui est économiquement plus favorisé, plus nous avons vu des voitures et surtout des motos. Les cyclistes devaient se serrer au bord de la route pour les laisser passer et on ne voyait pratiquement plus personne transporter des gros colis à pied. Si cette tendance se maintient au Vietnam, il y a fort à parier que la sédentarité deviendra à plus ou moins longue échéance un problème de santé publique.

"Pour votre santé, bougez!" – ce slogan concerne tous les êtres humains. Certains sont appelés à reprendre de bonnes habitudes, d'autres à ne pas les perdre.

Ursula Ulrich-Vögtlin,
Service santé et environnement,
Office fédéral de la santé publique

Journée mondiale de la santé 2002

Dès sa création, la Journée mondiale de la santé a choisi de traiter les grandes questions touchant à la promotion de la santé et à la prévention. "La santé pour tous" est l'un des objectifs de l'OMS. La mise en place de la Journée mondiale de la santé a d'ailleurs été l'un des premiers gestes officiels de l'OMS. La première a eu lieu le 22 juillet 1948. Plus tard, elle a été déplacée au 7 avril. A partir de 1950, elle a été consacrée chaque année à un sujet particulier.

Sur les posters officiels de la Journée mondiale de la santé 2002, on peut lire "Agita Mundo", ce qui signifie en portugais "faire bouger le monde". Ce slogan fait allusion à un mouvement qui a servi de modèle à la Journée mondiale de la santé 2002 "Agita São Paulo" (faire bouger São Paulo). Cette initiative, qui a débuté très modestement, avait pour but d'encourager les habitants de São Paulo à bouger pour rester en forme. Ce mouvement s'est ensuite étendu à tout le Brésil, puis à tout le continent sud-américain. Et cette année, il sert même de base à la Journée mondiale de la santé. Un succès global! En 2002, "Agita Mundo – Move for Health" mettra à nouveau l'accent sur les liens entre l'activité physique et la santé, sujet qui avait déjà été abordé en 1999 ("Active Ageing"). Ce slogan très simple s'adresse à chacun, au-delà des frontières économiques, culturelles, sociales et géographiques(www.who.int/world-health-day).

Le manque d'activité physique est l'une des principales causes de maladies cardiovasculaires, de diabète et d'obésité. L'OMS estime que plus de 2 millions de décès sont provoqués chaque année par la sédentarité. On pense qu'un tiers des cas de cancer pourraient être évités si les personnes se nourrissaient sainement tout au long de leur vie, si elles ne dépassaient pas leur poids idéal et si elles pratiquaient régulièrement une activité physique. Jusqu'à 80% des cas précoces de maladies cardiaques sont dus à une mauvaise alimentation, à la sédentarité et au tabagisme. Des études menées en Chine, en Finlande et aux USA prouvent que d'infimes modifications du mode de vie permettraient d'éviter près de 60% des cas de diabète de type 2. Ces chiffres le montrent clairement: il est temps que, dans le monde entier, on se préoccupe autant de la prévention que de la guérison.

Pour attirer l'attention des politiques, des responsables de la santé publique et de l'opinion publique sur ces problèmes, la directrice générale de l'OMS, Mme Gro Harlem Brundt-



Cette affiche annonce la principale manifestation de la Journée mondiale de la santé 2002, à São Paolo

land, a annoncé que le slogan de la Journée mondiale de la santé 2002 insisterait sur la nécessité de se maintenir en bonne forme et en bonne santé. L'importance de l'activité physique et les avantages qu'elle entraîne seront le thème des activités proposées. Dans le cadre de cette journée, l'OMS souhaite attirer l'attention dans le monde entier sur les rapports qui existent entre la prévention des maladies et la pratique d'une activité physique. Plusieurs manifestations parallèles auront lieu dans des établissements scolaires, dans des entreprises, dans des stades sportifs ou encore dans des communes. Les fédérations mondiales de sport, représentées par la Fédération internationale de football (FIFA) et le Comité international olympique (CIO) ont décidé qu'il serait interdit de fumer dans les stades de la Coupe du monde de football 2002 ainsi que dans les enceintes sportives de Salt Lake City pendant les Jeux olympiques. Malgré ces efforts louables, il reste à traduire dans les faits les données scientifiques et à les faire intégrer dans les priorités de la politique et de la recherche. Si nous parvenons à le relever, ce défi permettra d'aider des êtres humains à vivre plus longtemps et en meilleure santé.

En 2002, la Journée mondiale de la santé se déroulera principalement à São Paolo. Ce sera l'occasion de présenter les succès remportés par le modèle "Agita São Paolo". De nombreuses organisations participent à ce programme et encouragent les jeunes et les moins jeunes à pratiquer une activité physique pour rester en bonne santé. Ce mouvement a marqué le sujet de la Journée mondiale de la santé 2002 ("Agita Mundo - Move for Health"). Dans le monde entier, les municipalités et les régions sont appelées à se rallier à ce mouvement et à organiser des activités qui encourageront une vision de la santé durable et orientée vers l'avenir.

Actualités

Le projet "Colonne vertébrale"

Une mauvaise position et des douleurs ressenties au niveau de la colonne vertébrale: des problèmes fréquents à notre époque. Or, il serait possible de contrer cette tendance en promouvant une pratique régulière du sport et des exercices de gymnastique pendant les récréations.

Le Département uranais de l'instruction publique a donc lancé le projet "Colonne vertébrale". Sous la direction de Thomas Gisler, professeur de sport et spécialiste de la physiologie de la performance (muscles et mouvements) à l'*Institut für Leistungsphysiologie und Gesundheit* (IMBA) de Lucerne, et avec la collaboration de Daniel Wunderlin, professeur de sport à Schattdorf, 224 écoliers ont participé à ce projet pendant six mois.

Une série d'exercices a été créée et répétée avec les enfants. Une petite brochure résume ces exercices et donne des informations sur le projet en général. Elle peut être commandée à l'Office des sports du canton d'Uri:

Amt für Sport
Klausenstrasse 4
6460 Altdorf
Tél.: 041 875 20 64
E-mail: sportamt@ur.ch



**Réseau santé et
activité physique Suisse**

Une grande partie de la population suisse n'est pas suffisamment active sur le plan physique. Le Réseau santé et activité physique Suisse s'est donné pour but de promouvoir la santé en faisant connaître les recommandations qu'il a élaborées conjointement avec l'Office fédéral du sport (OFSP) et l'Office fédéral de la santé publique (OFSP).

Les travaux du réseau se fondent sur le plan en quatre étapes décrit dans le document de base de l'OFSP, de l'OFSP, du réseau et Promotion Santé Suisse.

1re étape: compréhension

Le document de base comporte des recommandations et des explications qui constituent la base des activités déployées dans le cadre du réseau. Elles ont été communiquées aux professionnels de la santé ainsi qu'aux décideurs à tous les niveaux. Le réseau peut développer de manière ciblée certains thèmes ou prendre position sur certaines questions.

2e étape: coopération

Les membres du réseau travaillent en étroite collaboration. Ils se tiennent mutuellement informés des activités prévues, procèdent à l'échange d'expériences et donnent accès aux résultats de leurs évaluations.

3e étape: action

Les mesures concrètes sont développées en tenant compte des indications du plan en quatre étapes. Les membres du réseau peuvent reprendre des activités existantes, développer de nouvelles activités ou soutenir celles d'organisations partenaires sur le plan de la conception, du personnel ou du matériel.

4e étape: intégration

Les membres du réseau s'engagent dans leur domaine d'activités pour que le besoin d'exercice physique que ressent chaque être humain soit mieux pris en compte et devienne partie intégrante d'une politique globale de promotion de la santé. Les membres peuvent être soutenus, dans la mesure où ils tentent de promouvoir la santé par l'activité physique dans leur domaine, par des idées et des conseils ainsi que par un lobbying ciblé.

Membres

Font partie du réseau des organisations qui s'engagent en faveur de la promotion de la santé conformément à ce qui a été écrit ci-dessus. On distingue les membres ordinaires, des organisations d'importance interrégionale ou nationale, et les membres extraordinaires, actifs sur le plan local ou régional.

Les membres se réunissent deux fois par an, une fois à l'automne et une fois au printemps, et reçoivent en outre régulièrement un bulletin d'information.

Secrétariat

L'OFSPPO assure en commun avec Promotion Santé Suisse le secrétariat du réseau. Le secrétariat est au service du comité, prépare les réunions du réseau et publie son bulletin d'information, qui présente un aperçu des activités du réseau et de ses membres ainsi que d'autres informations sur des sujets choisis.

Site web

Le site www.hepa.ch est une plate-forme d'information pour nos membres et pour toutes les personnes qui s'intéressent à la promotion de la santé par l'activité physique et le sport. On y trouve le document de base "Activité physique ayant des effets positifs sur la santé", ainsi que de nombreux renseignements et diverses publications. On peut s'y inscrire à un bulletin d'information envoyé chaque mois par e-mail.

Adresse de contact

Office fédéral du sport (OFSPPO)
Réseau santé et activité physique Suisse
2532 Macolin
Tél.: 032/327 61 23
Fax: 032/327 64 05
e-mail: info@hepa.ch
Internet : www.hepa.ch



Agenda

5 avril 2002

Genève
Manifestation nationale, Journée mondiale de la santé
"Pour votre santé, bougez!"

7 avril 2002

São Paolo
Manifestation globale, Journée mondiale de la santé

25-27 avril 2002

Genève
Assemblée annuelle de la Société suisse de médecine interne, de la Société suisse de santé publique (SSSP) et d'autres sociétés spécialisées

16 mai 2002

Winterthur
Réunion de printemps du Réseau santé et activité physique Suisse

20 juin 2002

Lausanne
Réunion du Groupe francophone du Réseau santé et activité physique Suisse

9-12 septembre 2002

Macolin
Cours MPH "Activité physique et santé"

12 septembre 2002

Macolin
Assemblée annuelle du Réseau santé et activité physique Suisse

26-27 septembre 2002

Yverdon
Assemblée annuelle de la Société Suisse de Médecine du Sport

Impressum:

Martin Rumo
Réseau santé et activité physique Suisse
Secrétariat
2532 Macolin
Tél: 032 327 61 23
E-mail: rumo@hepa.ch
www.hepa.ch