

ACTIONS SANTE 2010

L'EPFL pense à sa santé !



Cette année l'accent sera mis sur le **stress**, une conférence du médecin psychiatre Alexis Burger sur le « burnout » aura lieu le **2 mars 2010 de 17h00 à 18h30** en salle CO2 dont voici une présentation :

« Le travail évolue, la souffrance qu'on peut y rencontrer aussi. Si pendant longtemps, c'est les atteintes physiques à l'intégrité qui ont dominé, nous assistons actuellement à une forme nouvelle de souffrance au travail. Elle touche directement notre psychisme et moins clairement notre corps. Mobbing, conflit, fatigue, burnout, stress, épuisement, tels sont différentes formes de souffrance au travail qu'il vaut mieux connaître afin de s'en protéger. La responsabilisation croissante de l'individu face aux tâches professionnelles nous expose à mal percevoir nos limites. Il s'agit par conséquent de développer une conscience accrue de nos motivations pour optimiser notre investissement et préserver notre créativité. »

Bus des Liges de la Santé

Du 22 février au 11 mars 2010 (du lundi au jeudi)

Sur l'Esplanade

Profitez de faire un dépistage des facteurs de risque de maladies cardiovasculaires en 30 minutes pour un montant de 30.- CHF auprès du bus B&CS (Bilan et Conseils Santé) !

Prélèvement capillaire sanguin, cholestérol, diabète, tension artérielle, mesure du monoxyde de carbone pour les fumeurs, feront partie du contrôle et seront suivi d'un conseil santé donné par un professionnel.

Un rapide contrôle à deux pas de votre bureau ou de votre salle de cours ! Attention : [réservation préalable au 021/623.37.45](mailto:021/623.37.45)

Journées Santé

Les 1 et 2 mars 2010 de 11h00 à 15h00

A la Coupole

Venez découvrir les quelques 20 stands ayant répondu à l'appel et qui cette année éclaireront, dans la mesure du possible, leurs messages sur le thème du stress !

Des informations concernant la bioimpédance, la nourriture, le shiatsu, les dons d'organes, l'alcoolisme, le service des sports, la coordination des mouvements, le planning familiale, le développement durable, le tabagisme, la santé mentale, la santé spirituelle, les abus sexuels, l'anorexie/boulimie, l'autisme...

Bus de la Ligue Vaudoise contre le Cancer

Le 11 mai 2010 de 8h30 à 16h30

Sur l'Esplanade

En complément de leur présence lors des journées santé, la Ligue Vaudoise contre le Cancer sera présente le 11 mai 2010 sur l'Esplanade. Lors de leur venue en 2009, 206 personnes ont été vues par le dermatologue, 17 personnes ont reçu le conseil d'aller voir un dermatologue et faire un check-up complet, 51 personnes ont reçu le conseil de se faire enlever un grain de beauté et 8 cas de suspicion de mélanome ont été identifiés! Profitez de cette occasion pour faire le point de la situation avant l'été et recevoir de judicieux conseils ! (sans réservation)

Nous nous réjouissons de vous rencontrer nombreux lors de ces journées !

Pour le réseau Help - Carole Dusonchet (Service des Affaires Estudiantines)