

PROGRAMME

Jeudi 21

17h10

Salle de l'Esplanade

Prof. Antoine Flahaut

S'il n'y avait qu'un médicament, ce serait le mouvement

Épidémiologiste et professeur de santé publique à l'Université de Genève, Prof. Antoine Flahaut dirige l'Institut de Santé Globale qui est un composant de la Faculté de Médecine de l'Université de Genève. Il a en outre dirigé le centre collaborateur de l'OMS pour la surveillance électronique des maladies. Auteur du livre « Prévenez-moi! Une meilleure santé à tout âge », il s'intéresse aujourd'hui à la prévention de la santé pour rester en forme tout au long des différentes étapes de la vie.

Vendredi 22

18h30

Salle de l'Esplanade

Samy Sieber

Influencer par le mouvement : la corde à sauter comme média social

Samy Sieber, alias Samsjump, est un influenceur vaudois passionné de corde à sauter. Devenu une figure inspirante sur les réseaux sociaux, il démontre grâce à ses contenus comment il a changé cette pratique en levier d'influence positif, en outil pédagogique et en source d'inspiration pour toutes les personnes désireuses de transformer leur vie.

De l'écran à la rue, du saut au partage, explorons ensemble comment la corde à sauter devient un pont entre sport, santé et influence positive.

Samedi 23

14h30

Grande salle

Dansons La Vie

Présentation de l'évènement Dansons la Vie

Partenaire de l'association depuis 2023, l'EHC soutient la promotion de la danse comme soin de support pour les personnes atteintes de cancer. Cette courte présentation témoigne des bénéfices pour la santé de la danse pour les patient•e•s dans leurs parcours de réadaptation.

Les prestations des danseurs et danseuses étoiles qui accompagnent les patient•e•s dans le film de présentation émerveilleront petit•e•s et grand•e•s.

Samedi 23

17h45

Salle de l'Esplanade

Béatrice Berthet

Rencontre énergique et passionnée avec une enfant du pays

Béatrice Berthet, plusieurs fois médaillée aux Jeux paralympiques de ski et aux championnats du monde, dans toutes les disciplines !

À seulement 10 ans, face à un cancer, elle a dû se faire amputer au dessus du genou à l'hôpital d'Aubonne. Mais rien ne l'a arrêtée, au contraire ! A AubonnExpo, elle viendra partager son incroyable parcours, sa passion intacte pour le ski, et ce qui lui tient à cœur : « *Il faut bouger, prendre l'air, se retrouver entre amis, comme quand on était gamins ! Parce que c'est ça, c'est l'envie le vrai carburant !* »

Dimanche 24

14h00

Salle de l'Esplanade

**Dr Stéphane Tercier
Philippe Furrer**

SPARK : allumer l'envie de bouger chez les jeunes

Médecin du sport et expert en santé des jeunes, Stéphane Tercier dirige le centre G02 à l'EHC. À ses côtés, Philippe Furrer, spécialiste en sport, urbanisme et durabilité, met en lien bien-être, espace public et activité physique. Ensemble, ils ont fondé SPARK, un projet innovant pour stimuler l'envie de bouger chez les jeunes.

Rendez-vous sur le stand EHC au G02 corner pour tester votre détente verticale et votre qualité d'atterrissage avec l'équipe G02.

