

LES LIGUES DE SANTÉ DU CANTON DE FRIBOURG

Par Lucile Ducarroz, Photos : « Gilgen Door Systems ».

FACE AUX MALADIES CHRONIQUES : PRÉVENIR, DÉPISTER, AIDER À FAIRE FACE

Les maladies chroniques que sont le diabète, le cancer et les affections respiratoires représentent actuellement la première cause de mortalité en Suisse et dans le monde. Ces maladies de longue durée et d'évolution généralement lente sont la cause de nombreuses souffrances et de pertes de qualité de vie chez les personnes concernées et leurs proches.

Face à ce fléau, les Ligues de santé du canton de Fribourg s'engagent au quotidien pour accompagner les personnes malades et leurs proches, afin qu'elles puissent vivre au mieux avec la maladie et faire face à ses multiples conséquences sur le

plan personnel, familial, professionnel et social. Elles s'engagent aussi dans le dépistage précoce et dans la prévention, afin que l'incidence de ces maladies chroniques diminue.

Les effets conjugués de la forte croissance démographique dans le canton de Fribourg et du vieillissement de la population ont entraîné au cours des dernières années une augmentation significative des activités des Ligues de santé, une tendance qui risque de se poursuivre au cours des années à venir.

Association à but non lucratif, les Ligues de santé du canton de Fribourg regroupent la Ligue fribourgeoise contre le cancer, diabètefribourg et la Ligue pulmonaire fribourgeoise, ainsi que leurs centres

de compétences : le Centre de dépistage du cancer du sein, le Registre des tumeurs, l'Equipe mobile de soins palliatifs Voltigo et le CIPRET Centre de prévention du tabagisme.

LES RENDEZ-VOUS AU QUADRANT

Une alimentation saine et équilibrée, une activité physique régulière, une consommation modérée d'alcool et la non-consommation de tabac. Ces comportements sains favorisent la santé et permettent de réduire les risques de développer une maladie chronique.

Afin de faire la promotion de ces comportements auprès de la population fribourgeoise et d'informer sur les maladies





chroniques, les Ligues de santé proposent un programme d'activités en lien avec la santé nommé «les Rendez-vous au Quadrant». Ces activités sont gratuites et ouvertes à tout le monde ; elles se déroulent dans l'Espace information-prévention du Quadrant (au rez-de-chaussée). Echantillons des prochains rendez-vous : un échange sur les pique-niques sains et sympas, des conseils pour l'arrêt du tabagisme, une promenade de santé ou encore une information sur le sommeil sain.

LE QUADRANT, LIEU D'ORIENTATION, D'INFORMATION ET DE SOUTIEN SUR LES HAUTS DE PÉROLLES

Depuis 2013, les Ligues de santé ont investi avec d'autres associations fribourgeoises actives dans les domaines santé et social le bâtiment du Quadrant, sis à la Rte St-Nicolas-de-Flüe. Pourquoi nommer ce bâtiment « le Quadrant » ? Tout simplement en référence à l'outil de navigation ancien, utilisé par les marins pour s'orienter dans les mers et les océans. S'inspirant de cette image, le Quadrant se veut un lieu d'orientation, d'information et de soutien pour les personnes fragilisées.

Le Quadrant est issu d'une volonté commune des différents partenaires de travailler d'avantage ensemble et de favoriser les synergies. Les organisations réunies au Quadrant ont notamment décidé de traiter ensemble la thématique des proches aidants.

Avec le soutien de la Direction de la santé et des affaires sociales, elles organisent ensemble la première journée cantonale des proches aidants qui aura lieu le 30 octobre 2015 et se sont fixé pour objectif la création d'une « plateforme des proches aidants ».

**POUR EN
SAVOIR PLUS
SUR LES PRESTATIONS
ET LES ACTIVITÉS DES
LIGUES DE SANTÉ DU CANTON
DE FRIBOURG ET DU QUADRANT :**
WWW.LIGUESSANTE-FR.CH
WWW.QUADRANT-FR.CH