



# CYGNE *Digest* PRINTEMPS 25

Chers Patients,

Nous sommes ravis de vous présenter le 6ème numéro de notre bulletin d'information, spécialement conçu pour vous, patients du CYGNE. Nous vous souhaitons une transition harmonieuse vers un printemps synonyme de bien-être, de soutien et de sérénité.

Notre mission est de vous tenir informés, engagés et autonomes dans la gestion de votre santé digestive.

Dans chaque édition, vous trouverez les dernières nouvelles de notre centre, des explications sur la santé digestive, des conseils pratiques et bien plus encore. Nous espérons que ces informations précieuses vous accompagneront dans votre parcours de santé.

## **Nouveautés**

- Le CYGNE fait désormais partie de la **Société de Métabolisme et de l'Obésité (SMOB)**, permettant la prise en charge globale du surpoids et de l'obésité y compris à travers la prescription des agonistes du GLP1 après avis auprès du médecin conseil de votre assurance en cas de demande de remboursement. Si vous êtes concernés par le surpoids ou l'obésité, hésitez pas à solliciter les médecins du CYGNE pour aide à la prise en charge de l'obésité.

- Depuis le 1.1.2025, les correspondances doivent être adressées à notre **nouvel email: cygne@hin.ch**. Nous vous informons qu'aucune donnée médicale confidentielle n'est émise depuis le CYGNE vers un email non sécurisé.

## **Mars Bleu au CYGNE:**

### **Campagne de sensibilisation à la prévention du cancer colo-rectal**

Fini le classique "côlon gonflable" et les conférences trop sages 🎈

**Place au Défi "Bouge en Bleu" 2025, pour la promotion du dépistage du cancer colo-rectal !**

En collaboration avec le Programme Cantonal de Dépistage du Cancer Colo-Rectal

◆ Au programme :

• Lancement :

**Coup d'envoi au Gommer-Challenge (Course de Ski), le samedi 1er Mars, en Bleu 🏔️**

La Dre S.Buyse skiera avec le Ruban Bleu, pour le Programme Cantonal de Dépistage du Cancer Colo-Rectal.

- Challenges sportifs (mois de mars entier) 🏃🚴🏊

**Scannez le QR code et cumulez vos heures de mouvements** (course, marche, vélo, tennis, natation, yoga prénatal, marche, méditation...) pour gagner la Récompense du Mars Bleu 💪

Vous pouvez former des groupes pour relever les défis hebdomadaires et suivre vos performances grâce à notre application dédiée 🤝📱

- **Quiz santé interactif** pour les patients et l'équipe CYGNE 🤔🗳️

Chaque Lundi du mois de Mars : Participez aux quiz en ligne sur la prévention du cancer colorectal et les maladies digestives 📖

Points bonus pour ceux qui invitent des patients à rejoindre le défi 🙌

.... Prix spéciaux à gagner pour les meilleurs scores

### . Challenges inclusifs

Pour ceux d'entre nous qui ne peuvent participer aux défis sportifs, une âme d'artiste est bienvenue! **Envoyez vos plus belles photos en Bleu** sur la plateforme du Mars Bleu pour gagner le prix de la Meilleure Photo Bleue!

**Renforcez la communauté CYGNE autour de la prévention et du bien-être** 🌐

◆ **Clôture du Mars Bleu le 31 mars 2025: Remise des prix** 🎤🏆

#### ◆ Objectifs :

- **Bouger un max** 🏃
- **Marquer les esprits** 🔥
- **Montrer que nous sommes un centre ambulatoire dynamique et engagé** 🚀😊

#### ◆ Comment participer :

- Inscrivez-vous dès maintenant via le QR code dédié
- Commencez à cumuler vos heures de sport et à répondre aux quiz
- Invitez patients et amis à se joindre au défi 😊

### Notre bibliothèque spécialisée s'agrandit

Avec de nouvelles références sur le microbiote ou encore la santé mentale, n'hésitez pas à consulter les dernières références sur le SIBO ou les liens entre intestin et cerveau dans notre salle d'attente.

### Le CYGNE restera ouvert autour de Pâques

Notre équipe ne vous oublie pas et se relaie pour vous permettre d'être suivis sans interruption malgré cette période de congés.

### Votre avis compte !

Afin d'améliorer continuellement nos services, nous vous invitons à partager vos retours d'expérience et suggestions. Votre avis est précieux et nous aide à mieux répondre à vos besoins. Vous pouvez nous contacter par email ([cygne@hin.ch](mailto:cygne@hin.ch)) ou lors de votre prochaine visite au centre. Notre équipe reste à votre disposition pour toute question ou préoccupation.

Votre équipe dévouée CYGNE