



Projet « JE ME BOUGE POUR MA SANTÉ »

piloté par **diabètevaud**
en partenariat avec

 **ligue contre le cancer**

 **ligue vaudoise contre le cancer**

unisanté
Centre universitaire de médecine générale
et santé publique - Lausanne

 **LVCV** Ligue vaudoise
contre les maladies
cardiovasculaires


**Ligue vaudoise
contre le rhumatisme**
Notre action - votre mobilité

 **graap** | fondation
groupe d'accueil et
d'action psychiatrique

 **diabètevaud**


LIGUE PULMONAIRE VAUDOISE

soutenu par



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



LIBERTÉ
Patrie
**canton de
vaud**

Faites connaître vos activités physiques adaptées grâce à Je me bouge !



Gérer une activité sur le site www.jemebouge.ch :
Marche à suivre

Vous n'avez pas encore de compte ?

→ Créer un nouveau profil :

1. Cliquez sur « **Proposer une activité** » en haut de la page web puis, après avoir pris connaissance des informations, cliquez sur « **ici** » au milieu de la page



OU

1. Cliquez sur « **S'identifier ou s'inscrire** » en haut de la page
2. Appuyez sur « **Inscription** » pour créer un nouveau compte. Une fois que toutes les cases sont remplies, appuyez sur le bouton orange « **Inscription** » pour finaliser celle-ci.

Vous avez déjà un compte ?

→ Se connecter :

1. Cliquez sur « **S'identifier ou s'inscrire** » en haut de la page web.



2. Entrez votre **identifiant ou adresse mail** et votre **mot de passe** pour vous connecter.

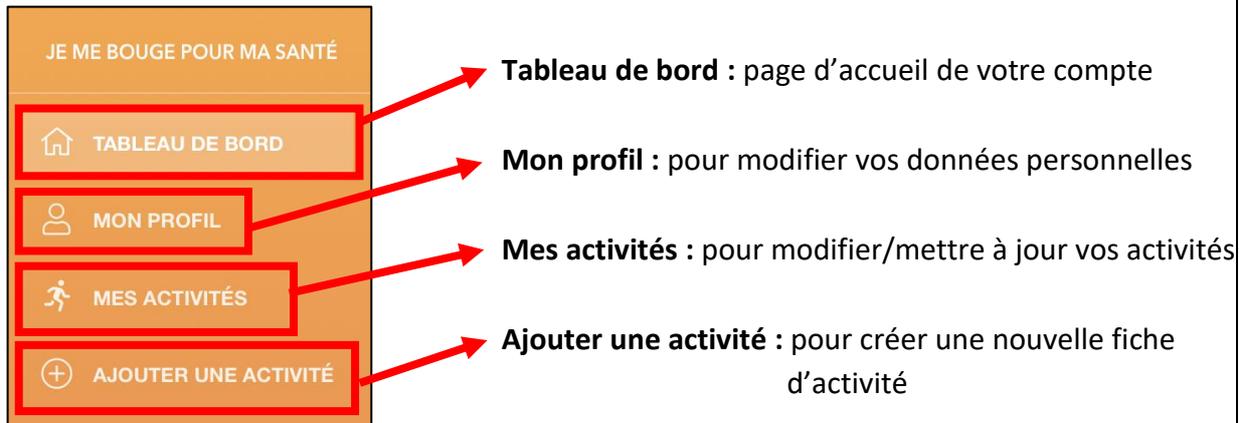
NOTES :

- Vous avez **oublié votre mot de passe** ? → Appuyez sur « Mot de passe oublié » et suivez la procédure.
- Ce message d'erreur apparaît ? → Entrez à nouveau votre identifiant et mot de passe

Erreur : les cookies sont bloqués ou ne sont pas reconnus par votre navigateur. Vous devez **activer les cookies** pour utiliser WordPress.

Naviguer sur le tableau de bord (une fois connecté) :

Sur la gauche, vous trouverez divers onglets dont l'utilité est détaillée ci-dessous :



JE ME BOUGE POUR MA SANTÉ

- Tableau de bord** : page d'accueil de votre compte
- Mon profil** : pour modifier vos données personnelles
- Mes activités** : pour modifier/mettre à jour vos activités
- Ajouter une activité** : pour créer une nouvelle fiche d'activité

Ajouter une activité :

1. Sous l'onglet « **Ajoutez une activité** », vous pouvez créer une nouvelle fiche d'activité

2. Remplissez les cases obligatoires (*)

3. Rajoutez des informations liées à votre activité dans les différentes zones de texte libre (p. ex. description personnalisée)



NOM DE L'ACTIVITÉ *
Gigoter en musique

VOTRE ACTIVITÉ

MON ACTIVITÉ FAIT PARTIE D'UN PROGRAMME DE RÉADAPTATION
 NON

TYPE D'ACTIVITÉ * 📌
Autre

4. Cliquer sur « **Ajouter** » en bas de la page pour soumettre votre activité



IMPORTANT : Il se peut que la validation de la fiche d'activité (et donc sa publication) prenne quelques semaines.

Autres manipulations possibles :

Sous « **Mes activités** » :

Cliquez sur  pour **modifier** l'activité

Cliquez sur  pour **dupliquer** votre activité

Cliquez sur  pour **pré-visualiser** votre activité

Cliquez sur  pour **supprimer** votre activité



NOM DE L'ACTIVITÉ	CATÉGORIE	LOCALITÉ	DERNIÈRE MISE À JOUR	STATUT	ACTIONS
Gigoter en musique	Autre	1005	02.06.21	En attente de validation par info@jemebouge.ch	   

En cas de questions : info@jemebouge.ch