



SILAB
Source
Innovation Lab

Laboratoire d'innovation

SNH
SWISS NUTRITION & HEALTH FOUNDATION

Comment pêcher ses oméga-3 dans le canton de Vaud ? Projet oméga quoi ?

Nathalie Daina-Laville, BScN, MAS, Maître d'enseignement SILAB

Pr Serge Rezzi, PhD, CEO SNH

Dre Dominique Truchot-Cardot, MD, PO, Responsable SILAB

Rosmarie Veraguth, chimiste HES, Chief Operating Officer SNH



La Source.

Institut et Haute
Ecole de la Santé



Hes·so

On a un problème de taille

- Les oméga-3 sont **essentiels** à la santé cardiovasculaire.
- Alors que le nombre d'incidents cardiovasculaires ne cesse d'augmenter, il est probable que la population vaudoise n'en consomme pas assez.
- Une méconnaissance des bienfaits des oméga-3 couplée à des barrières économiques et des habitudes alimentaires inadaptées contribuent à cette insuffisance...

mais il faut le démontrer au plus vite et proposer des solutions !



Quelle pourrait être la solution

1. Évaluer les connaissances globales
2. Analyser objectivement les comportements alimentaires
3. Mesurer les teneurs réels en oméga-3 des aliments choisis
4. Identifier les causes racines
5. Proposer des recommandations simples

Pourquoi notre projet est unique

- **Il est transdisciplinaire**

Le fruit d'un **partenariat unique** entre une Haute École en Santé (Institut et Haute École de la Santé La Source) et une Fondation spécialisée en recherches nutritionnelles (Swiss Nutrition & Health Foundation) pour une approche scientifique et pédagogique innovante.

- **Il apporte des solutions concrètes**

Des recommandations simples et personnalisées, la diffusion de bonnes pratiques et la création de partenariats pour amplifier l'impact.

- **Il est impactant**

En améliorant la littératie alimentaire et en facilitant l'accès aux oméga-3, nous posons les bases d'un changement durable pour la santé communautaire dans le canton de Vaud.



SILAB
Source
Innovation Lab
Laboratoire d'innovation



Merci !



La Source.
Institut et Haute
Ecole de la Santé



Hes·so