

OpenSunday

Une approche ludique de la santé



Das OpenSunday Programm

Situation

Les enfants ne bougent pas assez et plus ils grandissent, plus leurs activités diminuent. En Suisse, un enfant sur six souffre de surpoids ou d'obésité. De plus, pendant l'hiver, l'activité physique a presque seulement lieu à l'école ou dans les clubs de sport. Les enfants utilisent de plus en plus vite les médias sociaux et leur durée d'utilisation quotidienne augmente sans cesse. Afin de lutter contre cela, diverses formes d'activité physique adaptées à l'âge sont nécessaires car c'est pendant l'enfance que se mettent en place les bases pour les activités physiques futures. Ainsi, plus tôt les enfants sont encouragés à bouger, plus leur comportement futur en termes d'activité physique sera influencé de manière positive et durable.

OpenSunday

Pendant les mois d'hiver froids et humides, IdéeSport ouvre les portes des salles de sport locales pour les filles et les garçons de l'école primaire. Le programme les encourage à jouer librement et à bouger régulièrement au quotidien avec plaisir. L'offre est gratuite et aucune inscription ou abonnement n'est nécessaire. Les OpenSundays ne promeuvent aucun sport de compétition. Tous les enfants peuvent participer aux événements indépendamment du sexe, de l'origine, du statut social ou des capacités sportives.

Ils sont pris en charge par une équipe d'adultes responsables du projet du domaine socio-pédagogique ou sportif, de jeunes et de bénévoles des communes ou des villes.

Pour un espace en mouvement

La collaboration des jeunes est un élément clé de tous les programmes d'IdéeSport. Ils apprennent à prendre des responsabilités et font partie intégrante du projet ; ils sont le « projet dans le projet ».

Objectifs du programme

IdéeSport utilise avec OpenSunday une infrastructure disponible et offre aux enfants un espace libre, extra-scolaire et facile d'accès pour le jeu et l'activité physique. Grâce aux OpenSundays qui ont lieu régulièrement, les enfants restent actifs physiquement les week-ends d'hiver. Les OpenSundays encourage les enfants à bouger avec plaisir pour leur santé et contribue ainsi dans une large mesure à leur intégration sociale dans les communes et les quartiers. A travers leur participation, les enfants ont de nombreuses possibilités d'agir et de décider, ce qui renforce leurs compétences sociales et leur confiance en soi.

Groupe cible

Les OpenSundays sont destinés à tous les enfants de l'école primaire entre 6 et 12 ans. La participation des jeunes et de personnes clés de la commune, du quartier ou de l'école constitue un élément principal du programme.

Concernant IdéeSport

IdéeSport

La Fondation IdéeSport s'engage pour la promotion de l'enfance et de la jeunesse. Elle utilise le sport comme moyen de prévention contre les dépendances, pour la promotion de la santé et l'intégration sociale. Avec ses programmes MidnightSports, OpenSunday et MiniMove, IdéeSport ouvre des espaces vides pour le sport et le mouvement et permet ainsi aux enfants et aux jeunes de se rencontrer régulièrement au delà des frontières culturelles et sociales.

Chiffres clés

8549

Lors de la saison d'hiver 2017/2018, 8549 enfants se sont dépensés 19'600 fois lors des OpenSundays. *

753

Lors de la saison d'hiver 2017/18, 753 OpenSundays ont été organisés. *

39.2 %

39.2% des participants sont des filles. *

* Chiffres de la saison 2017/18