

Concept *Bouge en famille*

1. Vision, buts et mesures

Vision de Bouge en famille

Lorsque les enfants commencent l'école, les compétences motrices de base sont acquises. Le programme promeut un développement sain et cohérent. Enfants et parents bougent avec plaisir tout au long de leur vie.

Objectifs de Bouge en famille

- Les lieux de rencontre et d'accueil parents-enfants pour les familles ayant des enfants de 0 à 8 ans encouragent la pratique du mouvement au quotidien.
- Le mouvement et l'activité physique sont ancrés et font partie intégrante des activités quotidiennes de l'organisation.

Groupes cibles de Bouge en famille

Groupe cible primaire et indirect

Enfants de 0 à 8 ans

Accompagnatrices et accompagnateurs d'enfants dans les centres d'accueil et de rencontre parents-enfants, personnes-clés.

Groupe cible secondaire et direct

Personnes en charge des structures d'accueils et organismes responsables.

Responsables des groupes de rencontre ou d'accueil parents-enfants, d'offres de gardes d'enfants, d'offres d'activités physiques.

Activités dans le cadre de Bouge en famille

- Les groupes cibles secondaires sont accompagnés et conseillés gratuitement
 - Conseil sur place
 - Échanges d'expériences et inputs en ligne
 - Domaine interne online pour une mise en œuvre à long-terme
 - Vidéo d'introduction
- Formation des adultes organisant des activités pour les familles
 - Vidéo d'introduction
- Matériel mis à disposition
 - Kit de démarrage, avec 16 vidéos mensuelles et brochure Purzelbaum
 - Ressources en ligne : 16 vidéos et idées de pratique

- Marche à suivre pour l'organisation de la fête *Bouge en famille*
- Contribution ponctuelle de CHF 500.-
- Valorisation de l'engagement via une plaquette / certificat

2. Matériel

Vidéo d'introduction

La vidéo d'introduction présente le projet en allemand, français et anglais. Elle fournit en 20 minutes des informations de fond et des exemples de pratiques sur l'activité physique chez les enfants.

Groupe cible :

Responsables de groupes parents-enfants, d'offre de garde d'enfants et d'offres d'activités physiques

Contenu :

- Présentation : qu'est-ce que Bouge en famille ?
- Apports de la pratique du mouvement dès la petite enfance : favorisation d'un développement sain et global, préparation à l'entrée à l'école et participation à l'activité physique et au sport tout au long de la vie
- Promotion des compétences motrices de base
- Mouvement et mesures de sécurité pour les activités intérieures et extérieures
- Principes de variation (enfants plus âgés/enfants plus jeunes, pratique intérieure/pratique extérieure, valorisation du matériel à disposition au quotidien)
- Inspiré de la didactique « Tous les enfants bougent »
- Conception d'aménagements intérieurs et extérieurs favorisant le mouvement et l'activité physique
-

16 Posters – 16 idées de promotion du mouvement

16 posters avec différents outils de promotion du mouvement

Groupes cibles

Enfants âgés de 0 à 8 ans

Personnes accompagnant les enfants dans les centres dédiés

Personnes-clés et génératrices de liens

Fête *Bouge en famille*

Une fête a lieu une fois par année, dans un cadre coloré et valorisant divers jeux de mouvement. Elle permet de sensibiliser les personnes qui fréquentent les lieux de rencontre et d'accueil parents-enfants à l'importance du mouvement au quotidien. Elle a aussi pour objectif de renforcer la cohésion et l'appartenance au programme *Bouge en famille*. La structure est soutenue par RADIX dans l'organisation de l'événement à travers la marche à suivre (check-liste pour la planification), les idées pratiques et un accompagnement sur mesure. La fête *Bouge en famille* peut être intégrée dans un autre événement de la structure.

Groupes cibles

Enfants âgés de 0 à 8 ans

Personnes accompagnant les enfants dans les centrés dédiés

Personnes-clés

3. Accompagnement

Groupes cibles de l'accompagnement

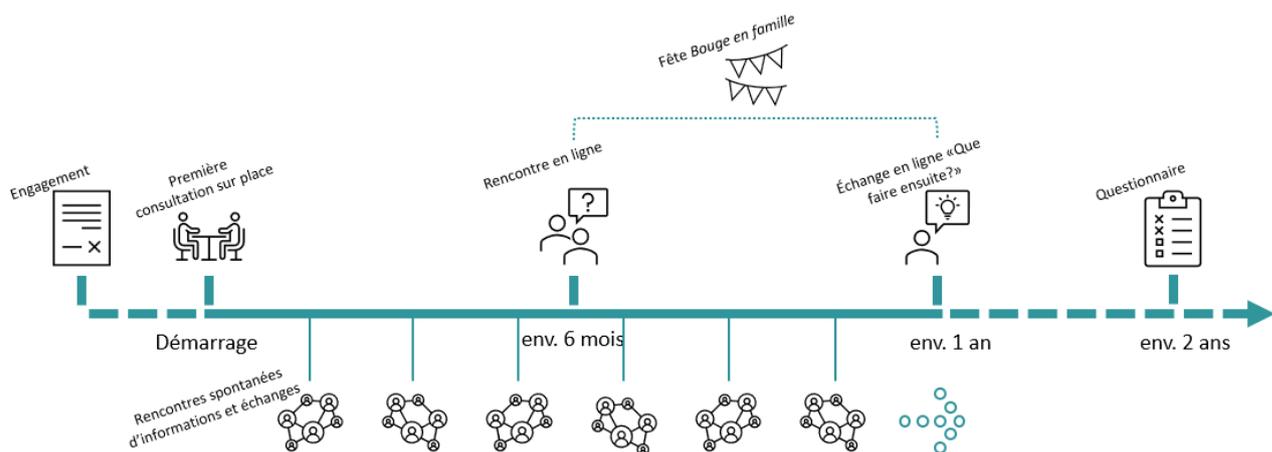
Responsables de structures et organismes responsables

Responsables des groupes parents-enfants, d'offres de garde d'enfants et d'offres d'activité physique

Objectifs de l'accompagnement

- Les groupes cibles connaissent le lien entre l'activité physique et le développement sain des enfants.
- Les groupes cibles peuvent mettre en œuvre les activités de *Bouge en famille*.
- Les outils préexistants sont valorisés et complétés.
- Les familles socio-économiquement défavorisées sont atteintes.
- Le mouvement et l'activité physique sont encouragés à long-terme.

Calendrier du projet



Conditions générales de l'accompagnement

Implication *Bouge en famille* et le centre d'accueil ou de rencontre parents-enfant signent une convention dans laquelle sont définies les prestations de *Bouge en famille* et les tâches du centre familial. La signature de cette convention est une condition préalable au démarrage de l'accompagnement, à la transmission du kit de démarrage et au versement de la contribution financière.

L'offre d'accompagnement individuel dure 8 heures et inclut une première consultation sur site. Les autres rencontres se déroulent en ligne.

Le groupe de projet, constitué de la direction de la structure et deux à trois autres personnes, est conseillé et accompagné dans la mise en œuvre des divers éléments que constituent *Bouge en famille*.

- **Première séance** sur place (durée : environ 1h30)
- Premier **échange en ligne** après environ 6 mois (durée : environ 1h30)
- Deuxième **échange en ligne** « **Que faire ensuite ?** » environ un an après le démarrage du projet. Les discussions ont lieu avec la direction de la structure et le groupe de projet.
- Un accompagnement type « support » supplémentaire en ligne peut être mis en place si nécessaire.

Contenu de l'accompagnement

Première consultation sur place	Première séance avec le groupe de projet
Contenu	<ul style="list-style-type: none">- La direction de la structure présente les locaux, l'organigramme et l'organisation du lieu.- Les différents supports du projet sont introduits (posters <i>Bouge en famille</i> avec possibilité d'adaptation pour la structure, fête <i>Bouge en famille</i>, dépliant avec code QR pour les parents, brochure pour les parents, ressources thématiques en ligne, checklist, tableau).- Les prestations de <i>Bouge en famille</i> ainsi que l'enquête menée après deux ans sont expliquées.- Le calendrier de mise en œuvre est consigné par écrit. Il fait partie intégrante de la convention.- Le formulaire d'honoraires est signé par la direction de la structure ou par l'organisme compétent. Un montant unique de CHF 500.- est versé pour la participation.- Les besoins et souhaits de dates pour les prochaines rencontres sont pris en compte.

	<ul style="list-style-type: none"> - La personne de référence pour introduire le projet aux autres personnes concernée est nommée.
Questions de départ	<ul style="list-style-type: none"> - Quelle est la motivation de la direction de la structure ou du programme ? - Quelles sont les offres ou activités proches ? De quelle manière est-il possible de les articuler avec <i>Bouge en famille</i> ? - Quels sont les facteurs de réussite (tenant compte de l'utilisation des locaux) ? - Quelles pourraient être les difficultés rencontrées ?
Questions subsidiaires possibles	<ul style="list-style-type: none"> - Quelles autres activités régulières sont proposées dans la structure (ex : activités créatrices) ? - Qui devrait être impliqué dans le projet (bénévoles, parents, commune, etc.) ? - Comment les parents seront-ils atteints (y inclus les personnes plus difficiles à atteindre) ? - Comment les informations et nouveautés seront-elles relayées ? - Qui regarde la vidéo d'introduction ? Comment la diffuser ? La visionne-t-on en groupe ? - Où disposer les affiches avec le QR code ? Qui est responsable d'afficher les nouveaux posters ? - Où seront disposées les brochures destinées aux parents ? - À quoi ressemble le calendrier ?
4. Rencontre online	<p>Une rencontre en ligne avec le groupe de travail et la direction de la structure a lieu environ 6 mois après le début du projet.</p>
Contenu	<ul style="list-style-type: none"> - Faire le point sur le démarrage et les perspectives - Formuler les besoins et agender les prochaines rencontres - Aborder les détails organisationnels de la fête <i>Bouge en famille</i>
Questions clés	<ul style="list-style-type: none"> - Où en est la structure d'accueil ou de rencontre dans le processus ? - Quels sont les points forts des six derniers mois ? - Quels ont été les défis ? - Quelle est la forme du soutien dont la structure a besoin pour la suite ? - Clarification des questions relatives à la fête <i>Bouge en famille</i>, sur la base de la check-list transmise par e-mail en amont de la rencontre.

5. Échange online « Que faire ensuite ? »

Environ un an après le démarrage du projet, un échange « Que faire ensuite ? » a lieu avec le groupe de travail et la direction de la structure.

Contenu	<ul style="list-style-type: none">- Présentation des ressources en ligne- Information à propos des e-mails « push »- Formuler des besoins et agender les prochaines rencontres.
Questions clés	<ul style="list-style-type: none">- Comment la direction de la structure peut-elle intégrer durablement le projet dans l'organisation ?- Qui introduit les nouvelles collaboratrices et nouveaux collaborateurs à <i>Bouge en famille</i>, et comment ?

Entre les rencontres mentionnées ci-dessus auront lieu des échanges de pratique en ligne entre les différentes structures prenant part à *Bouge en famille* (durée d'environ une heure). Les groupes de projet et responsable des groupes parents-enfants sont conviés à cette rencontre.

Contenu :

- Échange de pratique sur la mise en œuvre des vidéos
- Communication interne et communication externe
- Échange sur la conception des espaces intérieurs et extérieurs dédiés au mouvement
- Principes de sécurité
- Fête *Bouge en famille*
- Développement sain et activité physique
- Motivation des personnes bénévoles
- Matériel à disposition au quotidien
- Échanges de pratique pour que tous les enfants bougent...
- Autres thématiques selon les besoins