

## Moviment – un projet pilote pour plus de mouvement au quotidien dans les écoles professionnelles et les structures de transition

### Le projet en quelques mots



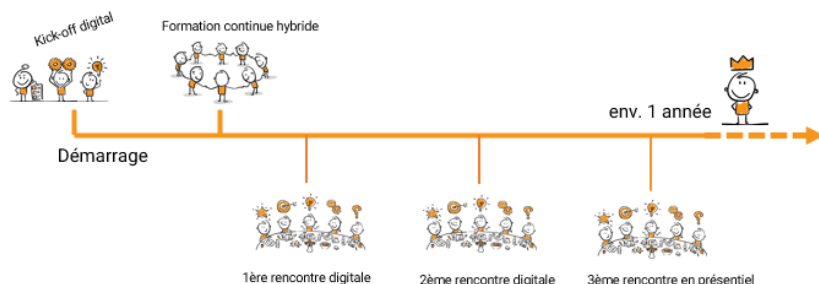
© Shutterstock

L'enseignement en mouvement améliore la concentration, la motivation, le bien-être, le climat de classe et favorise le développement personnel. L'objectif de Moviment est d'amener le corps enseignant et les jeunes à bouger davantage dans leur quotidien scolaire et professionnel.

### Comment ça se passe ?

- **Deux enseignant·e·s par établissement** suivent une formation touchant à différents domaines : l'activité physique, la santé, la didactique et la pratique. Ils et elles reçoivent des informations pratiques et un soutien pour concevoir des settings d'apprentissage en mouvement et pour permettre le transfert de ces bonnes pratiques à la maison et sur le futur lieu de travail des élèves. Sur une période d'un an, les enseignant·e·s participant·e·s sont accompagné·e·s et coaché·e·s, notamment par le biais d'échanges d'expériences permettant de recevoir régulièrement de nouvelles impulsions.
  - **Les jeunes** reçoivent des informations et des idées pratiques sur la manière d'intégrer plus d'activité physique dans leur quotidien. Des suggestions, sous forme d'exercices à tester, les aident à intégrer plus de mouvement dans leur quotidien scolaire et à domicile (par ex. lors des temps d'apprentissage), avec une réflexion anticipée par rapport au mouvement dans leurs environnements professionnels futurs. Les jeunes peuvent également participer au développement de leurs propres idées et projets en lien avec le thème du mouvement au sein de la classe ou de l'établissement.
  - **Formation continue et coaching** : la formation continue est assurée par [bougerrougerr.ch](http://bougerrougerr.ch) et par la Fondation RADIX, le coaching par [RADIX Écoles en santé](#).
-

## Processus de mise en œuvre pour les structures de transition intéressées



### Information, inscription et préparation (janvier - juillet 2024)

- Entretiens préparatoires avec des tandems d'enseignant-e-s

### Mise en œuvre de la 1<sup>ère</sup> phase (septembre 2024 - janvier 2025)

- Formation continue hybride pour les tandems d'enseignant-e-s (½ digital, ½ présentiel)
- Début des coachings avec les participant-e-s : 1 rencontre digitale

### Mise en œuvre de la 2<sup>ème</sup> phase et évaluation (janvier - novembre 2025)

- Les coachings avec les participant-e-s se poursuivent, avec 1 rencontre digitale et 1 rencontre en présentiel.
- Auto-évaluation du projet (novembre 2025)
- Fin du projet

*La formation ainsi que l'ensemble du coaching sont gratuits pour les enseignant-e-s intéressé-e-s.*

## Poursuite du projet

### Poursuite à long terme / multiplication (à partir de novembre 2025)

- Poursuite/optimisation de la mise en œuvre conformément à l'auto-évaluation
- Possible multiplication pour l'ensemble de l'école (gestion de la santé en entreprise)
- Réflexion sur les besoins de soutien pour la multiplication/transmission

## Contact

RADIX Fondation suisse pour la santé  
Zoé Leu  
Email : [leu@radix.ch](mailto:leu@radix.ch)  
Tél. 021 544 15 06  
[www.radix.ch/fr/moviment](http://www.radix.ch/fr/moviment)

Ce projet d'innovation est soutenu par :



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera