

On bouge dans les crèches du canton

► **Presque toutes les crèches du canton** participent au programme Youp'la bouge soutenu par la Fondation O2.

► **A Courtételle, la Court'Echelle** est l'un des 21 établissements jurassiens à être labellisés.

► **Près de cinq ans après sa mise en place**, le projet de crèches en mouvement repose à présent sur des bases solides.

Une table, quelques chaises, une corde, un bac, une balle et des cônes. Il n'en faut pas plus pour faire bouger les enfants et travailler leur habileté motrice.

A la Court'Echelle, à l'instar de 20 autres établissements du canton, le projet Youp'la bouge a été progressivement intégré dans le quotidien des enfants. Au travers du jeu et du mouvement, l'objectif premier de la crèche de Courtételle est de faire comprendre aux petits et à leur famille les bienfaits de l'activité physique pour leur santé.

L'essentiel est de bouger

Les exercices proposés permettent aux enfants de développer équilibre, précision et même concentration. Par le biais du mouvement, les enfants apprennent également à vaincre leurs peurs et à se familiariser avec des vertus telles que la patience et le respect de l'autre.

Après une demi-heure d'exercice, certains se disent exténués. D'autres au contraire en redemandent. Une chose est sûre: tous ont pris du plaisir dans l'entreprise.

«L'activité physique peut prendre plusieurs formes

dans notre institution. Parfois, nous utilisons le matériel Youp'la bouge dans l'espace moteur prévu à cet effet. D'autres fois, il s'agit simplement d'aller se promener», détaille Clémence Ollivier, référente du projet auprès de la crèche Court'Echelle.

Au moins 1 h 30 de mouvement par jour

Afin d'obtenir le label Youp'la bouge, les crèches sont tenues de travailler la motricité de leurs protégés ou de les soumettre à une activité physique quelconque durant au moins 1 h 30 par jour. Elles s'engagent de plus à ce que leurs éducateurs suivent une formation continue et tiennent les parents informés grâce à des

soirées à thèmes ou des portes ouvertes.

Pour Clémence Ollivier, le bien-fondé de ce genre d'initiative va de soi: «Nous vivons à une période dans laquelle les gens ont intégré la nécessité de faire de l'activité physique. Mais ce projet a l'avantage de prouver qu'il n'est pas nécessaire de disposer de beaucoup de matériel pour faire bouger les enfants.»

Projet d'envergure intercantonale avec Neuchâtel, Vaud et le Valais, Youp'la bouge fait aussi partie du programme jurassien «alimentation et activité physique» 2012-2015.

Celui-ci est essentiellement axé sur les enfants de 0 à 16 ans et propose de mettre en place des conditions-cadres fa-

vorisant une activité physique suffisante et un équilibre alimentaire. Dans le Jura, c'est la Fondation O2 qui se charge de le mettre en application.

Ainsi, à la Court'Echelle comme dans de nombreuses crèches, on couple le projet de stimulation corporelle avec le label de qualité Fourchette verte, qui vise à promouvoir une nutrition saine.

Une évaluation de l'Université de Lausanne

«Mais ces efforts sont vains si l'on ne parvient pas à toucher également les multiplicateurs que sont, par exemple, les médecins et les parents», constate Stéphanie Mertenat Eicher, coordinatrice du programme d'action cantonal auprès de la Fondation O2.

C'est pourquoi diverses propositions ont été faites en ce sens par les responsables du projet. Parmi elles, la création l'année dernière d'un jeu Youp'la bouge en famille ayant pour but d'offrir aux pa-

rents une occasion supplémentaire de faire de l'exercice physique avec leurs enfants. En 2011, le projet Youp'la bouge avait été évalué par un groupe de chercheurs de l'Université de Lausanne qui l'avait jugé «très satisfaisant» à l'aune des réactions des éducateurs et des parents.

D'après le rapport final, il aurait permis de réduire la sédentarité dans les crèches et d'augmenter les possibilités de jeux. En revanche, l'objectif de voir les parents s'impliquer dans le programme ne semblait que partiellement atteint, puisque seule une famille sur dix déclarait bouger davantage au quotidien.

Solliciter l'entourage

«D'où l'intérêt de créer des jeux pour les familles et de rappeler aux éducateurs d'intégrer les parents», infère Stéphanie Mertenat Eicher, qui précise qu'une psychomotricienne va rencontrer cette année encore les premières crèches labellisées dans le Jura afin d'obtenir un retour à l'échelle du canton.

Une évaluation jurassienne pourrait éventuellement voir le jour dans la troisième phase du programme cantonal, dès 2015.

QUENTIN TONNERRE



A Courtételle, la crèche la Court'Echelle participe au projet Youp'la bouge depuis 2009.

PHOTO ROGER MEIER