ECOPLAN INTERFACE

Évaluation du projet « Youp'là bouge – Crèches en mouvement »

Rapport à l'intention de Promotion Santé Suisse

Lausanne et Berne, le 24 octobre 2025

Auteur·e·s

Interface

Nicolas Grosjean, Dr, direction de projet Interface et coordination

Deborah Intelisano, collaboratrice scientifique

Ecoplan

Dominik Robin, direction de projet Ecoplan

Simon Endes, Dr sc. med

Melis Aktüre, collaboratrice scientifique

INTERFACE Politikstudien
Forschung Beratung AG

Rue de Bourg 27

CH-1003 Lausanne

Tél. +41 (0)21 310 17 90

Seidenhofstrasse 12

CH-6003 Luzern

Tel +41 (0)41 226 04 26

www.interface-pol.ch

ECOPLAN AG

Forschung und Beratung
in Wirtschaft und Politik

Monbijoustrasse 14
CH - 3011 Bern
Tel +41 31 356 61 61

Dätwylerstrasse 25
CH - 6460 Altdorf
Tel +41 41 870 90 60
www.ecoplan.ch

Mandant

Promotion Santé Suisse

Citation

Grosjean Nicolas, Robin Dominik, Intelisano Deborah, Aktüre Melis, Endes Simon (2025). Évaluation du projet « Youp'là bouge – Crèches en mouvement », Interface Politikstudien Forschung Beratung, Lausanne et Ecoplan Berne.

Durée

Mai 2024 à octobre 2025

Référence

Numéro de projet : 24-47

Management Summary **5**

Introduction **6**
Contexte et objectif du mandat 7
Fonctionnement détaillé du projet Youp'là bouge 7
Focus thématique 9
Modèle d'impact 11
Dispositif méthodologique 14
Limites de l'étude 18
Structure du rapport 18

1. Conception et mise en œuvre **19**
1.1 Cohérence de la conception 20
1.2 Adéquation de la mise en œuvre 21

2. Prestations **23**
2.1 Publics concernés 24
2.2 Effectivité des prestations 26
2.3 Satisfaction 28

3. Effets **33**
3.1 Développement des connaissances (multiplicateurs·trices) 34
3.2 Modification du comportement (multiplicateurs·trices) 35
3.3 Impact sur les enfants (groupe cible) 36

4. Constats et recommandations **46**

Annexe **50**
A 1 Grille d'observation 51

Management Summary

Le projet Youp'là bouge a été lancé en 2009 et est reconnu comme label de qualité depuis 2012 dans les cantons de Berne, du Jura, de Neuchâtel, du Valais et de Vaud. Son financement est assuré par *Promotion Santé Suisse* dans le cadre des modules « santé mentale chez les enfants » et « alimentation et/ou activité physique des enfants et des adolescent·e·s » des programmes d'action cantonaux (PAC). L'offre Youp'là bouge comprend un processus de formation de base de deux ans pour le lancement du projet dans la structure d'accueil ainsi qu'un contrôle des établissements labellisés Youp'là bouge.

Promotion Santé Suisse a mandaté les bureaux Interface Politikstudien à Lausanne et Ecoplan à Berne pour réaliser l'évaluation du projet « Youp'là bouge – Crèches en mouvement ». L'objectif de l'étude est d'évaluer la mise en œuvre, les outputs ainsi que les outcomes sur le groupe cible (enfants) et les multiplicateurs·trices (personnel d'encadrement des crèches, parents) ainsi que de formuler des recommandations pour le développement futur du projet. Pour ce faire, des entretiens ont été conduits, des observations participantes ont été menées dans des structures labellisées et des enquêtes en ligne ont été adressées aux directions et collaborateurs·trices des crèches ainsi qu'aux parents.

L'évaluation a mis en évidence le grand succès rencontré par le projet « Youp'là bouge – Crèches en mouvement » auprès des structures d'accueil de la petite enfance, ainsi qu'auprès des parents. Le projet Youp'là bouge a atteint une large couverture avec une majorité de crèches labellisées dans les cantons participant au projet, représentant une belle réussite en termes de diffusion du label.

Les responsables des structures labellisées et le personnel encadrant expriment un haut niveau de satisfaction vis-à-vis des prestations proposées par Youp'là bouge, notamment en ce qui concerne la newsletter, les formations et le soutien à l'achat de matériel adapté. Comme ce soutien à l'achat de matériel n'a lieu que lors de la labellisation de la crèche, il conviendrait de s'interroger sur la faisabilité et la pertinence de renouveler ce soutien, en le liant à une opération de communication ou de sensibilisation, ce qui permettrait de réancrer le projet Youp'là bouge à intervalle régulier.

Les parents expriment également un haut niveau de satisfaction avec les objectifs de Youp'là bouge et leur mise en œuvre dans la structure fréquentée par leur enfant, lorsque cela leur est spécifiquement demandé. Force est de constater toutefois que le label et les objectifs de promotion de l'activité physique leur sont en fait peu connus. Étant attendu que les parents agissent comme des multiplicateurs·trices, il paraît nécessaire que ceux-ci soient davantage conscients et informés de leur rôle dans la promotion de l'activité physique et de la santé mentale.

Les échanges de bonnes pratiques entre crèches labellisées revêtent une importance particulière pour celles-ci. En complément des bonnes pratiques présentées dans la newsletter, le développement de ces échanges pourrait être encouragé dans le cadre la journée intercantonale annuelle.

Youp'là bouge est actuellement surtout perçu comme un label visant la promotion de l'activité physique chez les enfants. Cela s'explique notamment par le fait qu'une grande partie du personnel a été formée au projet, avant que les aspects de santé mentale n'y soient intégrés. La sensibilisation et la formation en la matière devraient être encore optimisées.

Introduction

Promotion Santé Suisse a mandaté les bureaux Interface Politikstudien et ECOPLAN afin de réaliser une évaluation du projet « Youp'là bouge – Crèches en mouvement ».

Contexte et objectif du mandat

Le projet « Youp'là bouge – Crèches en mouvement » (ci-après, Youp'là bouge) a été lancé en 2009 et est reconnu comme label de qualité depuis 2012 dans les cantons de Berne, du Jura, de Neuchâtel, du Valais et de Vaud. Ce projet intercantonal encourage l'activité physique quotidienne dans les structures d'accueil de la petite enfance (crèches, garderies, jardins d'enfants). Il s'appuie sur les recommandations fédérales en matière d'activité physique pour les jeunes enfants et attribue un label aux structures d'accueil qui remplissent les critères. À partir de 2020, Youp'là bouge a étendu son offre avec Youp'là bouge ++, qui met l'accent sur la promotion de la santé mentale dans les structures labellisées. Depuis 2021, les nouvelles structures participantes intègrent ces aspects dès le début du processus de labellisation.

Le financement de Youp'là bouge est assuré par Promotion Santé suisse dans le cadre des modules « santé mentale chez les enfants » et « alimentation et/ou activité physique des enfants et des adolescent·e·s » des programmes d'action cantonaux (PAC). En 2024, Promotion Santé Suisse a mandaté les bureaux Interface Politikstudien à Lausanne et Ecoplan à Berne pour réaliser l'évaluation du projet Youp'là bouge. L'objectif de l'étude est d'évaluer la mise en œuvre, les sorties ainsi que les outcomes sur le groupe cible (enfants) et les multiplicateurs·trices (personnel d'encadrement des crèches[1], parents) ainsi que de formuler des recommandations à l'intention des responsables de Youp'là bouge, de Promotion Santé Suisse, des cantons et d'autres spécialistes intéressés. En particulier, l'évaluation poursuit trois objectifs :

- Apporter un éclairage critique sur la conception et la mise en œuvre de Youp'là bouge dans les structures d'accueil de la petite enfance ;
- Identifier et consigner les effets des différentes mesures sur les enfants et les multiplicateurs·trices, notamment en matière de santé mentale ;
- Mettre en évidence le potentiel impact du programme.

Fonctionnement détaillé du projet Youp'là bouge

Les structures adhérant au projet Youp'là bouge doivent répondre à trois critères :

- Les enfants doivent pouvoir pratiquer au minimum 2h30 d'activité physique par jour et disposent d'un espace conçu et aménagé de manière à permettre cette activité physique ;
- La structure doit comporter au moins une personne de référence formée aux principes de Youp'là bouge ;
- La structure doit sensibiliser les parents à l'importance de l'activité physique.

[1] Dans ce rapport et sauf mention contraire, le terme « crèche » est utilisé comme synonyme pour « structure d'accueil de la petite enfance ». Il englobe donc également les jardins d'enfants, garderies et autres structures d'accueil.

Pour obtenir le label de base, une formation de deux ans, dispensée par l'équipe Youp'là bouge, est requise. Cette formation comprend cinq à six demi-journées thématiques, des rencontres de suivi et une visite-conseil de la structure. Une participation financière pour l'achat de matériel favorisant le mouvement peut également être accordée, le montant variant selon les cantons. De plus, les structures sont encouragées à organiser un événement destiné aux parents afin de les informer sur l'importance du mouvement et de les sensibiliser aux aspects de santé physique et mentale pris en compte dans l'accueil de leurs enfants. Enfin, un document de labellisation est créé. Ce document, validé par la direction de la structure et complété avec l'aide de la personne de référence, explicite le processus de formation. La labellisation est gratuite pour les crèches, étant donné le financement par les cantons et Promotion Santé Suisse.

Les crèches labellisées ou en cours de labellisation peuvent bénéficier d'un grand nombre de prestations. Celles-ci sont listées de manière exhaustive ci-dessous :

- *Allocation d'un budget pour l'achat de matériel :* dans le cadre de la labellisation, les structures reçoivent une contribution financière pour l'achat de matériel adapté à l'activité physique. Celle-ci est de 1000 francs dans certains cantons, alors qu'il n'est que de 800 francs dans d'autres, en fonction de la participation financière de chaque canton au projet. Ce budget est octroyé lors de la première labellisation et n'est pas renouvelable.
- *Animation de colloque* : dans le cadre de la labellisation, les structures peuvent demander aux responsables Youp'là bouge de venir présenter le projet lors d'un colloque au sein de la structure, afin de permettre aux collaborateurs·trices de se familiariser avec le projet.
- *Formation de base* : la formation de base consiste en cinq à six demi-journées de formation et fait partie intégrante du processus de labellisation d'une structure. Elle est suivie par la ou les personnes de référence au sein de la structure.
- *Formation d'ancrage* : la formation d'ancrage consiste en une demi-journée de formation et permet de former du personnel supplémentaire au sein d'une structure déjà labellisée Youp'là bouge.
- *Formations spécifiques* : les formations spécifiques consistent en 1 demi-journée de formation sur différentes thématiques, selon la formation choisie. Elles s'adressent à toutes les personnes travaillant au sein d'une structure déjà labellisée Youp'là bouge et souhaitant approfondir leurs connaissances sur des thématiques précises.
- *Journée intercantonale* : tous les deux ans, la journée intercantonale organisée par Youp'là bouge réunit les professionnel·le·s des crèches labellisées autour de conférences et ateliers thématiques.
- *Newsletter Youp'là bouge* : quatre fois dans l'année, la newsletter Youp'là bouge présente des idées d'activités adaptées aux différents âges afin de favoriser l'activité physique et la santé mentale des enfants.
- *Soutien à un événement destiné à présenter Youp'là bouge aux parents* : une crèche peut solliciter le soutien de l'équipe de Youp'là bouge pour présenter sa démarche de labellisation aux parents.
- *Visite de structure et conseil individualisé* : la démarche de labellisation comprend une visite de la structure par un·e représentant·e de Youp'là bouge ainsi que des conseils personnalisés pour permettre une mise en œuvre optimale du projet.

Le maintien du label repose sur la participation des personnes de référence à une formation d'ancrage. Cette formation, d'une demi-journée, permet au personnel éducatif des structures labellisées Youp'là bouge de former des personnes de référence supplémentaires. Elle intègre des aspects de promotion de l'activité physique et une introduction aux concepts de santé mentale. Une visite des structures, planifiée tous les deux à six ans selon les cantons, est également incluse, généralement réalisée par la

déléguée cantonale. Cette visite permet de vérifier l'atteinte des objectifs liés au label et de fournir un soutien pour les prochains objectifs. Tous les trois ans, afin d'obtenir un renouvellement du label, chaque structure compile ses pratiques en matière de promotion de l'activité physique et de la santé mentale dans un rapport.

Focus thématique

Cette partie aborde plus en détail les concepts d'activité physique chez les enfants, de santé mentale chez les enfants ainsi que d'auto-efficacité tels qu'ils sont compris et définis par l'équipe d'évaluation, sur la base des recherches effectuées dans le cadre de la présente évaluation. Des éléments d'opérationnalisation de ces concepts sont également inclus à certaines définitions.

Activité physique chez les enfants

L'activité physique englobe toute action corporelle effectuée par les muscles squelettiques, entraînant une augmentation de la dépense énergétique au-delà du taux métabolique de repos. Pour les enfants, cela inclut le jeu, le sport, les déplacements, les loisirs, ainsi que les activités sportives scolaires ou familiales. Le sport représente une forme spécifique d'activité physique, caractérisée par des exercices modérés à intenses, souvent structurés, avec une dimension ludique et compétitive. Une occupation ou un comportement sédentaire englobe toutes les activités dont la dépense énergétique est proche du métabolisme de base au repos. Une activité physique suffisante est importante pour le développement physique, psychologique et social des enfants[2].

Comportement moteur chez les enfants

Le comportement moteur désigne l'ensemble des actions et des réactions corporelles qui s'expriment à travers le mouvement. Il traduit la manière dont un individu utilise ses capacités motrices (tonus, coordination, équilibre, vitesse, précision, force, endurance) pour interagir avec son environnement.

Dans le cadre de la présente évaluation, le comportement moteur a été étudié à l'aide des instruments d'observation SOCARP (*System for Observing Children's Activity and Relationships During Play*)[3] et SOPLAY (*System for Observing Play and Leisure Activity in Youth*)[4]. Ces instruments permettent d'enregistrer le type et l'intensité de l'activité physique ainsi que les interactions sociales d'un enfant. Ils saisissent également différentes dimensions des compétences motrices : coordination, force, souplesse, rapidité et endurance. Des aspects comme la taille du groupe et le type de mouvement ont également été pris en compte. Concrètement, l'équipe d'évaluation s'est appuyée sur les neuf « formes de mouvement » fondamentales[5] ainsi que sur les recommandations PAPRICA en matière d'activité physique[6]. Ces dernières ont été mobilisées sur la base de

---

2 Amstad, F., Unterweger, G., Sieber, A., Dratva, J., Meyer, M., Nordström, K., Weber, D., Hafen, M., Kriemler, S., Radtke, T., Bucher Della Torre, S., Gentaz, E., Schiftan, R., Wittgenstein Mani, A.-F. & Koch, F. (2022). *Promotion de la santé pour et avec les enfants – Résultats scientifiques et recommandations pour la pratique*. Rapport 8. Promotion Santé Suisse

3 Ridgers, N. D., Stratton, G., & McKenzie, T. L. (2010). Reliability and Validity of the System for Observing Children's Activity and Relationships During Play (SOCARP). *Journal of Physical Activity and Health*, *7*(1), 17–25.

4 McKenzie, T. L., Marshall, S. J., Sallis, J. F., & Conway, T. L. (2000). Leisure-Time Physical Activity in School Environments: An Observational Study Using SOPLAY. *Preventive Medicine*, *30*(1), 70–77. https://doi.org/10.1006/pmed.1999.0591

5 OFSPO (2010). *Sport des enfants J+S : Jouer.* BR_JS_Spielen_Kindersport_Theorie_2_23_f.pdf

6 Promotion Santé Suisse (2022). *Brochures PAPRICA : Comment bouger avec son enfant.*

l'hypothèse selon laquelle il peut être difficile d'observer l'ensemble des neuf formes de mouvement chez les enfants de moins de deux ans (par exemple, l'escalade).

Santé mentale chez les enfants

La santé mentale (ou bien-être psychique)[7] du nourrisson et du jeune enfant, souvent désignée sous le terme de développement social et émotionnel, concerne la capacité de l'enfant, de la naissance jusqu'à cinq ans, à établir des liens étroits et sécurisants avec les adultes et les autres enfants, à éprouver, gérer et exprimer une gamme d'émotions, à tisser des liens étroits avec les autres et à apprendre et explorer son environnement. Tout cela se déroule dans un cadre familial, communautaire et culturel. Ainsi, un jeune enfant en bonne santé mentale est un enfant qui se sent en sécurité, développe sa confiance en lui-même et en la personne qui s'occupe de lui et qui est curieux, de lui-même, des objets qui l'entourent, et du monde.[8]

Dans cette évaluation, le bien-être psychique a été opérationnalisé au moyen de l'« expression émotionnelle », des concepts d'« auto-efficacité » et d'« efficacité sociale » selon Viernickel[9]

Expression émotionnelle

L'expression émotionnelle fait partie du bien-être bio-psycho-social et désigne la manière dont le bien-être actuel des enfants se manifeste à travers leurs expressions faciales, leur posture et leur comportement. Viernickel a développé ce concept en s'appuyant sur les travaux de Holodynski (2004)[10], Remsperger (2011)[11] et Figura (2011)[12]. Dans la pratique, Viernickel distingue quatre états émotionnels observables à travers la mimique, la posture ou la voix[13] :

- *Détendu·e* : l'enfant se trouve dans un état émotionnel positif faiblement ou moyennement activé.
  Indicateurs : fixation du regard sur des objets/personnes, balbutiements, babillage ou récits.
- *Abattu·e* : l'enfant se trouve dans un état émotionnel négatif.
  Indicateurs : pleurs discrets, gémissements ou sanglots, regard baissé, épaules tombantes.
- *Excitation positive* : les indicateurs sont des sons joyeux tels que des rires, des cris de joie ou des gloussements, associés à des mouvements actifs (par exemple, courir, sauter, ramper ou grimper).

---

7 Le rapport fait souvent référence au bien-être psychique. Dans ce contexte, ce terme doit être compris comme synonyme de santé mentale.

8 Santé Psy. Santé mentale et petite enfance (0 à 4 ans), *https://santepsy.ch/espace-professionnel/sante-mentale-et-petite-enfance-0-4-ans/*, consulté le 26.06.2024

9 Viernickel, S. (2022). Kindliches Wohlbefinden. Theoretische, begriffliche Annäherungen, empirische Erfassung. *Frühe Bildung*, *11*(3), pp. 107–114.

10 Holodynski, M. (2004). *Die Entwicklung von Emotion und Ausdruck: Vom biologischem zum kulturellen Erbe.*

11 Remsperger, R. (2011). *Sensitive Responsivität. Zur Qualität pädagogischen Handelns im Kindergarten*. Springer VS.

12 Figura, U. (2011). *Bedürfnisse von Kleinkindern unter drei Jahren erkennen und deuten. Entwicklung und Erprobung eines Instruments für die pädagogische Praxis.* Shaker.

13 Voir également l'interview de la Prof. S. Viernickel : *https://www.lakossachsen.de/2020/12/07/newsletter-2-2020-interview-mit-prof-in-dr-susanne-viernickel-zum-thema-wohlbefinden-in-der-kita/* (en allemand), consulté le 14.07.2025.

- *Excitation négative* : les indicateurs sont des cris intenses et violents ou le fait de rester figé·e dans une position.

Les expressions émotionnelles, telles que décrites par Viernickel, ont été systématiquement consignées dans les comptes-rendus des observations. Associées aux observations du comportement des enfants, elles servent d'indicateurs pour évaluer l'état émotionnel des enfants.

Auto-efficacité

L'auto-efficacité désigne la conviction qu'un individu a de pouvoir accomplir des actions grâce à ses propres compétences. Cette croyance se développe très tôt dans la vie et demeure essentielle tout au long de celle-ci pour maintenir ou rétablir sa santé. L'enfant construit son auto-efficacité par l'expérimentation et à travers les conséquences de ses actes.[14]

L'auto-efficacité peut être encouragée chez les enfants par divers moyens. Tout d'abord, grâce à des expériences de maîtrise personnelle, qui incluent un environnement stimulant, des interactions sociales et la participation à la prise de décision. Ensuite, par l'apprentissage social au sein d'un groupe. Elle peut également être renforcée par des actions de persuasion venant d'autrui, comme les encouragements des pairs à entreprendre une action. Enfin, l'accompagnement dans l'identification des états physiques et émotionnels, en aidant les enfants à reconnaître et comprendre leurs sentiments, s'avère bénéfique. Ces mesures contribuent à développer un état d'esprit positif chez les enfants et favorisent le renforcement de leur auto-efficacité[15].

Efficacité sociale

L'efficacité sociale chez les enfants désigne leur capacité à interagir positivement avec les autres, à comprendre et gérer leurs émotions, à résoudre des conflits de manière constructive, et à coopérer dans des situations sociales. Cela inclut des compétences telles que la communication, l'empathie, et la capacité à suivre des normes sociales et à prendre des décisions respectueuses des autres. Elle renvoie notamment aux compétences sociales et communicationnelles des enfants, mais aussi à leur capacité, par exemple, à soutenir d'autres enfants dans le jeu ou, inversement, à solliciter de l'aide[16].

L'auto-efficacité et l'efficacité sociale sont toutes deux essentielles au bien-être de l'enfant.

Modèle d'impact

En accord avec la pratique courante dans les sciences de l'évaluation, l'adéquation du dispositif Youp'là bouge est évaluée sur la base d'un modèle d'impact. Dans la terminologie scientifique de l'évaluation, les questions relatives à l'efficacité peuvent être classées à différents niveaux de déploiement de l'effet : une offre repose sur une base conceptuelle (*input*), différents acteurs collaborent lors de la *mise en œuvre*, l'offre produit

---

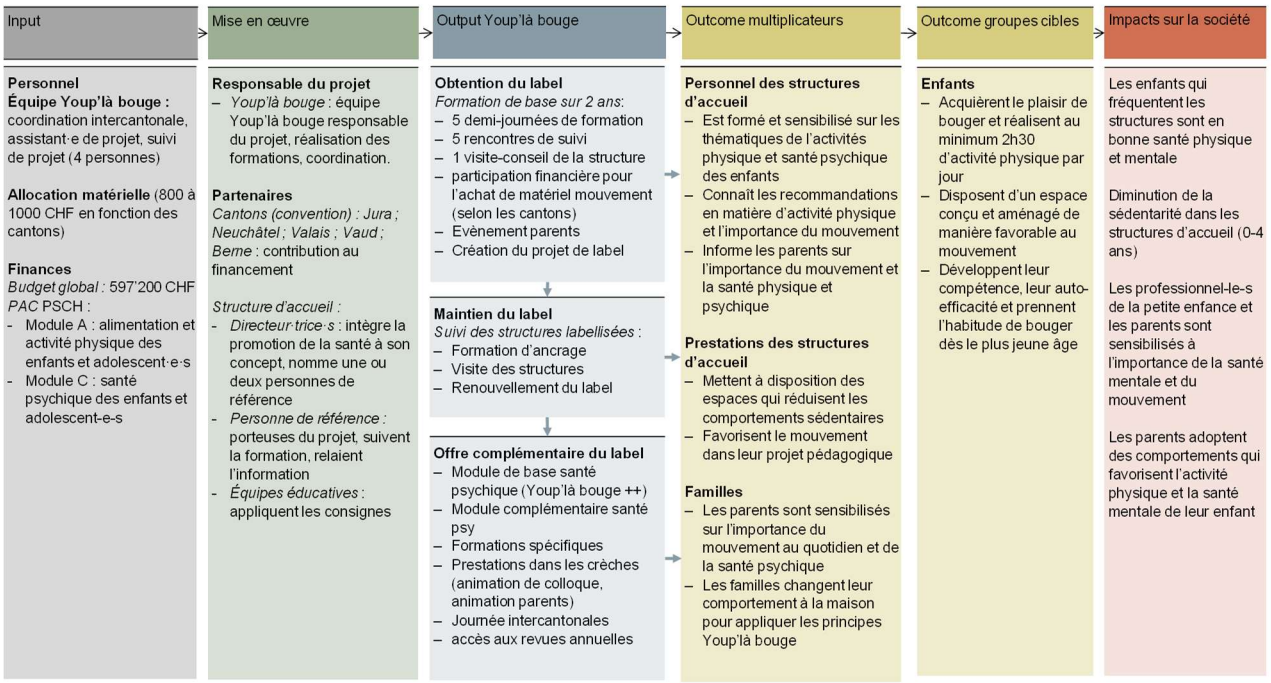
14 Promotion Santé Suisse Santé psychique chez les enfants et les adolescents. Thème clé « Auto-efficacité » (Capsule vidéo) et brochure « Auto-efficacité et compétences de vie » (2019) (*https://promotionsante.ch/programmes-daction-cantonaux/sante-psychique/enfants-et-adolescents/themes-cles/auto-efficacite.html*), consulté le 26.06.2024

15 Promouvoir l'auto-efficacité chez les enfants et adolescent·e·s, *https://promotionsante.ch/programmes-daction-cantonaux/themes-et-publications/themes/promouvoir-lauto-efficacite-chez-les-enfants-et-les-adolescent-e-s*, consulté le 26.06.2024.

16 Viernickel, S. (2022). Kindliches Wohlbefinden. Theoretische, begriffliche Annäherungen, empirische Erfassung. *Frühe Bildung*, *11*(3), pp. 107–114.

des prestations concrètes (*outputs*), veut influencer les groupes cibles visés (*outcome*) et apporte ainsi finalement une contribution à la société (*impact*). Le projet Youp'là bouge peut être illustré à l'aide du modèle d'impact suivant :

F 0.1 : Modèle d'impact du projet Youp'là bouge



Légende : Interface (2024).

Comme le montre le modèle d'impact, les effets sur les groupes cibles se distinguent en deux niveaux d'outcome. L'outcome multiplicateurs·trices décrit les effets des prestations Youp'là bouge sur les multiplicateurs·trices que sont dans ce cas le personnel des structures d'accueil ainsi que les familles. L'outcome groupe cible quant à lui décrit les effets des prestations sur les enfants, qui sont le groupe cible du projet Youp'là bouge.

Les objets et questions d'évaluation sont formulés en fonction du modèle d'impact.

F 0.2 : Objets et questions d'évaluation

Objets d'évaluation (critères)	*Questions d'évaluation*
Mise en œuvre (qualité du concept et de la mise en œuvre)	– Dans quelle mesure l'offre correspond-elle au concept initial Youp'là bouge ? – Les ressources attribuées au projet Youp'là bouge sont-elles suffisantes pour atteindre les objectifs visés par le projet ? – Quelles sont les motivations des crèches pour introduire Youp'là bouge ? – Quels sont les facteurs qui favorisent et entravent l'introduction et la mise en œuvre de Youp'là bouge ? Ces facteurs varient-ils en fonction du type de crèches ?
Sorties (atteinte des groupes cibles, type, quantité et qualité des prestations)	– Quels sont les types de crèches (canton, urbain/rural, taille de la crèche, tranches d'âge) que le projet Youp'là bouge atteint ? – Quels sont les types d'enfants et de familles touchés par l'offre de Youp'là bouge (par ex. issus de l'immigration, statut socio-économique, etc.) et dans quelle proportion ? – Quelles sont les prestations mises en œuvre par Youp'là bouge et combien de fois l'ont-elles été ? – Les différentes parties prenantes (directions, personnel encadrant, parents) sont-elles satisfaites des prestations mises en œuvre par Youp'là bouge ?
Outcomes sur les multiplicateurs·trices·trices (efficacité)	<u>Personnel des structures d'accueil</u> : – *Connaissances* : dans quelle mesure les connaissances du personnel d'encadrement des crèches sur l'importance de l'activité physique et de la santé mentale chez les enfants sont-elles développées grâce au projet ? – *Attitude* : dans quelle mesure le personnel d'encadrement est-il conscient de la nécessité d'informer les familles sur l'activité physique et à la santé mentale des enfants ? – *Comportement* : dans quelle mesure le personnel d'encadrement sensibilise et encourage-t-il les familles à appliquer les principes de Youp'là bouge à la maison ? <u>Familles</u> : – *Connaissances* : dans quelle mesure les connaissances des familles sur l'importance de l'activité physique et de la santé mentale chez les enfants sont-elles développées grâce au projet ? – *Attitude* : dans quelle mesure les parents sont-ils conscients de la nécessité d'appliquer les principes de Youp'là bouge à la maison ? – *Comportement* : dans quelle mesure les parents appliquent-ils les principes de Youp'là bouge à la maison ? – Le projet a-t-il d'autres effets sur l'ensemble de la famille et sur le personnel encadrant des structures ?
Outcomes sur les groupes cibles (efficacité)	– Dans quelle mesure l'offre de Youp'là bouge a-t-elle un impact sur l'expérience d'activité physique (motrice) des enfants ? – Dans quelle mesure l'offre de Youp'là bouge a-t-elle un impact sur la santé mentale des enfants ? – Plus précisément, Youp'là bouge permet-il aux enfants (de 0 à 4 ans) d'établir des liens étroits et sécurisants avec les adultes et les autres enfants ? D'éprouver, de gérer et d'exprimer une gamme d'émotions ? De tisser des liens étroits avec les autres ? D'apprendre et explorer son environnement ? – Youp'là bouge permet-il aux enfants (de 0 à 4 ans) de renforcer leur auto-efficacité (conviction de l'enfant de pouvoir accomplir des actions grâce à ses propres compétences) ?

Légende : Interface (2024).

Dispositif méthodologique

La méthodologie développée dans le cadre de ce mandat repose sur différents outils de récolte de données qualitatifs et quantitatifs présentés ci-dessous. La triangulation[17] des résultats permet une plus grande validité et crédibilité des résultats obtenus. Les faiblesses d'une approche sont compensées par les forces d'une autre, permettant de détecter les erreurs, les problèmes ou autres imprécisions. Ainsi, la qualité et la validité des résultats de la présente évaluation en sortent renforcées.

Analyse de la littérature, de documents et de données

Interface et Ecoplan ont analysé les documents suivants : le rapport d'activité Youp'là bouge pour l'année 2023 ; les descriptifs des formations de base, d'ancrage et spécifiques dispensées dans le cadre de Youp'là bouge ; les newsletters ; le rapport d'évaluation des domaines d'action « alimentation » et « activité physique de Promotion Santé Vaud réalisé par l'Université de Berne[18] ainsi que divers documents internes ou publics concernant le projet Youp'là bouge. De plus, l'équipe d'évaluation a effectué des recherches thématiques dans la littérature scientifique existante en matière de développement de l'enfance et de santé mentale chez les enfants. Ces analyses ont permis d'aboutir à un concept d'évaluation détaillé comprenant un design méthodologique ainsi que des présentations de concepts thématiques spécifiques, lesquels sont repris dans différentes sections du présent rapport.

Entretiens semi-directifs

Au début de l'étude, Interface a conduit un entretien exploratoire avec l'équipe responsable de la mise en œuvre de Youp'là bouge, à savoir Mme Malika Baioia Lehmann (coordinatrice du projet), Mme Gwendoline Boulianne (déléguée Youp'là bouge pour le canton de Vaud et soutien à la coordinatrice) et Mme Maria Gigliotti (assistante de projet). Cet entretien a permis de clarifier le fonctionnement du projet et d'apporter des premières réponses aux questions d'évaluation.

Lors de la phase de collecte de données auprès des structures d'accueil, Interface a réalisé 6 entretiens semi-directifs avec des crèches labellisées Youp'là bouge. Lors de ces entretiens, l'équipe d'évaluation a échangé avec la[19] responsable de la structure et/ou la référente Youp'là bouge au sein de la crèche. Ces entretiens ont permis de récolter des informations concernant la mise en œuvre, les sorties et les outcomes (multiplicateurs·trices·trices). Les crèches ont été sélectionnées sur la base de critères préétablis, puis par tirage aléatoire :

- *Diversité cantonale* : inclure tous les cantons participant à Youp'là bouge ;
- *Taille des crèches* : inclure des crèches de taille (nombre d'enfants) variée ;
- *Urbain / rural* : inclure des crèches situées en milieux urbain et rural ;
- *Expérience avec le projet Youp'là bouge* : inclure des crèches récemment intégrées au projet et d'autres y participant depuis de nombreuses années.

---

[17] La triangulation est une approche méthodologique courante dans le champ académique des sciences sociales qualitatives. Sur la triangulation, voir par exemple : Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2011). Designing and conducting mixed methods research. Sage Publications.

[18] Mavrot, C., Litscher, V. A., & Asticher, L. (2019). *Évaluation des domaines d'action « alimentation » et « activité physique » de Promotion Santé Vaud*. Kompetenzzentrum für Public Management, Université de Berne.

[19] L'équipe d'évaluation n'ayant réalisé ces entretiens qu'avec des femmes, le féminin est employé ici.

Le tableau ci-dessous présente les caractéristiques des structures d'accueil avec lesquelles ces entretiens ont été réalisés :

F 0.3 : Liste des structures d'accueil de la petite enfance interrogées

Canton	*Nom de la structure*	*Taille de la structure*	*Urbain / rural*	*Année d'entrée dans le projet Youp'là bouge*
Berne (Jura bernois)	Les Lucioles	36 enfants	Rural	2019
Jura	Aux Mil'Pattes	80 enfants	Rural	2009
Neuchâtel	Au P'tit Soleil	52 enfants	Urbain	2013
Valais	Soleil bleu	91 enfants	Rural	2016
Vaud	Do Ré Mi'el	44 enfants	Rural	2017
Vaud	La Chenille	183 enfants	Urbain	2010

Légende : Interface (2025).

Observations participantes

Dans le cadre de l'évaluation, Ecoplan a réalisé des observations participantes afin d'étudier le comportement moteur et le bien-être psychique des nourrissons et des enfants en bas âge (0 à 4 ans) dans les structures labellisées Youp'là bouge. L'équipe d'évaluation s'est basée sur la méthode ethnographique de Spradley[20], tout en prenant en compte les concepts empiriques mentionnés plus haut, et en gardant l'esprit suffisamment ouvert pour pouvoir intégrer de nouveaux aspects qui apparaîtraient sur le terrain.

Lors des visites sur le terrain, les évaluateurs·trices ont été invités à se distancer autant que possible de leurs connaissances préalables et de leurs préjugés afin de pouvoir entrer dans les crèches de manière aussi impartiale que possible. Étant donné qu'à l'époque de la collecte des données, les deux évaluateurs·trices avaient encore peu d'expérience avec structures d'accueil de la petite enfance, il a généralement été possible d'adopter le rôle d'*outsider*[21] et ainsi – dans une certaine mesure – d'observer de manière impartiale. Cette approche est décrite dans la littérature avec les critères de qualité de l'ouverture, de la traçabilité et de la réflexion[22].

Au total, huit structures d'accueil de la petite enfance ont été visitées en Suisse romande entre le 7 novembre et le 5 décembre 2024 (voir tableau F 0.4). Les crèches ont été sélectionnées selon les critères définis au préalable dans le concept détaillé et en concertation avec la coordinatrice du projet Youp'là bouge et avec Promotion Santé Suisse. Les critères de sélection étaient les suivants :

- *Diversité cantonale* : inclure tous les cantons participant à Youp'là bouge ;

20 Spradley, J. P. (1980). *Participant observation* (27e éd.). Holt, Rinehart and Winston.

21 *Ibid.*, p. 56 et ss.

22 Lamnek, S., & Krell, C. (2016). *Qualitative Sozialforschung: Mit Online-Materialien* (6e éd.). Beltz.

- *Taille des crèches* : inclure des crèches de taille (nombre d'enfants) variée ;
- *Urbain / rural* : inclure des crèches situées en milieux urbain et rural ;

Au moment de l'observation participante, toutes les structures visitées étaient labellisées Youp'là bouge. Les visites sur le terrain ont duré entre 2 et 2,5 heures. Elles ont été réalisées par Melis Aktüre et, dans un cas, par Melis Aktüre et Dominik Robin (tous deux collaborateur·trice d'Ecoplan). Afin de pouvoir se faire une idée précise du déroulement et de l'organisation des journées dans les crèches, les heures d'observation ont varié : certaines visites ont eu lieu le matin, d'autres l'après-midi.

F 0.4 : Liste des structures d'accueil de la petite enfance observées

Canton	*Nom de la structure*	*Taille de la structure*	*Date de l'observation*
Berne (Jura bernois)	Crèche municipale Bidibule	43 enfants	14.11.2024
Jura	Maison de l'Enfance de Courroux (Les P'tits Loups)	34 enfants	07.11.2024
Neuchâtel	Crèche La Gazouille	50 enfants	14.11.2024
Valais	Les P'tits Loups	121 enfants	28.11.2024
Valais	Crèche l'Europe	495 enfants	29.11.2024
Vaud	Garderie Vilarose	77 enfants	28.11.2024
Vaud	Garderie L'Attique	33 enfants	05.12.2024
Vaud	Crèche Clos-de-Bulle	91 enfants	05.12.2024

Légende : Ecoplan (2025).

L'observation participante a permis d'obtenir des aperçus précieux et directs du quotidien des enfants dans les crèches. Les visites dans les structures ont ainsi fourni des impressions qui vont au-delà des informations fournies par des tiers (par exemple, les éducateurs·trices, les parents). L'observation participante présente ici l'avantage, entre autres, de pouvoir saisir non seulement les aspects linguistiques, mais aussi non verbaux de la communication. En combinaison avec les autres méthodes de collecte de données (entretiens, enquête en ligne), cette méthode permet en outre d'obtenir une compréhension approfondie du comportement des enfants en matière d'activité physique. Certains aspects du label, tels que la mise en œuvre et l'utilisation des éléments et des espaces de mouvement, ont ainsi pu être observés directement dans la pratique. Les données d'observation ont ensuite pu être comparées aux déclarations issues des entretiens sur le terrain et des autres données collectées.

Dans les crèches visitées, les enfants étaient presque toujours répartis en groupes d'âge (par exemple, les nourrissons jusqu'à 1 an, les jeunes enfants entre 1 et 2 ans, et les enfants à partir de 3 ans). À l'exception d'une crèche, les locaux étaient également divisés par tranches d'âge, les nourrissons restant par exemple principalement au premier étage, et les enfants âgés de 1,5 à 4 ans au rez-de-chaussée, en raison de leur mobilité accrue. Toutes

les structures observées disposaient d'un espace intérieur et d'un espace extérieur, comme une aire de jeux ou une terrasse. Au moment des observations, plusieurs personnes chargées de l'encadrement étaient présentes, ainsi que la direction dans certains cas. Ainsi, dans le cadre des visites sur le terrain, de courts entretiens informels ont également été conduits avec les directions et le personnel d'encadrement des crèches, par exemple pour clarifier certaines questions concernant les locaux, le matériel d'activité physique ou la mise en œuvre du label.

Enquête en ligne

Interface a conduit une enquête en ligne auprès des multiplicateurs·trices·trices, à savoir les directions, le personnel des crèches labellisées Youp'là bouge ainsi que les parents des enfants fréquentant ces structures d'accueil. L'enquête, accessible au moyen d'un QR-code, était composée de trois questionnaires distincts selon le profil des répondant·e·s, bien que la majorité des questions soient communes aux trois publics. À titre d'exemple, les directions de structures ont dû répondre à des questions liées aux motivations justifiant leur demande de labellisation. De même, les parents ont répondu à des questions sur les éventuels changements observés dans l'activité physique de la famille depuis qu'un enfant fréquente une structure Youp'là bouge.

L'enquête s'est déroulée du 13 au 31 mars 2025. Un total de 515 réponses ont été obtenues, réparties comme suit entre les trois publics :

- 134 directeurs·trices d'une structure labellisée Youp'là bouge ;
- 128 employé·e·s d'une structure labellisée Youp'là bouge ;
- 253 parents d'un·e enfant fréquentant une structure labellisée Youp'là bouge.

Les structures labellisées Youp'là bouge étant au nombre de 305, le taux de réponse chez les directeurs·trices est de 44%, ce qui assure la significativité des résultats. S'il n'est pas possible d'établir des taux de réponse pour les deux autres publics[23], leur participation relativement importante à l'enquête satisfait l'équipe d'évaluation. Comme le montrent les résultats présentés dans les chapitres suivants, l'uniformité des réponses obtenues suggère que les résultats sont plutôt robustes. En outre, 88% des crèches dont les directions et/ou les employé·e·s ont répondu à l'enquête (N=229) sont labellisées depuis plus de 3 ans, ce qui permet aux équipes de répondre aux questions de l'enquête avec un certain recul et une expérience acquise des principes Youp'là bouge, renforçant ainsi la robustesse des résultats.

Les questions de profil et d'identification concernant les différents publics de l'enquête ont permis d'obtenir de nombreuses informations sur les répondant·e·s à l'enquête. Du côté des structures, 24% d'entre elles disposent de moins de 25 places, 28% disposent de 25 à 48 places, 33% disposent de 49 à 100 places et 15% ont plus de 100 places à disposition. Du côté des parents d'enfants fréquentant une structure Youp'là bouge (N=248), 6% ont un·e enfant de moins d'un an dans la structure, 15% ont entre 1 et 2 ans, 25% ont entre 2 et 3 ans et 54% ont plus de 3 ans. Leurs enfants fréquentent la structure depuis moins de 6 mois dans 9% des cas, entre 6 mois et 1 an pour 22% d'entre eux, entre 1 et 2 ans dans 30% des cas et depuis plus de 2 ans pour 39% des cas.

L'équipe d'évaluation tient à remercier la coordinatrice Youp'là bouge pour l'envoi de l'enquête aux structures ainsi que les équipes de ces structures, lesquelles ont relayé

[23] Nous ne disposons pas des informations concernant le nombre total d'employé·e·s de structures labellisées, ni du nombre total de parents ayant un·e enfant fréquentant une structure labellisée Youp'là bouge.

l'enquête auprès des parents. Leur engagement était nécessaire à l'obtention de résultats satisfaisants.

Limites de l'étude

Il convient de relever un certain nombre de limites, inhérentes à la méthodologie choisie pour l'étude.

- Le nombre d'entretiens réalisés avec des directions et collaborateurs·trices de structures labellisées est relativement limité, bien qu'il ait été suffisant pour permettre la construction du questionnaire utilisé lors de l'enquête en ligne.
- Par ailleurs, aucun entretien n'a été réalisé auprès de structures non labellisées ou dont le label n'a pas été renouvelé.
- Enfin, en raison de la pénurie de places dans les crèches de Suisse romande, un biais de désirabilité sociale dans les réponses des parents à l'enquête en ligne n'est pas à exclure. En effet, ces derniers peuvent avoir tendance à donner des réponses plus positives, car ils se satisfont surtout d'avoir obtenu une place pour leur enfant.

Par leur nature, les visites ethnographiques sur le terrain comportent également certaines limitations méthodologiques :

- Les visites sur le terrain ont eu lieu une seule fois et étaient relativement courtes (environ 2 à 2,5 heures). Des visites supplémentaires et plus longues dans les mêmes structures auraient permis d'approfondir l'analyse de certains résultats et, le cas échéant, de les confirmer. Les visites courtes et uniques ont été particulièrement un défi concernant l'évaluation du bien-être psychologique, car il était difficile d'obtenir des informations approfondies à ce sujet après une seule visite. Des observations plus longues et répétées n'étaient toutefois pas réalisables dans le cadre de cette évaluation.
- Les observations ont été réalisées exclusivement dans des structures labellisées Youp'là bouge. Il n'a donc pas été possible de les comparer avec des structures non certifiées.
- Aucun entretien n'a été mené avec les enfants eux-mêmes (âgé·e·s de 0 à 4 ans), ce qui aurait peut-être pu fournir des informations supplémentaires, notamment sur leur bien-être psychologique.
- Une certaine influence de la présence des évaluateurs·trices sur le comportement des enfants ne peut être exclue, mais cela représente toujours un risque dans le cadre d'une observation participante[24]. Les enfants ont parfois interagi avec les évaluateurs·trices, par exemple en leur montrant des choses. L'équipe d'évaluation n'a toutefois pas eu l'impression que cela perturbait l'organisation sociale de la crèche, par exemple les routines quotidiennes ou les interactions entre les enfants. Cela s'est notamment traduit par le fait qu'après une certaine attention initiale des enfants, les évaluateurs·trices ont pu les observer sans être dérangés et se déplacer librement dans les structures.

Structure du rapport

Le rapport est structuré selon les objets d'évaluation. Les questions d'évaluation auxquelles les différents chapitres répondent sont rappelées au début de chaque section. Le premier chapitre concerne la conception et la mise en œuvre du projet Youp'là bouge. Le deuxième chapitre traite des prestations (sorties) proposées par Youp'là bouge. Le troisième chapitre concerne les effets (outcomes) du projet, tant sur les multiplicateurs·trices·trices que sur les groupes cibles. Enfin, le dernier chapitre présente les constats et recommandations établis par l'équipe d'évaluation.

[24] Spradley, J. P. (1980), *op. cit.*

1. Conception et mise en œuvre

Ce chapitre aborde l'effectivité, la cohérence et l'adéquation des objectifs du projet Youp'là bouge.

1.1 Cohérence de la conception

Questions d'évaluation : Dans quelle mesure l'offre correspond-elle au concept initial Youp'là bouge ? Les ressources attribuées au projet Youp'là bouge sont-elles suffisantes pour atteindre les objectifs visés par le projet ?

Le label Youp'là bouge vise à promouvoir l'activité physique et le bien-être psychique chez les enfants de 0 à 4 ans. Ce type d'interventions précoces sont particulièrement importantes, car elles permettent la mise en place de routines au moment le plus crucial de l'enfance[25]. La dimension du projet visant à impliquer les parents et le personnel des structures d'accueil de la petite enfance en tant que multiplicateurs·trices est également appuyée par la littérature existante, laquelle identifie l'enrôlement parental[26] et la volonté des équipes[27] comme facteurs influençant l'atteinte des objectifs visés et la durabilité du projet[28]. Par ailleurs, la littérature scientifique identifie des facteurs de réussite des divers programmes et labels de promotion de l'activité physique au sein des structures d'accueil de la petite enfance. Arlinghaus et al. (2023) identifie trois critères : i) une assistance aux structures, ii) une offre de formation pour le personnel des structures, et iii) des incitatifs pour les structures. Dans sa conception, le label Youp'là bouge répond à ces critères en proposant notamment un suivi et conseil individualisé (i), trois types de formations (ii) et une aide financière pour l'achat de matériel adapté (iii). Ce type de projet présente toutefois l'inconvénient de ne pas concerner tous les enfants de cette tranche d'âge (exclusion des enfants ne fréquentant pas les structures d'accueil de la petite enfance, contrairement aux mesures prises dans les écoles par exemple)[29]. De plus, Youp'là bouge aborde la thématique de l'alimentation dans certaines formations, mais ne lui accorde pas une place aussi conséquente que l'activité physique, alors que la combinaison d'actions touchant à l'alimentation et à l'activité physique est plus efficace qu'une approche monothématique[30]. Dans l'ensemble, les projets et programmes visant à encourager

25 Larson, N., Ward, D. S., Neelon, S. B., & Story, M. (2011). What role can child-care settings play in obesity prevention? A review of the evidence and call for research efforts. *Journal of the American Dietetic Association*, 111(9), pp. 1343-1362.

26 Volger, S., Radler, D. R., & Rothpletz-Puglia, P. (2019). Early childhood obesity prevention efforts through a life course health development perspective: A scoping review. PLOS ONE, 14(1).

27 Lebron, C. N., Folefac, A., Rana, P. Natale, R., & Messiah, S. E. (2024). Child Care Center Staff Readiness to Change in an Early Childhood Obesity Prevention Program. *Journal of Public Health Management and Practice*, 30(4), pp. 526-534

28 Ward, D. S., Benjamin, S. E., Ammerman A., S., Ball, S. C., Neelon, B., H., & Bangdiwala, S. I. (2008). Nutrition and Physical Activity in Child Care: Results from an Environmental Intervention. *American Journal of Preventive Medicine*, 35(4), pp. 352-356.

29 Story, M., Kaphingst, K. M., & French, S. (2006). The Role of Child Care Settings in Obesity Prevention. *The Future of Children*, 16(1), pp. 143-168.

30 Ward, D. S., Welker, E., Choate, A., Henderson, K. E., Lott, M., Tovar, A., Wilson, A., & Sallis, J. F. (2017). Strength of obesity prevention interventions in early care and education settings: A systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 95, pp. 37-52.

l'activité physique dans les structures d'accueil de la petite enfance, comme le fait Youp'là bouge, sont salués par la littérature scientifique qui démontre leur efficacité[31].

En ce qui concerne plus spécifiquement le label Youp'là bouge, les crèches visitées perçoivent le projet avant tout comme un projet axé sur l'activité physique. Ainsi, lors des observations comme lors des entretiens, les évaluateurs·trices se sont vu présenter en premier lieu la salle de motricité et le matériel spécifique ainsi que les éléments de jeu acquis dans le cadre du label et destinés à favoriser le mouvement ou les compétences motrices. De plus, les directions et collaborateurs·trices formés par Youp'là bouge ont souvent parlé du comportement des enfants en matière d'activité physique et ont rarement évoqué la santé mentale des enfants, du moins pas de manière spontanée, et ce aussi bien lors des entretiens organisés que lors des échanges informels sur le terrain. Cela s'explique principalement par le fait que le label n'a intégré concrètement l'aspect de la santé mentale dans ses formations qu'à partir de 2021 et les structures rencontrées ou visitées n'ont pas encore toutes bénéficié de cette formation continue. Toutefois, certain·e·s des responsables de structures rencontré·e·s ont exprimé leur intérêt à se former et à former davantage leurs équipes sur la santé mentale à moyen terme. De manière générale, le label semble apprécié et valorisé, comme en témoignent les affiches et les posters accrochés dans les locaux des structures visitées.

Enfin, les ressources allouées à Youp'là bouge sont suffisantes pour assurer le bon déroulement du projet dans sa forme actuelle. Cependant, elles semblent relativement insuffisantes pour permettre un accompagnement plus personnalisé des structures labellisées. Une amélioration de la qualité du suivi individualisé des structures pourrait dès lors passer par une augmentation des ressources ou par une réorganisation de ces ressources, par exemple en supprimant ou repensant certaines des prestations proposées par Youp'là bouge. Enfin, le budget alloué aux structures pour l'achat de matériel adapté varie d'un canton à l'autre, ce qui engendre des inégalités entre les crèches labellisées.

1.2 Adéquation de la mise en œuvre

Questions d'évaluation : Quelles sont les motivations des crèches pour introduire Youp'là bouge ? Quels sont les facteurs qui favorisent et entravent l'introduction et la mise en œuvre de Youp'là bouge ? Ces facteurs varient-ils en fonction du type de crèche ?

Les entretiens et l'enquête en ligne ont tous deux interrogé les motivations initiales des structures labellisées. Les principales motivations des crèches répondant à l'enquête (N=220) étaient de mieux promouvoir l'activité physique des enfants (93%), de permettre à l'équipe d'avoir accès à des ressources et formations supplémentaires (70%), de mieux promouvoir la santé mentale des enfants (63%) et de bénéficier de ressources pour l'achat de matériel adapté (44%). Seulement 3% de ces crèches a indiqué avoir entrepris la démarche de labellisation afin de répondre à une demande des parents. Parmi les autres raisons (5%), la possibilité d'obtenir une reconnaissance via un label établi ou celle d'améliorer la réputation de la structure ont été évoquées.

Les entretiens avec les structures rencontrées ont mis en évidence que le projet Youp'là bouge s'inscrit généralement dans la continuité de ce qui est déjà prôné par les crèches. En effet, les structures sont déjà en partie sensibilisées à l'activité physique. Partant, elles voient dans le projet Youp'là bouge un moyen de poursuivre leur réflexion et de disposer d'outils pour promouvoir le mouvement. La participation financière à l'achat de matériel adapté est vue comme un grand atout du projet, car elle permet de mettre en pratique les enseignements de la formation Youp'là bouge. Plusieurs structures ont indiqué que, sans

[31] Mavrot, C., & Bochatay, S. (2024). *Analyse de la pertinence et de l'efficacité des labels dans le domaine de la promotion de la santé et de la prévention*. Institut des sciences sociales, Université de Lausanne.

cette participation financière, elles n'auraient probablement pas pu appliquer correctement les principes Youp'là bouge. Par ailleurs, les structures ont fait état d'une grande motivation dans les équipes pour la mise en œuvre de ce projet. Dans certains cas, la demande émanait directement des collaborateurs·trices des structures. Ni l'enquête en ligne ni les entretiens n'ont mis en lumière des freins à l'implémentation de Youp'là bouge. Il ne semble pas y avoir de différences entre les structures, chacune ayant la possibilité de miser sur ses atouts préexistants pour l'application des principes Youp'là bouge. Par exemple, les crèches en milieu rural profitent souvent des forêts et autres espaces de verdure à proximité tandis que les crèches en milieu urbain disposent de locaux propices à l'activité physique, soit au sein de la structure (espaces intérieurs ou extérieurs appartenant à la structure), soit hors de la structure (par exemple, certaines crèches peuvent utiliser les salles de sport des écoles voisines grâce à des accords avec la commune).

2. Prestations

Ce chapitre présente les divers publics concernés, l'effectivité des prestations proposées par Youp'là bouge et la satisfaction des différentes parties prenantes.

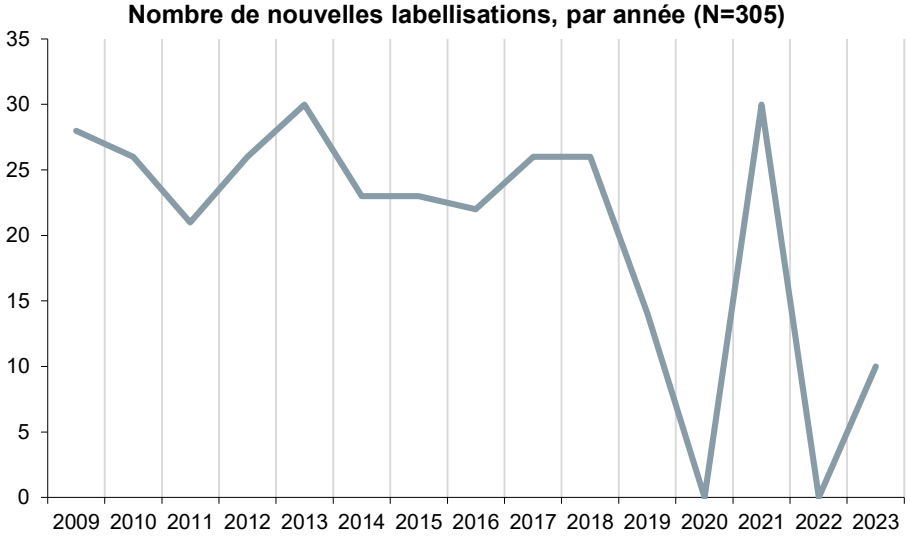
2.1 Publics concernés

Questions d'évaluation : Quels sont les types de crèches (canton, urbain/rural, taille de la crèche, tranches d'âge) que le projet Youp'là bouge atteint ? Quels sont les types d'enfants et de familles touchés par l'offre de Youp'là bouge (par ex. issus de l'immigration, statut socio-économique, etc.) et dans quelle proportion ?

Au moment de l'évaluation, les 305 structures labellisées Youp'là bouge sont réparties comme suit entre les cinq cantons participants : 52% des structures se trouvent dans le canton de Vaud, 20% dans le canton du Valais, 18% dans le canton de Neuchâtel, 7% dans le canton du Jura et 4% dans le canton de Berne (Jura bernois).

L'évolution du nombre de nouvelles labellisations est représentée dans le graphique ci-dessous.

F 2.1 : Évolution du nombre de nouvelles labellisations, entre 2009 et 2023

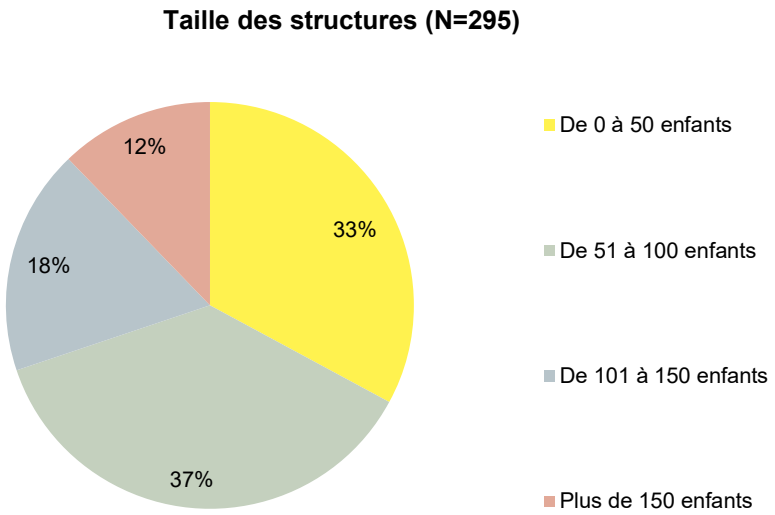


Légende : Interface (2025), d'après les données transmises par l'équipe de projet Youp'là bouge.

Les données concernant les nouvelles labellisations montrent une baisse importante à partir de 2019 (14 nouvelles labellisations contre 26 en 2018). En raison de la pandémie de Covid-19, aucune nouvelle structure n'a rejoint le projet en 2020, ce qui explique le nombre important en 2021 (30 nouvelles labellisations) par un effet de rattrapage. En 2022 également, aucune nouvelle structure n'a pu être labellisée. Une fois l'effet Covid dissipé, on constate que le nombre de labellisations (10 en 2023) n'a pas retrouvé les niveaux antérieurs à 2019. Cette baisse du nombre de nouvelles labellisations s'explique en grande partie par la couverture déjà très importante du label. En effet, la majorité des structures des cantons participant au projet sont déjà labellisées Youp'là bouge et le travail de

l'équipe responsable du projet se concentre à présent sur les structures nouvellement créées, en plus de l'accompagnement des structures déjà labellisées.

F 2.2 : Taille des structures (nombre d'enfants inscrits)



Légende : Interface (2025), d'après les données transmises par l'équipe de projet Youp'là bouge[32].

Le graphique ci-dessus montre que le projet Youp'là bouge est implanté dans des crèches de taille diverse. Cela témoigne de la possibilité d'appliquer les principes Youp'là bouge tant dans des petites que des grandes structures.

Les publics touchés par le projet Youp'là bouge sont également très diversifiés. Les directions de structures labellisées (N=117)[33] ont indiqué accueillir des enfants de familles à statut socio-économique élevé (62%), moyen (85%) et faible (56%). Par ailleurs, 37% des structures labellisées Youp'là bouge accueillent des enfants issus de l'immigration. Ces résultats sont encourageants, dans la mesure où les enfants issus de l'immigration et/ou de familles à faible statut socio-économique fréquentent moins souvent les crèches que les autres enfants, en Suisse. Diverses études témoignent de cette inégalité d'accès[34], alors même que ce sont ces enfants qui bénéficient le plus de ces structures pour leur développement psychosocial et plus généralement pour une meilleure égalité des chances au moment de la scolarisation. Cette inégalité structurelle s'explique principalement par les coûts des structures d'accueil, même lorsque celles-ci bénéficient de subventions publiques[35]. En effet, même si certaines familles préfèrent garder leurs enfants à la maison, ce choix est souvent fait par défaut. Par ailleurs, en matière de promotion de la santé, il a été prouvé que les enfants issus de familles défavorisées et/ou de la migration pratiquent

[32] En raison de données manquantes pour certaines structures, le N total est de 295 pour ce graphique.

[33] Cf. Dispositif méthodologique/Enquête en ligne pour la répartition des répondant·e·s à l'enquête.

[34] Commission fédérale pour les questions familiales (COFF). (2021). *Policy Brief n° 4 : La crèche : une institution exclusive ? Biais socioéconomiques et ethniques dans l'accès aux structures d'accueil de la petite enfance*. Département fédéral de l'Intérieur (DFI). https://ekff.admin.ch/fileadmin/user_upload/ekff/05dokumentation/Policy_Briefs/2021/EKFF_Policy_Brief_Nr_4_FR_210701_V2.pdf, consulté le 04.08.2025.

[35] Abrassart, A., & Bonoli, G. (2015). *Availability, cost or culture? Obstacles to childcare services for low-income families*. *Journal of Social Policy, 44*(4), p. 787–806.

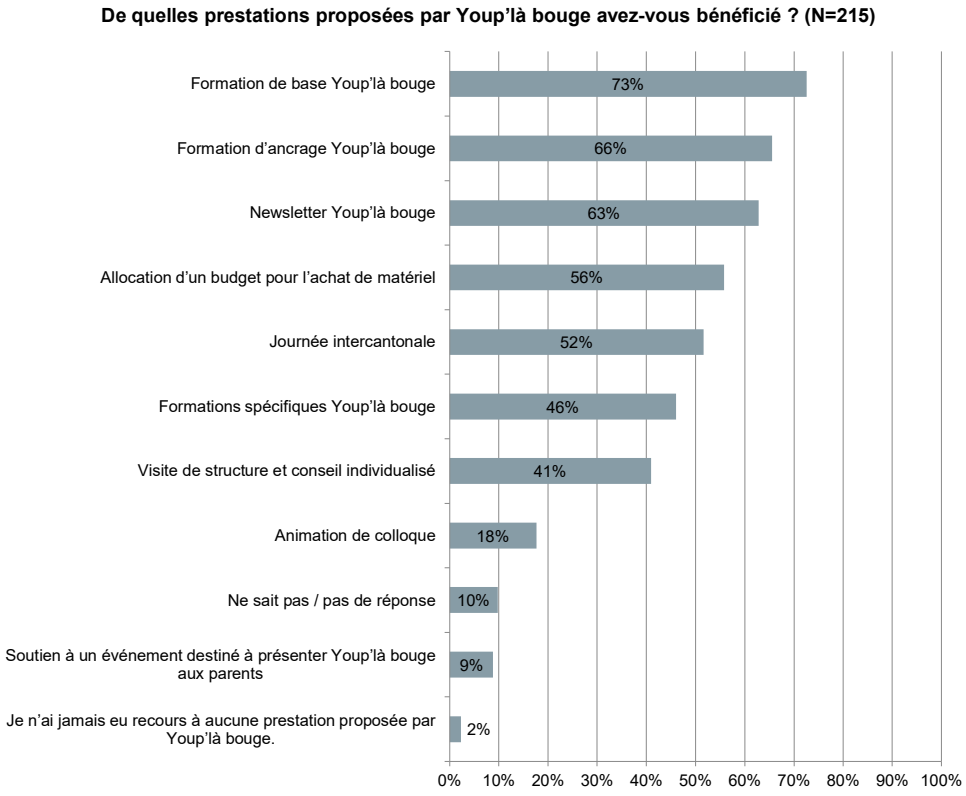
en moyenne moins d'activité physique, mangent moins sainement et risquent davantage d'être en surpoids[36]. Dès lors, il importe que les crèches fréquentées par des publics plus défavorisés bénéficient aussi des prestations Youp'là bouge, comme semblent le montrer les résultats de l'enquête en ligne.

2.2 Effectivité des prestations

Question d'évaluation : Quelles sont les prestations mises en œuvre par Youp'là bouge et combien de fois l'ont-elles été ?

Les structures labellisées, par le biais des directions et/ou des collaborateurs·trices interrogé·e·s (N=215), ont indiqué avoir bénéficié des différentes prestations proposées par Youp'là bouge dans les proportions suivantes :

F 2.3 : Recours aux différentes prestations Youp'là bouge dans les structures labellisées



Légende : Interface (2025).

Près des trois quarts des personnes ayant répondu à l'enquête (N=215) ont indiqué avoir suivi la formation de base Youp'là bouge, ce qui laisse penser que les référent·e·s Youp'là bouge au sein des crèches sont surreprésenté·e·s dans cet échantillon, même s'il existe une possibilité que certaines de ces personnes aient répondu au nom de leur structure davantage qu'en leur nom propre. Par ailleurs, cette formation étant obligatoire pour la labellisation, il est certain que la totalité des structures interrogées ont suivi la formation de base. Il est dès lors pertinent de s'intéresser aux réponses reçues concernant les deux autres formations, à savoir la formation d'ancrage et les formations spécifiques. Pour la première, elle a été suivie par 66% des répondant·e·s, ce qui témoigne d'une volonté des

[36] Amstad, F., Unterweger, G., Sieber, A., Dratva, J., Meyer, M., Nordström, K., Weber, D., Hafen, M., Kriemler, S., Radtke, T., Bucher Della Torre, S., Gentaz, E., Schiftan, R., Wittgenstein Mani, A.-F. & Koch, F. (2022). *Promotion de la santé pour et avec les enfants – Résultats scientifiques et recommandations pour la pratique*. Rapport 8. Promotion Santé Suisse.

structures de former une large partie de leur personnel aux principes Youp'là bouge, même s'il existe déjà un relai possible par les personnes de référence ayant suivi la formation de base. Les formations spécifiques ont été suivies par 46% des répondant·e·s, ce qui témoigne d'un intérêt certain, probablement variable selon les thématiques proposées. Selon les chiffres transmis par l'équipe de projet Youp'là bouge pour l'année 2023, 106 personnes ont participé aux formations d'ancrage et 149 ont suivi les formations spécifiques. Outre l'intérêt pour ces formations, leur localisation joue un rôle important pour les participant·e·s, la majorité assistant aux formations dans les cantons où est située leur structure. Pour une analyse plus fine de cet intérêt, il conviendrait d'accompagner ces formations d'un court sondage évaluant notamment la satisfaction et la pertinence perçue par les participant·e·s.

Une prestation particulièrement plébiscitée par les personnes rencontrées lors des entretiens et des observations est la newsletter Youp'là bouge. Cela est confirmé par l'enquête en ligne. Près de deux tiers des personnes interrogées ont indiqué avoir recours à cette newsletter trimestrielle présentant des idées d'activités adaptées aux principes Youp'là bouge et variant selon les saisons.

56% des répondant·e·s ont indiqué avoir bénéficié d'un budget pour l'achat de matériel, lequel est alloué au moment de la labellisation. Pour analyser ce résultat en détail, il conviendrait de le comparer avec les financements alloués par Youp'là bouge depuis le lancement du projet. Il est probable que la majorité voire la totalité des structures aient bénéficié de ce budget, mais que les personnes ayant répondu à l'enquête n'en aient pas été informées, surtout si elles ont rejoint la structure après sa labellisation. Il en va de même pour les 41% ayant indiqué avoir bénéficié de la visite de structure et du conseil individualisé, lesquels font partie intégrante de la démarche de labellisation.

Enfin, plus de la moitié des personnes interrogées ont indiqué avoir participé au moins une fois à la journée intercantonale organisée tous les deux ans par Youp'là bouge. Tous ces résultats sont très encourageants. Il reste toutefois deux prestations peu utilisées, à savoir l'animation de colloque (18%) et le soutien à un événement destiné à présenter Youp'là bouge aux parents (9%). Les entretiens réalisés confirment cette tendance : aucune des six crèches rencontrées n'a fait appel à ces prestations et la plupart ne connaissait pas cette possibilité. Interrogées sur la pertinence de ces deux prestations, les crèches rencontrées ont indiqué avoir relativement peu d'intérêt pour l'organisation d'un événement spécifique à Youp'là bouge. La plupart ne trouve pas non plus nécessaire de solliciter l'équipe Youp'là bouge pour l'animation d'un colloque, à l'exception notable d'une personne ayant mentionné avoir l'intention de solliciter cette prestation prochainement en raison d'importants changements dans l'équipe de la structure qu'elle dirige. Ces deux dernières prestations, à savoir l'animation de colloque et le soutien à un événement destiné à présenter Youp'là bouge aux parents, ont pour particularité d'être surtout proposées aux crèches lors de la phase de labellisation (ou à la demande de la crèche lors d'éventuelles difficultés avec les parents) et pour autant que l'équipe de Youp'là bouge juge la mesure utile et pertinente pour la structure. Cela se fait généralement lors de la visite de la structure. Partant, les faibles taux de recours à ces deux prestations ne constituent pas ici de point d'attention particulier, mais résultent de la nature même de ces prestations.

Des questions spécifiques aux formations sur la santé mentale ont également été posées à l'occasion de l'enquête en ligne, étant donné que la thématique a été développée par Youp'là bouge à partir de 2021. Plus précisément, il a été demandé aux directions et aux collaborateurs·trices des structures labellisées (N=211) quelles formations sur la santé mentale des enfants ils·elles ont suivies. Seulement 11% des répondant·e·s ont indiqué avoir suivi une formation sur la santé mentale dispensée par Youp'là bouge dont 5% ont

spécifiquement suivi le cycle de formation « Renforcement de la santé psychique des enfants de moins de 4 ans ». Toutefois, si ces résultats semblent relativement faibles, il est important de noter que seul·e·s 29% des répondant·e·s ont suivi une formation sur la santé mentale dispensée par une autre entité ou lors de leur formation professionnelle (par exemple, CFC d'assistant·e socioéducatif·ve). Il apparaît donc que, de manière générale, les professionnel·le·s des structures d'accueil de la petite enfance sont encore peu formé·e·s à la santé mentale chez les enfants. Cela concorde également avec les dernières études selon lesquelles les professionnel·le·s de l'éducation en général ne disposent pas de compétences suffisantes en matière de santé mentale[37]. Lors des entretiens réalisés, plusieurs personnes rencontrées ont salué l'introduction de cette thématique dans le projet Youp'là bouge, même si plusieurs d'entre elles l'ignoraient avant l'entretien.

2.3 Satisfaction

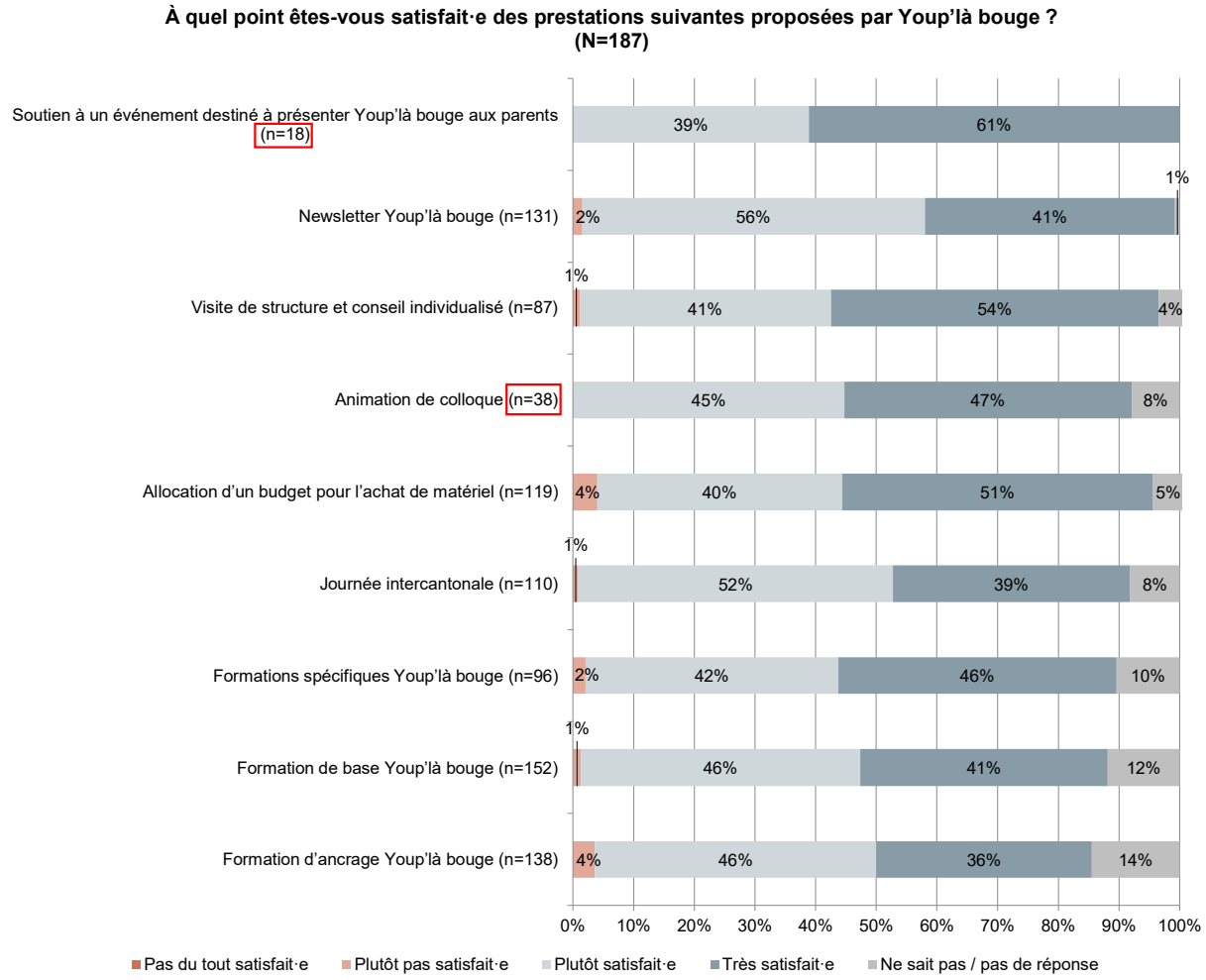
Questions d'évaluation : Les différentes parties prenantes (directions, personnel encadrant, parents) sont-elles satisfaites des prestations mises en œuvre par Youp'là bouge ?

Directions et collaborateurs·trices des structures labellisées

Les entretiens ainsi que l'enquête en ligne ont été l'occasion d'évaluer la satisfaction des directions et collaborateurs·trices des structures labellisées par rapport aux différentes prestations proposées par Youp'là bouge. Les résultats de l'enquête en ligne sont représentés dans le graphique ci-dessous, par ordre décroissant de satisfaction (en cumulant les « très satisfait·e » et « plutôt satisfait·e »).

[37] Robin, D., de Gani S. (2025). Psychische Gesundheitskompetenz. In: Nationaler Gesundheitsbericht 2025 (Hrsg. Obsan). Psychische Gesundheitskompetenz in der Schweiz: Entwicklung, Förderung, Prävention und Versorgung.

F 2.4 : Satisfaction des structures relatives aux prestations dont elles ont bénéficié



Légende : Interface (2025).

Les réponses données à l'enquête en ligne témoignent d'un très haut niveau de satisfaction pour l'ensemble des prestations. Il est remarquable qu'aucune prestation n'ait obtenu la moindre réponse « pas du tout satisfait·e ». Avant de détailler ces résultats en les comparant aux résultats des entretiens conduits au préalable, il convient de rappeler que le soutien à un événement destiné à présenter Youp'là bouge et l'animation de colloque par une membre de l'équipe de projet Youp'là bouge sont des prestations très peu utilisées. Par ailleurs, aucune structure rencontrée lors des entretiens n'a recouru à ces prestations. Il est alors délicat de tirer des conclusions robustes les concernant. Le nombre de réponses relatives à ces deux prestations dans l'enquête en ligne est indiqué en rouge dans le graphique.

Les autres prestations ont obtenu suffisamment de réponses pour être analysées de manière plus fine. La newsletter obtient le plus haut taux de satisfaction (97%), ce qui fait écho aux réponses obtenues lors des entretiens et des observations En effet, l'ensemble des structures rencontrées a indiqué apprécier tout particulièrement cette newsletter trimestrielle, car elle présente des idées d'activités adaptées aux principes Youp'là bouge et nécessitant souvent peu de matériel spécifique. Les collaborateurs·trices des structures utilisent donc régulièrement les newsletters comme source d'idées pour diversifier leur pratique. Chaque édition de la newsletter aborde une thématique spécifique, par exemple la promotion et la santé psychique dans l'édition de novembre 2022. Parfois, des ponts

avec d'autres thématiques connexes à Youp'là bouge sont abordées, à l'instar de l'édition du printemps 2025 qui fait la part belle à l'alimentation équilibrée avec la présentation du label Fourchette verte, également soutenu par Promotion Santé Suisse. Autant que possible, l'équipe de projet Youp'là bouge propose des idées d'activités physiques ou créatrices adaptées à la saison et à l'âge des enfants, dans un format court et attractif. Les résultats de l'enquête et des entretiens permettent d'affirmer que ces newsletters sont pertinentes et ne souffrent actuellement d'aucun besoin d'amélioration.

Les visites de structures et le conseil individualisé, particulièrement lors de la phase de labellisation des structures, sont également très appréciées. Certaines structures ont toutefois indiqué être favorables à un contact plus régulier avec l'équipe de projet Youp'là bouge, particulièrement par le biais de la visite de la structure. En effet, le regard externe et expert des déléguées cantonales Youp'là bouge pourrait leur permettre d'identifier d'éventuels potentiels d'amélioration dans une pratique souvent devenue routinière.

Sans surprise, l'allocation d'un budget pour l'achat de matériel lors de la phase de labellisation est grandement appréciée par les répondant·e·s à l'enquête en ligne. Cette participation financière, qui constitue l'une des motivations des crèches qui choisissent de se labelliser (voir 1.2), est jugée très pertinente. Comme l'ont montré les entretiens réalisés, les collaborateurs·trices des structures utilisent régulièrement le matériel acheté grâce au budget alloué par Youp'là bouge. Certaines structures regrettent toutefois que ce soutien ne puisse pas être renouvelé après un certain nombre d'années, alors que le matériel doit être renouvelé en raison de l'usure.

La journée intercantonale est aussi globalement appréciée. Les entretiens ont permis de la qualifier de pertinente, car elle offre une opportunité de formation continue et de rencontres entre les structures labellisées de toute la Suisse romande. Cependant, un certain potentiel d'amélioration a également été identifié. Son contenu théorique est souvent jugé trop simple, surtout pour les personnes déjà formées à Youp'là bouge (formation de base ou d'ancrage), et pourrait donc être développé. De plus, les structures aimeraient bénéficier de davantage d'échanges de bonnes pratiques et d'une meilleure mise en relation entre elles. Ces aspects gagneraient également à être développés, voire à prendre une place prépondérante dans le programme de la journée. Enfin, l'accessibilité est un problème pour certain·e·s participant·e·s à la journée intercantonale. Celle-ci se déroulant systématiquement le samedi à Lausanne, le temps de trajet peut être dissuasif pour les structures d'autres cantons. Il serait intéressant de considérer un changement de lieu à chaque édition, afin de couvrir de manière équitable les régions participant au label.

Enfin, les formations Youp'là bouge ferment le classement avec des taux de satisfaction tout de même élevés : 88% pour les formations spécifiques, 87% pour la formation de base et 82% pour la formation d'ancrage. Les entretiens réalisés confirment cette satisfaction et la pertinence de ces prestations. Là encore, les structures ont parfois regretté que le contenu théorique ne soit pas suffisamment développé, en particulier pour la formation d'ancrage. Par ailleurs, les structures rencontrées ont indiqué qu'elles auraient aimé que ces formations soient également l'occasion de mettre en réseau les structures labellisées ou en cours de labellisation.

En complément à cette question, les répondant·e·s ont été interrogé·e·s sur leur satisfaction concernant les formations Youp'là bouge sur la santé mentale, pour celles et ceux qui avaient suivi une telle formation (N=30). Les réponses montrent que 60% des répondant·e·s se disent « très satisfait·e », 33% sont « plutôt satisfait·e », 3% ne sont « plutôt pas satisfait·e » et 3% ne sont « pas du tout satisfait·e ». De manière générale, une large majorité des directions et collaborateurs·trices (N=201) estime que la santé mentale occupe une place adéquate dans l'ensemble du projet Youp'là bouge (79%). Pour 9% des

répondant·e·s, la santé mentale occupe une place trop importante dans le projet, tandis que 12% considèrent qu'elle n'y occupe pas assez de place.

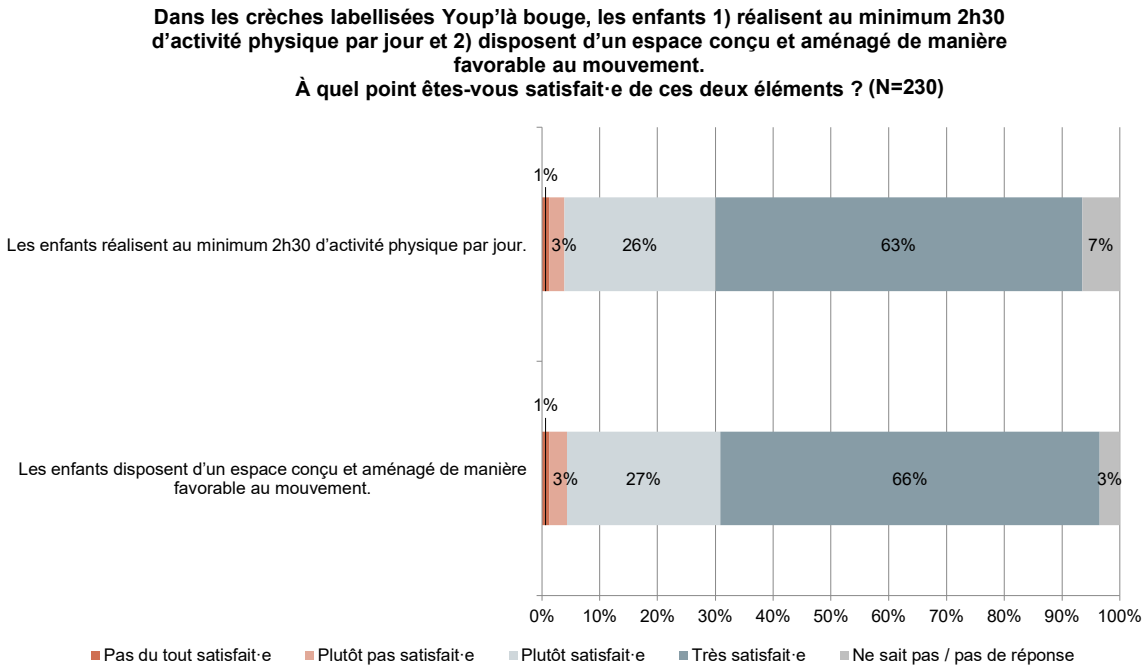
Les résultats concernant les différentes formations montrent une réelle volonté des équipes des structures (directions et collaborateurs·trices) de développer leurs connaissances en matière d'activité physique et de santé mentale chez les enfants.

Dans l'ensemble, les résultats concernant la satisfaction relative aux différentes prestations proposées par Youp'là bouge sont très encourageants. Ils témoignent d'une pertinence certaine de la majorité des prestations et d'une véritable adhésion des structures au projet, certaines souhaitant d'ailleurs en tirer encore davantage profit par exemple par des formations théoriques plus développées. Cette adhésion est confirmée par les réponses obtenues à la question de la satisfaction globale des directions et des collaborateurs·trices (N=211) : 36% se disent « très satisfait·e », 60% « plutôt satisfait·e », 1% « plutôt satisfait·e » et 3% ne se prononcent pas. Là encore, aucun·e répondant·e n'a indiqué être « pas du tout satisfait·e ».

Parents d'enfants fréquentant les structures labellisées

Du côté des parents, la satisfaction relative à Youp'là bouge a été mesurée par rapport aux objectifs d'activité physique (au minimum 2 heures et 30 minutes par jour) et d'aménagement des espaces favorable au mouvement, conformément à ce qui est préconisé par Youp'là bouge. Les réponses des parents sont représentées ci-dessous.

F 2.5 : Satisfaction des parents relative à l'activité physique et l'aménagement des espaces favorable au mouvement

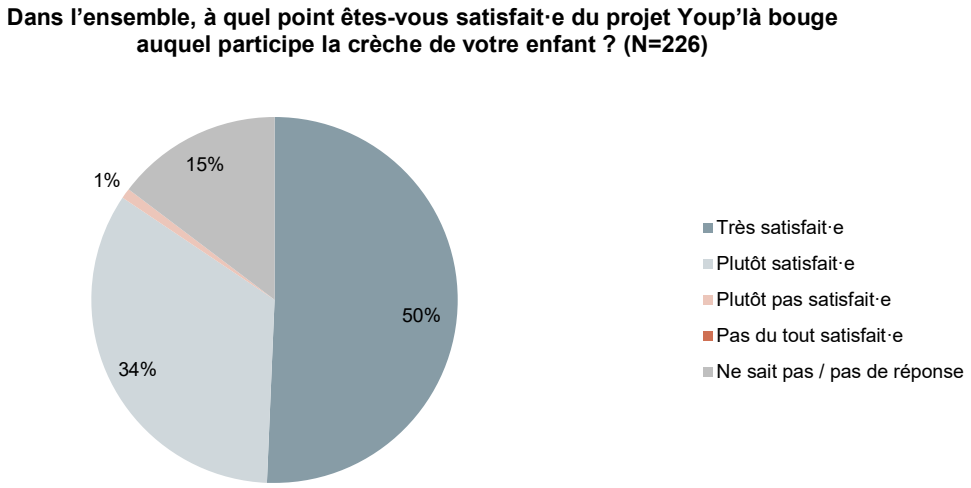


Légende : Interface (2025).

Dans l'ensemble, le niveau de satisfaction des parents est élevé pour les deux éléments mentionnés, avec une satisfaction globale légèrement plus grande concernant l'aménagement des espaces (93% contre 89% pour l'objectif d'activité physique quotidienne). En cas d'insatisfaction, la principale cause évoquée est la présence de certains espaces intérieurs ou extérieurs pas adaptés au mouvement, selon l'avis des

parents (9 mentions). Concernant l'objectif quantitatif d'activité physique quotidienne, les parents insatisfaits ont indiqué avoir l'impression que l'activité physique effective est inférieure à l'objectif (6 mentions).

F 2.6 : Satisfaction globale des parents relative au projet Youp'là bouge



Légende : Interface (2025).

Comme le montre ce graphique, la majorité des parents sont globalement satisfaits du projet Youp'là bouge (84%), avec 50% se déclarant même « très satisfait·e ». Ce résultat très encourageant mérite d'être salué. Il doit toutefois être quelque peu nuancé par le taux important de non-réponses (15%), qui reflète probablement un manque de connaissance du projet chez les parents.

Cette dernière hypothèse est confirmée par les réponses des parents à la question « Quelles ont été vos motivations pour choisir une crèche labellisée Youp'là bouge pour votre enfant ? »[38], également posée dans le cadre de l'enquête en ligne (N=239). En effet, 62% des parents ignoraient que la structure était labellisée Youp'là bouge au moment de l'inscription de leur enfant et 6% ont indiqué que leur structure n'était pas encore labellisée au moment de l'inscription. Ces résultats interpellent, dans la mesure où il est attendu des parents qu'ils agissent comme des multiplicateurs·trices. Concernant les autres motivations des parents dans le choix de la structure d'accueil, on retrouve le souhait de promouvoir l'activité physique de leur enfant (19%), le souhait de favoriser la santé mentale de leur enfant (15%), la proximité avec le lieu d'habitation ou de travail et/ou la disponibilité (9%), la recommandation par d'autres parents (5%) et enfin la réputation de Youp'là bouge (2%). Ainsi, il est possible d'affirmer que le label Youp'là bouge n'est généralement pas déterminant pour les parents à la recherche d'une structure d'accueil pour leur enfant. Au contraire, les parents ne connaissent généralement pas ce label, au moins au moment de l'inscription de leur enfant. Youp'là bouge ne répond donc pas à un besoin des parents, mais semble parvenir rapidement à les convaincre et obtient ainsi des taux de satisfaction élevés même auprès de ces parties prenantes.

[38] La question permettait de sélectionner plusieurs modalités de réponses, raison pour laquelle la somme des réponses par modalités dépasse 100%.

3. Effets

Ce chapitre traite des effets du projet Youp'là bouge sur les différentes parties prenantes.

3.1 Développement des connaissances (multiplicateurs·trices)

Questions d'évaluation : Dans quelle mesure les connaissances du personnel d'encadrement des crèches sur l'importance de l'activité physique et de la santé mentale chez les enfants sont-elles développées grâce au projet ? Dans quelle mesure les connaissances des familles sur l'importance de l'activité physique et de la santé mentale chez les enfants sont-elles développées grâce au projet ?

Les multiplicateurs·trices, à savoir le personnel des crèches et les parents, ont été interrogés sur les connaissances acquises grâce à Youp'là bouge. Pour rappel, l'objectif est de former les multiplicateurs·trices pour que ces derniers agissent sur le public cible, en l'occurrence les enfants fréquentant les structures labellisées.

Les directions et les collaborateurs·trices des structures labellisées (N=211) ont indiqué avoir développé leurs connaissances grâce à Youp'là bouge. Pour 31% des répondant·e·s, ces connaissances ont été fortement développées, tandis que 65% considèrent avoir un peu développé leurs connaissances. Seulement 4% estiment n'avoir rien appris en matière de santé physique ou mentale grâce à Youp'là bouge. Ces résultats encourageants viennent appuyer la pertinence des formations Youp'là bouge déjà évoquée au chapitre précédent. Par ailleurs, certaines personnes rencontrées lors des entretiens réalisés ont indiqué que ces formations venaient apporter un complément à leur formation initiale qui leur a permis de développer davantage le concept pédagogique de leur structure grâce aux connaissances théoriques acquises.

Du côté des parents (N=224) en revanche, les résultats s'avèrent plus mitigés. En effet, 64% indiquent ne pas avoir développé de nouvelles connaissances en matière de santé physique ou psychique depuis que leur enfant fréquente une structure labellisée Youp'là bouge. Pour 30% des parents, les connaissances ont été un peu développées et seulement 7% estiment avoir fortement développé leurs connaissances. Comme l'a démontré le chapitre précédent, les parents ne choisissent généralement pas leur crèche en fonction du label et ne s'attendent a priori pas à développer leurs connaissances sur les thématiques chères à Youp'là bouge. De plus, contrairement aux professionnel·le·s, les parents ne bénéficient pas de formation par Youp'là bouge. Ainsi, les 37% de parents ayant développé leurs connaissances en matière d'activité physique chez les enfants l'ont probablement fait par l'observation des activités réalisées par leurs enfants, en s'informant sur le projet Youp'là bouge et/ou grâce au personnel des structures labellisées agissant comme relai.

3.2 Modification du comportement (multiplicateurs·trices)

Questions d'évaluation : Dans quelle mesure le personnel d'encadrement est-il conscient de la nécessité d'informer les familles sur l'activité physique et la santé mentale des enfants ? Dans quelle mesure le personnel d'encadrement sensibilise et encourage-t-il les familles à appliquer les principes de Youp'là bouge à la maison ? Dans quelle mesure les parents sont-ils conscients de la nécessité d'appliquer les principes de Youp'là bouge à la maison ? Dans quelle mesure les parents appliquent-ils les principes de Youp'là bouge à la maison ? Le projet a-t-il d'autres effets sur l'ensemble de la famille et sur le personnel encadrant des structures ?

Les entretiens réalisés ont mis en évidence que le personnel des structures considère qu'il est utile d'informer les parents sur l'importance du mouvement, ce qui est fait généralement à la fin de chaque journée en expliquant aux parents les activités réalisées par leurs enfants. Cela est confirmé par les résultats de l'enquête en ligne auprès des directions et des collaborateurs·trices des structures interrogées (N=211). En effet, 83% des répondant·e·s considèrent qu'il est « très important » de sensibiliser les familles à l'activité physique et à la santé mentale des enfants et 16% considèrent que cela est « plutôt important ». Seul 1% des répondant·e·s estime que cela est « peu important ». Par ailleurs, les directions et les collaborateurs·trices (N=209) peuvent encourager les familles à appliquer les principes de Youp'là bouge à la maison. 13% des répondant·e·s déclarent le faire « très souvent », 47% le font « souvent », 36% le font « rarement » et seulement 4% des répondant·e·s ne le font « jamais ». Il apparaît donc que la sensibilisation des parents est perçue comme faisant partie intégrante de la mission socioéducative du personnel des structures, lequel agit comme un relai auprès des parents.

Du côté des parents (N=221), les réponses à l'enquête sont unanimes[39] : les parents estiment qu'il est « important » (37%) voire « très important » (63%) d'appliquer les recommandations de Youp'là bouge à la maison. En plus d'être convaincus par la nécessité de promouvoir l'activité physique et le bien-être psychique à la maison, les parents indiquent essayer activement d'appliquer ces recommandations. Parmi les parents (N=216), 41% déclarent appliquer « très souvent » les recommandations de Youp'là bouge, 48% le font « souvent », 8% « rarement » et seuls 3% ne le font « jamais ». Ces résultats montrent que les parents cherchent à être actifs avec leurs enfants. Toutefois, seulement 9% des parents indiquent que les habitudes familiales ont effectivement changé depuis que leur enfant fréquente une crèche labellisée Youp'là bouge (N=218). Les exemples donnés par les répondant·e·s sont principalement de nouvelles activités faites en famille (balades à vélo, sorties en forêt) et une augmentation de la fréquence de celles-ci.

Le projet Youp'là bouge peut également avoir d'autres effets positifs sur le personnel des structures ainsi que sur les familles. Lors des entretiens réalisés, les directions et les collaborateurs·trices des structures ont indiqué que les enfants qui pratiquaient suffisamment d'activité physique étaient plus calmes et s'endormaient plus facilement au moment de la sieste. Ainsi, le travail du personnel encadrant est facilité par l'activité physique, renforçant leur adhésion au projet. Du côté des parents (N=214), 7% ont constaté d'autres effets de Youp'là bouge sur leur famille. Ces autres effets sont par exemple le souhait d'inscrire leur enfant à une activité physique (par exemple, bébés nageurs), le constat d'une amélioration de l'humeur de leur enfant ou des effets sur les fratries (par exemple, un·e petit·e frère/sœur impatient·e de débuter la crèche également).

[39] Par souci de transparence, il est précisé qu'une personne a répondu qu'il était « peu important » d'appliquer les recommandations de Youp'là bouge à la maison. Avec les arrondis, cette réponse n'apparaît pas dans le 100% présenté dans le corps du texte.

3.3 Impact sur les enfants (groupe cible)

Questions d'évaluation : Dans quelle mesure l'offre de Youp'là bouge a-t-elle un impact sur l'expérience d'activité physique (motrice) des enfants ? Dans quelle mesure l'offre de Youp'là bouge a-t-elle un impact sur la santé mentale des enfants ? Plus précisément, Youp'là bouge permet-il aux enfants (de 0 à 4 ans) d'établir des liens étroits et sécurisants avec les adultes et les autres enfants ? D'éprouver, de gérer et d'exprimer une gamme d'émotions ? De tisser des liens étroits avec les autres ? D'apprendre et explorer son environnement ? Youp'là bouge permet-il aux enfants (de 0 à 4 ans) de renforcer leur auto-efficacité (conviction de l'enfant de pouvoir accomplir des actions grâce à ses propres compétences) ?

Les directions et collaborateurs·trices rencontré·e·s ont indiqué que les enfants réalisaient effectivement au minimum 2 heures et 30 minutes d'activité physique par jour. Les activités proposées sont très variées (en intérieur ou en extérieur, avec ou sans matériel) et font appel à diverses composantes de l'activité physique et du mouvement (par exemple, motricité fine ou globale). Les personnes rencontrées à l'occasion des entretiens ont affirmé que les enfants éprouvaient beaucoup de plaisir avec le matériel et les activités Youp'là bouge. L'un des changements les plus flagrants pour les collaborateurs·trices rencontré·e·s est une amélioration conséquente de l'équilibre des enfants, réduisant ainsi les chutes. Les entretiens menés sur le terrain avec le personnel d'encadrement lors des observations ont confirmé ces déclarations, en constatant des effets concrets sur l'activité physique et la santé mentale des enfants. Par ailleurs, les recommandations de Youp'là bouge, qui préconisent au moins 2,5 heures d'activité physique par jour, correspondent à peu près aux recommandations de la ville de Zurich[40].

3.3.1 Promotion de l'activité physique

La promotion de l'activité physique dans le cadre du label Youp'là bouge peut être divisée en trois dimensions complémentaires : le matériel favorisant le mouvement, les espaces de motricité adaptés et le parcours, perçu comme l'activité physique par excellence.

Matériel et éléments de jeu favorisant le mouvement

Les structures observées étaient toutes équipées de divers matériel et éléments de jeu favorisant le mouvement. Ceux-ci étaient utilisés aussi bien dans des jeux spontanés, comme les bagarres à deux, que dans les jeux de mouvement organisés par le personnel, comme un parcours. L'observation participante a montré que les enfants utilisaient fréquemment le matériel de mouvement et les éléments de jeux, et que ces derniers étaient populaires auprès des enfants. En début de journée ou après la pause, les enfants se précipitaient généralement directement vers les éléments de jeu dans les salles. Ils·elles jouaient parfois seul·e·s, parfois à deux ou en groupe.

Il a également été observé qu'une plus grande quantité de matériel adapté n'était pas automatiquement synonyme d'une utilisation plus fréquente ou intensive. Même les crèches disposant de moins de matériel d'activité physique et d'éléments de jeu ont réussi sans difficulté à inciter les enfants à bouger. Un exemple observé en était les bouteilles en plastique vides, remplies de riz, selon une idée proposée dans une newsletter Youp'là bouge. Les jeunes enfants pouvaient les pousser avec leurs pieds ou leurs bras, expérimenter des stimuli sensoriels en les secouant, et travailler leur motricité fine en tenant et en posant les bouteilles, le tout étant réalisé visiblement avec plaisir. De telles idées simples pour promouvoir le mouvement ont été jugées très positives par les collaborateurs·trices des structures lors des entretiens informels réalisés sur le terrain. Cela

[40] Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich (2017). Empfehlungen für die Bewegungsförderung in Kitas.

vient appuyer les résultats concernant la satisfaction relative à la newsletter présentés plus haut (voir 2.3).

En outre, le développement moteur a également été encouragé de manière ciblée dans les crèches, par exemple avec des Lego Duplos ou de la pâte à modeler (motricité fine) ou des parcours (motricité globale, voire également fine selon les exercices) et, chez les nourrissons, avec des aimants à coller sur un réfrigérateur (motricité fine) ou avec des tapis ou des objets en bois qui les incitaient à ramper (motricité globale). Le développement moteur des enfants a aussi été stimulé par des mouvements et des danses sur de la musique, ainsi que par l'utilisation de divers instruments (par exemple, piano ou tambourin). Selon le personnel des structures d'accueil, les enfants les plus jeunes bénéficient particulièrement de ce type d'exercices, car la musique leur permet de développer leur sens du rythme, leur oreille musicale, ainsi que leurs capacités de concentration et de coordination. Le lien entre mouvement et musique s'est manifesté par exemple dans une crèche où un·e apprenti·e a diffusé de la musique pop entraînante et où certains enfants ont commencé à bouger en rythme. L'apprenti·e a ensuite invité les enfants à former un cercle, à se tenir par la main et à danser ensemble. Dans une autre crèche, la pratique a été poussée encore plus loin avec l'apprentissage de chorégraphies spécifiques, par exemple sur la chanson « Mon petit lapin a bien du chagrin ». Cela a permis de développer la capacité d'expression, la musicalité et la conscience corporelle des enfants.

Espaces de motricité

L'analyse et la typologie des différents espaces de mouvement et des différents matériels permettent notamment d'étudier quelles incitations (équipements, etc.) et quels espaces sont utilisés pour l'activité physique et dans quelle mesure. Ce chapitre fournit ainsi des indications au niveau des résultats sur la mesure dans laquelle l'offre de Youp'là bouge influence ou façonne les expériences des enfants en matière d'activité physique et de motricité.

Les crèches visitées disposaient de différents types d'espaces de motricité, ayant tous pour objectif de favoriser l'activité physique et le développement moteur des enfants. L'observation participante a montré qu'il existait parfois des différences considérables entre les structures, notamment en ce qui concerne la quantité et l'ancienneté du matériel disponible ainsi que la taille des espaces. Certaines structures, plutôt de taille moyenne à grande, disposent d'espaces de mouvement fixes et permanents (voir F 3.1) ou un mélange d'éléments fixes et d'éléments modulables (voir F 3.2). En revanche, des structures plus petites sont généralement équipées d'éléments modulables qui permettent d'aménager l'espace de manière dynamique et flexible avec du matériel favorisant le mouvement (voir F 3.3). Alors que les espaces fixes et spécifiquement conçus pour la motricité peuvent être utilisés directement et sans perte de temps pour le personnel, les collaborateurs·trices des petites structures ont parfois du mal à aménager de manière adéquate les espaces polyvalents et modulables tout en respectant un programme chargé.

Dans la description suivante des espaces de motricité, il convient de garder à l'esprit que les différentes catégories se recoupent parfois.

Espace de motricité fixe

L'illustration ci-dessous montre une salle de motricité de type « salle de sport », aménagée de façon permanente. Elle comprend notamment un toboggan, un mur d'escalade ou une échelle fixée au mur, ainsi que des éléments de jeu modulables tels que des tapis sur lesquels les enfants peuvent se laisser tomber ou sauter après avoir grimpé. Au plafond se trouve également un crochet auquel une balançoire peut être fixée, qui n'était cependant pas utilisée au moment de la visite. La salle offre en principe diverses possibilités pour

travailler les neuf formes fondamentales de mouvement[41]. Il a pu être observé que la salle était principalement utilisée pour grimper et se tenir en équilibre. Elle offrait en outre suffisamment d'espace pour que les enfants puissent courir, sauter et se dépenser librement, ce qui favorise leur endurance, leur vitesse, leur coordination et leur force.

Ce type d'espace de motricité a été observé dans deux structures, toutes deux disposant des ressources nécessaires ainsi que de locaux suffisamment spacieux.

F 3.1 : Espace de motricité fixe



Légende : Ecoplan (2024).

Espace de motricité avec éléments fixes et modulables

Dans d'autres structures d'accueil de la petite enfance, des espaces de motricité plus petits sont équipés à la fois d'éléments fixes et de matériel modulable. L'illustration ci-dessous montre un tel espace, comprenant une structure fixe d'escalade intégrant un toboggan, ainsi que divers tapis ajustables au sol et des cubes ou caissons souples. Certains de ces caissons présentaient des surfaces inclinées, utilisées par les enfants pour glisser. Au moment de la visite, deux tissus suspendus au plafond permettaient aux enfants de se balancer ou de tirer dessus. Les enfants utilisaient la structure d'escalade, faisaient des roulades et tentaient de tenir sur la tête sur les tapis. Ces derniers permettaient également d'autres formes de mouvement, telles que rouler ou ramper (chez les plus jeunes). Dans cet espace également, les enfants pouvaient se déplacer librement et jouer ensemble. Selon les recherches ethnographiques menées par Harring[42] dans des crèches allemandes, ces espaces flexibles offrent aux enfants non seulement la possibilité d'être autonomes et d'explorer, mais leur permettent également de s'approprier ces espaces et ainsi de renforcer leur bien-être subjectif. Les recommandations en matière d'activité physique pour les crèches de la ville de Zurich soulignent également que les espaces et les

41 OFSPO (2010), *op. cit.*

42 Harring, D. (2024). Doing Kita in Randzeiten. Eine Ethnografie zu Handlungsvollzügen und Positionierungen von Kitakindern. Springer VS, Wiesbaden.

équipements de motricité modulables, pouvant être modifiés ou réaménagés en fonction des besoins des enfants, sont propices à la promotion de l'activité physique[43].

Ce type d'espace de motricité a été observé dans quatre structures.

F 3.2 : Espace de motricité avec éléments fixes et modulables



Légende : Ecoplan (2024).

Espace modulable aménagé de sorte à permettre l'activité physique

L'illustration ci-dessous présente un espace modulable pouvant être adapté aux besoins des enfants. Ce type d'espace se distingue de l'espace combinant éléments fixes et modulables (F 3.2) par l'absence d'éléments fixes. Au moment de l'observation, la salle contenait de nombreux éléments ajustables et dynamiques. Cet espace servait alors de dortoir, mais les enfants utilisaient les tapis et les caissons pour créer de petits parcours. Dans cette salle, où étaient disponibles des cubes, des caissons et des tapis, il a été observé que ces matériaux stimulaient le jeu autonome et créatif ainsi que différentes formes de mouvement telles que l'équilibre, les roulades, les rotations, l'escalade, les sauts ou les jeux de lutte. Il était également intéressant de constater qu'après avoir construit et joué intensément (par exemple en sautant des cubes sur les tapis), les enfants s'allongeaient sur les tapis, prenaient une couverture et se reposaient quelques minutes. Ainsi, les éléments modulables (par exemple, les tapis) ont donc non seulement pour but de favoriser le mouvement, mais intègrent également, au moins partiellement, des techniques de relaxation.

Les observations ont donné l'impression que les espaces dynamiques avaient tendance à être utilisés de manière plus créative que les espaces et les éléments fixes. Le fait que les enfants doivent inventer eux-mêmes des jeux et des séquences d'activité favorise

[43] Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich (2017), *op.cit.*

simultanément leur sentiment d'efficacité personnelle (ou auto-efficacité) et leur autonomie.

Ce type d'espace de motricité a été observé dans 2 structures.

F 3.3 : Salle aménagée de manière modulable permettant l'activité physique



Légende : Ecoplan (2024).

Éléments favorisant la motricité dans une salle pour nourrissons

Dans les espaces destinés aux nourrissons, des éléments favorisant la motricité étaient également intégrés dans la plupart des cas (voir F 3.4). Toutefois, dans les « nurseries » visitées, peu de mouvements ont pu être observés. Chez les enfants en bas âge déjà capables de s'asseoir, le personnel veillait à éviter qu'ils ne soient laissés trop longtemps en position allongée ou assise. Les nourrissons étaient parfois placés au sol afin d'avoir suffisamment de possibilités de se mouvoir librement. L'utilisation de matériel favorisant la motricité, comme des éléments en bois en forme de plan incliné, a été rarement observée lors des visites de terrain. En revanche, il a été possible de constater différents changements de position effectués par les nourrissons eux-mêmes, comme le passage du dos au ventre, ainsi que des mouvements initiés par le personnel (par exemple, plier les jambes). Certain·e·s collaborateurs·trices stimulaient les nourrissons avec des jouets colorés ou en produisant des sons (par exemple, avec des hochets), afin de les inciter à saisir les objets.

Dans le cadre du label Youp'là bouge, l'exploration de la lumière et des ombres était également encouragée. Chez les nourrissons, de petits miroirs ou des tables lumineuses étaient utilisés à cette fin. Une fois allumée, la table lumineuse (non représentée sur l'illustration) rend visibles des matériaux transparents ou semi-transparents et permet aux enfants de découvrir la lumière, les ombres et les couleurs.

Des éléments favorisant la motricité des nourrissons étaient présents dans toutes les structures d'accueil visitées.

F 3.4 : Éléments favorisant la motricité dans une salle pour nourrissons



Légende : Ecoplan (2024).

Parcours

Le parcours est une activité de motricité typique, laquelle a pu être observée, et aussi mentionnée très souvent lors des entretiens. Le parcours peut être installé à l'extérieur comme à l'intérieur de la structure d'accueil, et adapté à l'âge ainsi qu'aux capacités des enfants. Des parcours ont été utilisés dans plusieurs des structures observées. Un parcours peut par exemple se composer de cerceaux posés au sol, d'un tunnel, de caissons souples, de ballons, de tapis (en intérieur) ou encore de blocs en bois, d'éléments d'escalade, de cerceaux et d'un toboggan (en extérieur). Les collaborateurs·trices de la structure donnent les consignes des différentes tâches et montrent dans quel ordre les obstacles doivent être franchis.

Le parcours comme moyen de favoriser l'activité physique : les enfants (âgés de 2 à 4 ans environ) doivent par exemple sauter sur des cerceaux posés au sol, puis ramper dans un tunnel, grimper sur un caisson souple et sauter sur un tapis. Enfin, ils doivent lancer un ballon dans un panier et courir jusqu'à la ligne d'arrivée. Les enfants réalisent le parcours de manière autonome. Une ou plusieurs personnes responsables de l'encadrement sont toutefois toujours présentes et aident les enfants à franchir certains obstacles si nécessaire.

Les parcours stimulent différentes formes de mouvement telles que l'équilibre, l'escalade, le lancer, la glissade ou le rampement. Ils développent de manière ludique et adaptée à l'âge aussi bien la motricité globale que la motricité fine. Par exemple, la coordination et l'habileté sont sollicitées, car des séquences de mouvements précis sont souvent exigées. La répétition des parcours contribue en outre à développer l'endurance. Un parcours soutient également les compétences cognitives et sociales, dans la mesure où les enfants doivent réfléchir à la manière de franchir les obstacles et déterminer s'ils ont éventuellement besoin d'aide.

3.3.2 Impact sur la santé mentale

Lors des entretiens réalisés, le personnel des structures rencontrées a indiqué avoir constaté des changements dans le comportement des enfants qui réalisent les 2 heures et

30 minutes d'activité physique quotidienne recommandée par Youp'là bouge. Les collaborateurs·trices disent avoir constaté ces changements dès l'introduction du label Youp'là bouge dans leurs structures. En particulier, les enfants qui bougent suffisamment développent tendanciellement mieux leur auto-efficacité : ce sont des enfants qui ont davantage confiance en leurs capacités et qui sont plus autonomes que les autres. Leur curiosité augmente également, à la fois envers leur environnement et leurs camarades avec qui ils·elles parviennent mieux à sociabiliser. De manière générale, le personnel des crèches constate que les enfants qui bougent suffisamment sont plus calmes.

Les observations réalisées dans les structures visitées permettent d'enrichir ces premiers constats. L'équipe d'évaluation a pu tendanciellement constater des effets sur le développement de l'expression émotionnelle, de l'auto-efficacité, de l'efficacité sociale et de la capacité à résoudre des problèmes. Une appréciation formelle n'est pas possible ici en raison du temps limité passé sur le terrain. Néanmoins, ces résultats concordent avec les connaissances théoriques et notamment avec une étude réalisée dans des crèches allemandes, selon laquelle le développement social, émotionnel et cognitif de l'enfant dans la phase précoce de son développement (0 à 4 ans) ne peut être compris indépendamment des aspects moteurs et du comportement en matière de mouvement[44].

Expression émotionnelle

Dans les structures d'accueil de la petite enfance visitées, il a été possible d'observer, de manière générale, tous les états émotionnels définis par Vernickel : détente, abattement, excitation positive et excitation négative. Une analyse systématique des comptes-rendus d'observation a montré que les enfants étaient majoritairement dans un état d'excitation positive et prenaient plaisir à jouer. Les états émotionnels des enfants étaient parfois liés à la structuration de la journée, par exemple une excitation positive lors des jeux et une détente lors des heures de contes après la collation du matin. Quelques excitations négatives, plutôt situationnelles – comme la frustration, l'abattement, mais aussi l'agitation et l'impatience – ont également été observées.

Dans le cas d'une fillette qui ne souhaitait pas jouer avec les autres enfants (posture corporelle fermée, retrait dans un coin) et qui n'avait pas utilisé les espaces ou éléments favorisant la motricité, un·e collaborateur·trice de la structure a indiqué qu'il fallait certes essayer de stimuler les enfants à participer, mais qu'il existait aussi des enfants qui ne se sentaient pas encore à l'aise et avaient besoin de plus de temps. Ainsi, certains comportements distinctifs d'enfants, comme ne pas jouer et rester assis à l'écart par exemple, ont été relevés lors des observations, mais ne permettent que de supposer des conclusions quant à leur bien-être psychique.

Les expressions émotionnelles pouvaient être observées dans une certaine mesure à travers la posture, les expressions faciales ou la gestuelle (par exemple, un enfant qui pointe un objet du doigt). Néanmoins, comme indiqué dans le chapitre consacré aux limites, des observations plus longues et répétées dans chaque structure (éventuellement avec enregistrements vidéo), ainsi que des échanges directs avec les enfants, seraient nécessaires pour en savoir plus sur leur bien-être et, le cas échéant, sur leur éventuel stress psychologique.

Interrogée sur la manière dont elle abordait la santé psychique des enfants, une collaboratrice d'une crèche visitée a répondu qu'elle ne pouvait que peu en parler, car elle n'avait pas (encore) suivi le module consacré à la santé psychique proposé dans le cadre

[44] Adler, K.; Erdtel, M.; Hofmann, N. (2007). Bewegter Kinderalltag. Ergebnisse einer Pilotstudie an sächsischen Kindertagesstätten zum Bewegungsverhalten von Vorschülern, Sportunterricht 2/56, pp. 45-50.

de la formation continue Youp'là bouge. Elle a ajouté qu'elle observait les enfants et en faisait part à la direction de la structure lorsqu'elle percevait un comportement préoccupant. Si des problèmes psychologiques (par exemple, hyperactivité ou isolement social) apparaissent chez les enfants, ce sont généralement les parents qui en informent les responsables de la structure, comme l'a confirmé un·e responsable. Les propos des professionnel·le·s ont confirmé l'impression générale tirée de l'observation participante : pour les collaborateurs·trices, la promotion du bien-être psychique était au premier plan, étroitement liée à la promotion de l'activité physique et aux jeux visant à encourager le comportement (motricité).

Le personnel des structures veillait au bien-être des enfants non seulement par des jeux favorisant la motricité, mais aussi en renforçant de manière ciblée l'estime de soi et le sentiment d'efficacité personnelle (ou auto-efficacité) des enfants, ainsi que leur disposition à explorer le monde de manière ludique. Les observations de terrain ont également montré que les éducateurs·trices constituaient des figures de référence jouant un rôle important comme source de réconfort et de soutien pour les enfants.

Auto-efficacité

Les enfants ont montré, lors des observations, un intérêt et une curiosité généralisés. Certains étaient très ouverts et exploraient non seulement leur environnement, mais aussi la personne réalisant l'observation participante ainsi que les objets qu'elle apportait, tels qu'un stylo ou un clipboard. D'autres restaient plus en retrait et préféraient observer les jeux des autres à distance.

Les réactions des enfants aux échecs (par exemple, une chute) étaient variées. Certains pleuraient brièvement, mais se consolaient rapidement lorsque l'adulte leur apportait du réconfort. Dans d'autres cas, les réactions étaient plus marquées : un enfant ayant renversé une tour de jeu a été réprimandé par les autres enfants ainsi que par un·e collaborateur·trice de la structure ; il s'est ensuite retiré du groupe et a commencé à jouer seul à l'écart. Les enfants réagissaient aussi de manière différente à de petits échecs dans leurs mouvements, mais le plus souvent, ils faisaient preuve de persévérance et essayaient de recommencer, par exemple en répétant un geste moteur ou en tentant de franchir à nouveau un obstacle du parcours. Certains enfants demandaient aussi spontanément de l'aide aux éducateurs·trices. Cette recherche d'aide montre, comme mentionné plus haut, la confiance des enfants dans le soutien des adultes et leur sentiment de sécurité dans la situation observée.

La confiance des enfants dans leurs propres capacités était variable. Certains recherchaient davantage de validation externe, que ce soit de la part des éducateurs·trices ou de l'évaluateur·trice présent·e. Ce besoin de retour positif s'exprimait aussi dans des phrases telles que « Je peux le faire » ou « Moi aussi je peux », relevées notamment lors d'activités de motricité fine telles que les bricolages, mais aussi lors de jeux axés sur la motricité globale.

La question de savoir si les enfants assument la responsabilité de leurs propres actions et décisions n'a pas pu être tranchée de manière définitive dans le cadre des visites. Des recherches plus approfondies sur le terrain seraient nécessaires à cet effet. Néanmoins, certaines situations ont permis d'observer des signes de responsabilité assumée par certains enfants, par exemple lorsqu'ils et elles attendaient leur tour sur le parcours afin de ne pas bousculer les autres enfants ou lorsqu'ils·elles voulaient sauter d'un élément en hauteur, mais demandaient ensuite, par sécurité, à un·e collaborateur·trice de les aider.Ces observations concordent avec les connaissances théoriques selon lesquelles le comportement social des jeunes enfants implique également le développement d'une

aptitude à prendre des responsabilités et à évaluer sa propre efficacité. Ces capacités continuent à se développer ensuite jusqu'à l'adolescence[45].

Efficacité sociale

Dans les moments émotionnellement difficiles, par exemple lorsqu'ils pleuraient, les enfants cherchaient généralement la proximité des éducateurs·trices. Ce comportement témoigne de leur confiance envers ces derniers·ères, perçu·e·s comme une source de réconfort et de soutien. Parallèlement, des situations ont aussi montré une entraide entre les enfants, plutôt dans des moments positifs. Par exemple, il a été observé que certains enfants aidaient spontanément leurs camarades à mettre leurs chaussures sans intervention du personnel. D'autres, en particulier les enfants un peu plus âgés, aidaient les plus jeunes dans certaines activités motrices (par exemple, franchir des obstacles sur le parcours), et l'exprimaient verbalement : « Viens, je vais te montrer comment faire ». Selon les propos d'une éducatrice, cette aide profite aussi aux enfants aidants, en renforçant leur confiance en eux lorsqu'ils constatent que leur aide a un effet positif sur un autre enfant. Les résultats des observations peuvent être mis en relation avec la théorie de Viernickel[46] en ce sens que les interactions mentionnées ci-dessus améliorent également la probabilité d'une relation d'attachement sécurisante avec le personnel éducatif, conformément aux hypothèses de la théorie de l'attachement. Du côté de l'enfant, cela favorise la « représentation mentale des relations sociales »[47], celles-ci étant interprétées comme fiables et durables, ce qui conduit finalement à une image de soi comme émotionnellement compétent·e et efficace.

Tous les enfants n'étaient pas en mesure d'exprimer clairement leurs souhaits et leurs besoins verbalement. Cela dépend fortement de l'âge. Certains utilisaient davantage la gestuelle pour se faire comprendre. Ainsi, certains enfants ont répondu par un geste de refus de la main à la question « Tu en veux encore ? », pour signaler qu'ils ne voulaient pas manger davantage. Ces formes de communication non verbale semblaient être attentivement interprétées par le personnel, qui y répondait en conséquence.

Certains enfants formaient des groupes, par exemple autour d'une cabane improvisée, dont l'accès était réservé à certains et refusé à d'autres. Ce phénomène créait une certaine exclusivité pour les membres du groupe, tandis que d'autres étaient mis à l'écart. Dans ce contexte, certains enfants prenaient visiblement l'ascendant sur le groupe, tandis que d'autres se conformaient ou suivaient les idées de leurs pairs. D'autres encore contestaient ce rapport de force en cherchant absolument à intégrer le groupe et entrer dans la cabane.

Résolution de problèmes

En découvrant de nouveaux jeux et leur environnement, les enfants développent également leur capacité de résolution de problèmes. Cela s'est manifesté particulièrement dans les activités motrices, où de petits échecs – comme plusieurs tentatives infructueuses pour franchir un obstacle dans un parcours – renforçaient souvent leur motivation à recommencer. Le recours à l'aide des éducateurs·trices dépendait de chaque enfant et de la situation.

Les éducateurs·trices prenaient soin de limiter leur intervention au strict nécessaire. L'âge des enfants jouait ici un rôle déterminant : dans les groupes d'âges mélangés, les plus jeunes (1,5 à 2 ans) recevaient un accompagnement plus ciblé, par exemple pour franchir

---

45 Müller, E. (2012). «Ich kann das!». Selbstwirksamkeit bei Kindern fördern. Kindergarten heute 2/12.

46 Viernickel, S. (2022). Kindliches Wohlbefinden. Theoretische, begriffliche Annäherungen, empirische Erfassung. *Frühe Bildung*, *11*(3), pp. 107–114.

47 *Idem.*

un obstacle ou apprendre un nouveau mouvement, tandis que les plus âgés bénéficiaient de davantage de liberté pour trouver leurs propres solutions.

Lorsque les jeux provoquaient des pleurs ou des accès de colère, les éducateurs·trices intervenaient systématiquement. Par exemple, lors d'un parcours collectif, un enfant a accidentellement blessé un de ses camarades et l'éducateur·trice lui a demandé de s'excuser. Cette mesure pédagogique a permis une désescalade rapide, les enfants reprenant leur jeu sereinement quelques minutes plus tard. De manière similaire, lors de conflits dans les jeux collectifs, les éducateurs·trices aidaient les enfants à trouver des solutions en leur proposant des alternatives : « Si la corde à sauter est déjà prise, tu peux soit attendre un peu, soit jouer à autre chose en attendant, par exemple sur le toboggan ». Le fait de proposer des options renforce l'efficacité sociale des enfants, puisqu'ils peuvent décider eux-mêmes s'ils préfèrent patienter ou se tourner vers une autre activité. Cela leur permet ainsi de participer activement à la résolution de la situation.

4. Constats et recommandations

Ce chapitre présente les constats et recommandations établis par l'équipe d'évaluation.

Le projet « Youp'là bouge – Crèches en mouvement » rencontre un grand succès auprès des structures d'accueil de la petite enfance, ainsi qu'auprès des parents. Les taux de satisfaction obtenus lors de l'enquête en ligne sont particulièrement élevés. Le projet mêlant activité physique et promotion de la santé mentale est cohérent et s'appuie sur les connaissances scientifiques actuelles. L'adhésion des multiplicateurs·trices a pu être démontrée, bien qu'il serait pertinent de cibler davantage les parents. Même si les liens de causalité sont parfois difficiles à établir, des effets positifs sur le comportement des enfants ont été constatés.

Grâce au design méthodologique mobilisé dans le cadre de la présente évaluation, lequel a permis de mobiliser des analyses qualitatives et quantitatives, un certain nombre de conclusions opérationnelles peuvent être tirées. Les constats et recommandations présentés dans ce chapitre pourront être appliqués par les responsables opérationnel·le·s selon la temporalité et les moyens à leur disposition. Au niveau scientifique, l'évaluation contribue également à approfondir les connaissances en matière de motricité et de bien-être psychique des jeunes enfants. À ce jour, l'interface entre le mouvement, le bien-être et le comportement social dans les crèches n'a pratiquement pas fait l'objet d'études scientifiques[48].

Au terme de cette évaluation, cinq constats et quatre recommandations sont formulés. Les recommandations concernent avant tout l'amélioration de quelques prestations. En outre, si l'activité physique demeure centrale dans le projet Youp'là bouge, le concept de santé mentale nécessite d'être repensé afin d'équiper de manière adéquate les multiplicateurs·trices, en particulier les collaborateurs·trices des structures labellisées. Ces recommandations visent à donner des pistes de réflexion pour le développement futur du projet.

Constat 1 : Vaste couverture dans les cantons participant à Youp'là bouge

Le projet Youp'là bouge a atteint une large couverture avec une majorité de crèches labellisées dans les cantons participant au projet, représentant une belle réussite en termes de diffusion du label. Le potentiel d'amélioration de cette couverture est donc faible et le travail de l'équipe de projet se concentre, à juste titre, sur les nouvelles structures.

[48] Erhorn, J. (2012). Dem Bewegungsmangel auf der Spur. Zu den schulischen und ausserschulischen Bewegungspraxen der Grundschulkindern. Eine pädagogische Ethnographie. Transcript Veralg, Bielefeld.

Constat 2 : Grande satisfaction des multiplicateurs·trices

Les responsables des structures labellisées et le personnel encadrant expriment un haut niveau de satisfaction vis-à-vis des prestations proposées par Youp'là bouge, notamment en ce qui concerne la newsletter, les formations et le soutien à l'achat de matériel adapté. Ce dernier est perçu comme un atout majeur, car il permet aux crèches de mieux mettre en œuvre les principes de Youp'là bouge. Ce dernier n'est toutefois pas renouvelable, ce que regrettent les crèches labellisées depuis un grand nombre d'années. De plus, cela peut créer des grandes différences entre les crèches, certaines ayant moins de moyens financiers pour assurer le renouvellement des équipements nécessaires. Les parents expriment également un haut niveau de satisfaction avec les objectifs de Youp'là bouge et leur mise en œuvre dans la structure fréquentée par leur enfant.

Recommandation 1 : Allouer un nouveau budget matériel après quelques années

Afin de garantir la qualité des équipements dans toutes les crèches, il serait pertinent de prévoir un renouvellement périodique du budget matériel. Cette mesure permettrait aux structures labellisées de renouveler leur matériel à intervalles réguliers et pourrait être liée à une action de communication ou de sensibilisation particulière (par exemple en matière de santé mentale).

Constat 3 : Méconnaissance de Youp'là bouge par les parents

Le label Youp'là bouge est peu connu par les parents et n'est pas un critère déterminant pour le choix d'une structure d'accueil. Une proportion importante de parents ignorait même que la structure était labellisée Youp'là bouge, au moment de l'inscription de leur enfant. Malgré une large adhésion aux objectifs de promotion de l'activité physique, les parents sont souvent peu informés ou ne le sont que par d'autres biais que Youp'là bouge. Étant attendu que les parents agissent comme des multiplicateurs·trices, il est nécessaire que ceux-ci soient davantage conscients de leur rôle dans la promotion de l'activité physique et de la santé mentale.

Recommandation 2 : Mieux informer et sensibiliser les parents par le biais d'outils de communication

Afin de permettre aux parents de jouer pleinement leur rôle dans la promotion de l'activité physique et de la santé mentale de leur enfant, il convient de mener des actions spécifiquement destinées à les informer et les sensibiliser encore davantage à ces enjeux. Une première étape pourrait être une information générale sur le projet Youp'là bouge, par exemple en diffusant un dépliant explicatif dans toutes les crèches labellisées. Pour que les parents puissent agir auprès de leurs enfants, il serait utile également de les équiper des outils nécessaires, à l'instar de ce qui est fait auprès des structures. Une mesure utile pourrait être la mise en place d'une newsletter destinée aux parents, permettant de proposer des activités physiques accessibles à réaliser en famille.

Constat 4 : Journée intercantonale peu accessible pour les structures éloignées géographiquement et ne satisfaisant pas suffisamment les participant·e·s en matière de contenu

La journée intercantonale, dont l'initiative est appréciée par les crèches, se déroule uniquement à Lausanne, ce qui rend la participation difficile pour les structures situées dans d'autres cantons, en particulier dans les zones périphériques. De plus, son contenu est souvent jugé trop généraliste, ne permettant pas un approfondissement suffisant des sujets abordés. Enfin, elle ne permet pas suffisamment d'échanges et de partages de bonnes pratiques entre les structures. En effet, les structures attendent du projet Youp'là bouge qu'il permette une meilleure mise en réseau des structures labellisées. Cela pourrait être promu davantage lors de la journée intercantonale.

Recommandation 3 : Varier le lieu et la fréquence des journées intercantonales et repenser son contenu pour prévoir davantage de moments d'échanges entre les structures

Afin de rendre la journée intercantonale plus accessible à l'ensemble des participant·e·s, il serait opportun d'envisager que celle-ci se déroule dans un canton différent à chaque édition. Par ailleurs, afin de répondre aux attentes des structures, il pourrait être intéressant d'imaginer un format permettant d'offrir un approfondissement plus théorique des thématiques abordées lors de la journée intercantonale (chaque deux ans) et une deuxième rencontre destinée spécifiquement aux échanges de bonnes pratiques (durant les années sans journée intercantonale). Dans ce nouveau type de rencontre, il serait envisageable que différentes crèches présentent leur manière de mettre en œuvre les principes de Youp'là bouge, par exemple en présentant des images, des vidéos ou du matériel spécifique. Il convient toutefois de garder une attention particulière aux ressources financières et humaines nécessaires à l'organisation de ce nouvel événement.

Constat 5 : Formation du personnel insuffisante en matière de santé mentale

Bien que Youp'là bouge ait introduit des aspects de santé mentale dans ses formations à partir de 2021, de nombreuses crèches labellisées avant 2021 n'ont pas encore recouru à cette formation continue. Par ailleurs, une majorité du personnel des structures n'a pas suivi de formation sur la santé mentale lors de sa formation initiale ou dans le cadre d'autres formations continues. À l'heure actuelle, il est possible d'en conclure que le manque de formation sur la santé mentale des enfants limite probablement l'impact du projet dans ce domaine.

Recommandation 4 : Repenser la place de la santé mentale dans le projet Youp'là bouge

Actuellement, Youp'là bouge est surtout perçu comme un label visant la promotion de l'activité physique chez les enfants. Il est dès lors recommandé d'évaluer la place souhaitée de la santé mentale dans le programme et de réfléchir à la meilleure manière d'intégrer davantage cette dimension.

Annexe

A 1 Grille d'observation

FA 1 : Grille d'observation

Domaine	*Questions d'observation et indicateurs*
Cadre et perception du label	– Comment le label Youp'là bouge est-il perçu de manière générale ? – Le label Youp'là bouge est-il apprécié ?
Promotion de l'activité physique	– Les structures sont-elles équipées de matériel et d'espaces favorisant l'activité physique ? – Les incitations (matériel, etc.) à l'activité physique sont-elles utilisées, et dans quelle mesure ? – Dans quelle mesure l'offre Youp'là bouge influence-t-elle l'expérience des enfants en matière d'activité physique (motrice) ? – Quelles sont les formes fondamentales de mouvement qui sont encouragées dans les structures labellisées ? – Dans quelle mesure l'expérience du mouvement a-t-elle un effet sur la santé mentale des enfants ?
Bien-être psychique	– Comment les enfants se sentent-ils sur le plan émotionnel ? – L'offre Youp'là bouge a-t-elle un effet sur le bien-être psychique des enfants ?
	Auto-efficacité : – Les enfants manifestent-ils de l'intérêt et de la curiosité, ou se replient-ils sur eux-mêmes ? – Comment les enfants réagissent-ils face à l'échec ? Essaient-ils à nouveau, demandent-ils de l'aide ou abandonnent-ils rapidement ? – Les enfants montrent-ils de la confiance en leurs capacités (par exemple, à travers des phrases comme « Je peux le faire » ou « Je vais essayer ») ? – Les enfants assument-ils la responsabilité de leurs actions ?
	Efficacité sociale : – Les enfants communiquent-ils clairement ce qu'ils veulent ou ce dont ils ont besoin ? – Les enfants sont-ils disposés à chercher ou à offrir de l'aide ? – Les enfants demandent-ils de l'aide aux autres ou en proposent-ils ? – Assument-ils des rôles de *leader* ou suivent-ils les idées des autres ?
	Capacité de résolution de problèmes : – Comment les enfants gèrent-ils les problèmes ou obstacles ?

Légende : Ecoplan (2024).