

Avec Spark, le Centre SportAdo du CHUV part à la rencontre des jeunes cet été avec une soixantaine d'activités gratuites à Renens

Du 1^{er} juillet au 19 août, SPARK proposera des activités sportives, ludiques, culturelles et artistiques sur le parking du Censuy à Renens.

DÉCOUVREZ ICI LA LISTE DES ACTIVITÉS PROPOSÉES

(liste non exhaustive):

Activités permanentes

- Parkour
- BoxUp (matériel en libre accès)
- Multiball (mur sportif interactif)
- Street Racket
- Escalade
- Skateboard
- Basket 3x3
- Banc actif
- Tennis de table
- Jenga, sub soccer, puissance 4, grand laby, table pok

Ponctuelles et encadrées

- Improvisation théâtrale
- Breakdance - Hip-hop
- Arts martiaux
- Cuisine
- Yoga
- BarberShop plein air
- Pilates
- Badminton
- Kickboxing
- Athlétisme Smove (Sprunger)
- Concerts
- Workout (mixte et girls only)
- Kendamas
- Boxe urbaine
- Tournois de babyfoot
- Bachata/ salsa
- Gym poussette
- Stretching
- Groupe de parole
- Gym douce
- Lazr fitness
- Spikeball
- Poésie
- Gym Senior
- Animation Djembé
- Sporteen (jeux)
- Sumo
- Danse libre
- Capoeira
- Boxe
- Cercle de parole
- Coaching connaissance de soi
- Respiration
- Tennis de table
- Atelier nuancing
- Etc.

Données statistiques

- Dans le monde, **81%** des jeunes âgés de 11 à 17 ans (**77.6%** des jeunes hommes et **84.7%** des jeunes filles) ne sont pas suffisamment actifs (études publiées par l'OMS et le Lancet entre 2018 et 2020)
- En Suisse, **près d'un élève sur six** est en surpoids ou obèse (**17.4%**, tous cycles confondus et **25%** chez les élèves de 3e cycle). En Europe, c'est **1 enfant d'âge scolaire sur 3** qui souffre de surpoids ou d'obésité (Promotion Santé Suisse et OMS Europe 2022)
- En 2023, **81%** des 18-25 ans se disent plutôt, ou carrément, pessimistes par rapport à l'avenir (Baromètre des Générations, février 2023)
- La part des personnes faisant état de troubles psychiques a plus que **doublé** chez les jeunes entre 2017 et 2020/2021 (Observatoire suisse de la santé, printemps 2022)
- Entre 2020 et 2021, les hospitalisations des filles et jeunes femmes de 10 à 24 ans pour troubles mentaux et du comportement a bondi de **26%**. Les troubles mentaux constituent pour la première fois en Suisse la première cause d'hospitalisation des 10 à 24 ans (Office Fédéral de la Statistique, décembre 2022)

AGIR CONTRE LA SÉDENTARITÉ ET L'ISOLEMENT

Le projet 1020-SPARK est né d'un constat du Dr Stéphane Tercier (chirurgien pédiatre et médecin du sport, responsable du Centre SportAdo du CHUV et ancien médecin responsable des Jeux Olympiques de la Jeunesse Lausanne 2020) et de Philippe Furrer (expert des domaines sport-urbanisme-santé et anciennement responsable du pôle éducation des JOJ). Partageant une passion pour le sport, la jeunesse, le bien-être, la prévention et l'innovation, ils ont décidé d'agir face à une sédentarité, un isolement et des troubles physiques, psychiques et sociaux en augmentation constante chez les jeunes.

Les avantages d'une pratique régulière d'activités physiques et sportives ne sont plus à démontrer d'un point de vue physique, moral et social. SPARK, qui s'inscrit comme un héritage des JOJ, se donne pour mission de modifier le paradigme de la consultation médicale (« on va voir le médecin quand ça va mal ») pour renforcer les approches préventives.

Le Centre SportAdo du Département femme-mère-enfant du CHUV sort donc de ses murs pour aller dans les villes et les quartiers, à la rencontre des jeunes, avec un objectif clair : reconnecter une partie de la jeunesse trop sédentaire et parfois à risque d'isolement avec le plaisir de bouger et ses bienfaits.

Chaque étape de la construction du projet a été une occasion d'associer les jeunes et d'intégrer leurs idées. Ce nouveau lieu éphémère a été imaginé comme un laboratoire urbain, créateur de valeur sociale pour les jeunes des communes où il transitera. Partout dans le canton de Vaud, SPARK cherchera à laisser un héritage pour les villes hôtes: une nouvelle manière d'aborder la conception et l'animation des espaces publics, un renforcement de l'offre en activités physiques et sportives, l'identification de jeunes talents locaux qui se saisiront de projets novateurs ou encore de nouvelles collaborations interservices.

INTERVIEW DES INSTIGATEURS DU PROJET SPARK

Le Dr Stéphane Tercier (CHUV) et Philippe Furrer nous en disent plus sur 1020-SPARK.

Pourquoi ce projet ?

ST - Après les Jeux Olympiques de la Jeunesse de Lausanne (JOJ) 2020, nous avons pensé qu'il était temps de raviver la flamme d'un superbe engouement populaire en travaillant sur l'héritage sportif, jeunesse et bien-être de cet événement unique dans la région. C'est aussi et surtout les dernières données sur la santé physique et mentale des jeunes qui nous inquiètent, comme professionnels de la santé, mais aussi comme parents. SPARK est un projet qui a pour buts de (re)connecter les jeunes entre eux, les faire bouger, se divertir et les inspirer, afin qu'ils se sentent mieux dans leur vie.

PF - Nous pensons qu'il est aussi temps d'imaginer quelque chose de nouveau, de différent et de concret pour faire face au défi sanitaire qui guette la jeunesse... Avec 1020-SPARK, on sort des sentiers battus et on va au contact des jeunes, en tentant d'utiliser leurs codes. Le projet est d'ailleurs pensé et réalisé en collaboration avec et par les jeunes. Derrière ce projet, il y a aussi la volonté de travailler avec les villes hôtes pour repenser l'usage des espaces publics afin de faire bouger la population, créer du vivre-ensemble et du lien intergénérationnel... Renens, ville dynamique, très urbaine et diverse, nous semblait être la ville pilote idéale pour démarrer ce projet!

A qui s'adresse 1020-SPARK ?

ST - Les diverses animations gratuites proposées s'adressent en priorité aux jeunes du district de l'ouest lausannois n'ayant pas la possibilité de pratiquer et de partager des activités culturelles, physiques et sociales. Le cœur de cible est représenté par les 12 à 20 ans, mais il y aura aussi au programme de la gym douce pour les seniors ou de la gym poussette en vue de créer des liens intergénérationnels.

Quels sont les objectifs concrets ?

ST - Après deux ans de pandémie, nous avons constaté, études à l'appui, une dégradation de la condition physique, de la santé psychique et des liens sociaux chez les jeunes. Il nous a semblé que cette dégradation nécessitait une réaction de notre part, et qu'elle serait plus efficace si nous travaillions en bonne intelligence avec tous les partenaires concernés, notamment le Canton et les villes, car c'est dans les quartiers que les changements peuvent s'amorcer! Premièrement, notre but est de reconnecter les jeunes les moins actifs avec les plaisirs et les bénéfices d'activités ludiques, inclusives, sans logique compétitive ou de performance.

Comment imaginez-vous l'avenir de SPARK?

ST - Après Renens cet été, SPARK transitera par d'autres villes vaudoises. Nous continuerons d'explorer de nouveaux territoires dans les domaines de la santé, du social, de la jeunesse, de l'aménagement et de l'animation de nos villes, invitant ainsi les urbanistes, aménagistes et les élus à penser la ville autrement. Comme un grand terrain de jeu à ciel ouvert, offrant à toutes et tous de bouger plus et d'adopter des modes de vie sains et actifs.

PF - Au-delà des objectifs de fréquentation ou d'ambiance, nous cherchons à agir durablement sur les modes de vie des gens. En impliquant des jeunes dans toutes les étapes du projet, nous cherchons aussi à identifier des talents dans les villes qui nous accueillent, en utilisant SPARK comme incubateur de jeunes entrepreneurs brillants et prometteurs! Finalement, nous insistons sur l'héritage du projet. Il est primordial d'avoir un « après ». En ce sens, nous collaborons avec les travailleurs sociaux de proximité pour imaginer une plus grande présence dans les quartiers et la réutilisation à Renens d'équipements et de compétences développés par 1020-SPARK.

Que diriez-vous à un-e jeune pour qu'il ou elle soit convaincu-e de découvrir 1020-SPARK?

PF - Viens t'amuser, découvrir de nouvelles activités, te faire des ami-e-s, ou encore faire partie d'un quartier éphémère au cœur de ta ville. C'est une destination urbaine cool, où tu ne seras pas jugé-e sur tes performances, et bienvenu-e comme tu es! Il y en aura pour tous les goûts! Et en plus, il y aura de la musique!

1020-SPARK**60 activités gratuites****Jusqu'au 19 août 2023****Dès 9h jusqu'en soirée 7/7****www.spark-vaud.ch / [@spark_vaud](https://twitter.com/spark_vaud)**

Le CHUV en quelques points

- Le CHUV est un centre hospitalier d'envergure européenne. Il est l'un des cinq hôpitaux universitaires suisses, avec Genève, Berne, Bâle et Zurich.
- Il assure des soins dans tous les domaines de la médecine: des affections somatiques aux maladies psychiatriques, dans les disciplines médicales et chirurgicales, qu'il s'agisse de l'ambulatoire ou de l'hospitalier.
- Il comprend 17 départements cliniques, médico-techniques, académiques et administratifs, ainsi qu'un EMS psychogériatrique à Gimel.
- Il est étroitement lié à la Faculté de biologie et de médecine (FBM) de l'Université de Lausanne (UNIL) afin d'assurer la formation pré-graduée, post-graduée et continue des médecins.
- Il collabore avec les autres institutions universitaires lémaniques (UNIL, EPFL, ISREC, Institut Ludwig), les Hôpitaux universitaires de Genève et d'autres hôpitaux, établissements de soins ou institutions (Fédération des hôpitaux vaudois, Société vaudoise de médecine).
- Son plan stratégique précise les orientations principales et les actions prioritaires de l'Institution pour les 5 prochaines années.