L'intégration des filles dans les programmes de promotion du sport

Analyse des stratégies et de la conception des programmes de promotion du sport en Suisse

Masterarbeit eingereicht der
Universität Bern

Betreuende Person: **Prof. Dr. Iur. Kurt Nuspliger**

Kompetenzzentrum für Public Management
Schanzeneckstrasse 1
CH-3001 Bern

von:
Lauriane Laville
Aus Haute-Ajoie (JU)
12-989-869

laurianelaville@gmail.com

Bern, 27.07.2018

Remerciements

Je dédie ce travail à mes parents, pour leur soutien inconditionnel depuis le début de mes études, et pour m'avoir poussé à aller toujours plus loin, dans le sport ou dans ma vie académique.
Je les remercie vivement pour la relecture de ce travail, Annick Héritier pour la relecture de mes traductions et Sophie Bayard pour avoir corrigé mon questionnaire en allemand. Je remercie mon frère Emilien pour la transcription des entretiens.
Je remercie également les participants aux entretiens pour le temps accordé et à mon directeur de travail de Master, Dr. Pr. Kurt Nuspliger pour les conseils et son suivi bienveillant.

Résumé

Selon le dernier rapport Sport Suisse 2014 (Lamprecht, Fischer, Wiegan & Stamm, 2014), la population suisse est très sportive. Il n'y a presque plus de différence dans la durée hebdomadaire de la pratique sportive entre hommes et femmes. Mais les adolescentes ont tendance à être moins actives et moins sportives que leurs pairs masculins. Ce manque d'activité sportive et physique peut avoir des conséquences négatives sur la vie quotidienne des jeunes filles : manque de confiance en soi, surpoids ou comportements à risque. Une pratique quotidienne du sport présente des avantages dans tous les domaines de la vie. Les raisons suivantes sont évoquées par les jeunes filles pour justifier leur défection en ce domaine : manque d'envie et de temps, ou peu de structures sportives à proximité de leurs lieux de vie. Mais d'autres barrières, sociales et culturelles, les empêchent de s'engager dans les activités sportives, comme la perception que possède leur entourage du sport.

Ce travail étudie quatre programmes de promotion du sport et analyse leur manière d'intégrer les filles dans leurs projets. A l'aide d'entretiens, nous avons récolté et analysé diverses informations sur la participation des filles, pris connaissance des stratégies mises en place par les différentes fondations et découvert les barrières qui freinent les jeunes femmes. Il ressort que seul le programme de la Fondation Laureus a une stratégie claire et précise sur la participation des filles. Les autres décrivent l'intégration des filles comme une priorité, mais un manque de connaissance et des objectifs différents les empêchent de concevoir une réelle stratégie. Avoir des modèles féminins dans les équipes de moniteurs ou de coachs est très important et permet de motiver les filles à participer. L'identité d'un projet ou d'un programme, s'il est, par exemple, très orienté compétition ou s'il propose des activités plus en adéquation avec ce que veulent les filles, a une grande influence sur la participation des filles. Il reste difficile de confronter les besoins des filles avec ceux des garçons, notamment dans les projets mixtes, surtout lorsque ceux-ci sont facultatifs, car les garçons ont tendance à imposer leur préférence. Définir et abattre les barrières culturelles est difficile, surtout auprès des populations étrangères, venant de cultures plus conservatrices.

Stimuler la promotion du sport dans les écoles, à l'instar du programme Gorilla, reste particulièrement idéal pour toucher toutes les tranches de la population.

Mots clés : sport féminin, promotion du sport, intégration, prévention, santé, activité physique

Table des matières

Remerciements II

Résumé III

Listes des abréviations VI

1. Introduction 1

1.1 Choix du sujet 1

1.2 Présentation de la problématique 2

1.3 Question de recherche 3

1.4 Hypothèses 4

2. Cadre théorique 6

2.1 Bases légales et politiques 6

2.2 Système suisse de promotion du sport et de l'activité physique 8

2.3 Pratique du sport général en Suisse et comparaison internationale 11

2.4 Pratique du sport chez les jeunes et les jeunes filles 11

2.5 Bref historique des femmes et du sport en Suisse 12

2.6 Barrières quant à la participation des filles dans le sport 14

2.6.1 Motivation et influence des pairs 14

2.6.2 Rapport au corps 16

2.6.3 Mixité 18

2.6.4 Égalité dans le sport 21

3. Présentation des différents programmes étudiés 23

3.1 Le programme Jeunesse + Sport de l'OFSPO 23

3.2 Le programme « MidnightSports » de la Fondation IdéeSport 25

3.3 Les camps Laureus Girls in Sport de la Fondation Laureus 26

3.4 Le programme Gorilla de la Fondation Schtifti 28

4. Description de la méthodologie utilisée 30

4.1 Méthode d'analyse des résultats 31

4.2 Présentation du questionnaire 32

5. Résultats des entretiens 34

5.1 Description des résultats 34

5.1.1 Première partie du questionnaire : questions factuelles. 34

5.1.2 Deuxième partie : questions sur la stratégie. 35

5.1.3 Troisième partie du questionnaire : barrières quant à la participation des filles 36

5.2 Interprétation des résultats 40

5.2.1 Analyse de la première partie du questionnaire 40

5.2.2 Analyse de la deuxième partie du questionnaire 41

5.2.3 Analyse de la troisième partie du questionnaire 43

5.2 Discussion 47

5.4 Limites 51

6. Conclusion 53

7. Selbstständigkeitserklärung für die Masterarbeit I

8. Einverständniserklärung zur Veröffentlichung der Masterarbeit II

9. Annexes III

9.1 Questionnaire en français et en allemand III

10. Références + Bibliographies V

Listes des abréviations

AFAJ	Association faîtière pour l'animation enfance et jeunesse
CDE	Convention internationale relative aux droits de l'enfant
CIO	Comité Olympique international
DDPS	Département fédéral de la défense, de la protection de la population et des sports
GTI	Groupe de Travail International
J+S	Jeunesse + Sport
Esa	sport des adultes Suisse
LESP	Loi sur l'encouragement du sport
LEg	Loi fédérale sur l'égalité entre femmes et hommes
LOM	Loi sur l'organisation militaire
OECD	Organisation de coopération et de développement économique
OESp	Ordonnance sur l'encouragement du sport
OFAS	Office fédéral des assurances sociales
OFEN	Office fédéral de l'environnement
OFSP	Office fédéral de la santé publique
OFSPO	Office fédéral du sport
OMS	Organisation mondiale de la santé
O OFSPO J+S	Ordonnance de l'OFSPO sur Jeunesse + Sport
OPESp	Ordonnance du DDPS sur les programmes et les projets d'encouragement du sport
PNAAP	Programme national alimentation et activité physique

« Permettre aux femmes de courir, c'est l'équivalent physique de leur donner le droit de vote. »

Kathrine Switzer, première femme à avoir couru le marathon de Boston en 1967[1]

[1] Source de la citation dans la bibliographie

1. Introduction

1.1 Choix du sujet

Dans le cadre de mon travail d'étudiant, j'ai pour mission d'organiser des soirées sportives dans une salle de gym d'un quartier populaire de Fribourg. Accompagnés de 'coachs' – des jeunes filles et garçons âgés entre 14 et 21 ans –, nous réfléchissons aux activités sportives à proposer durant la soirée, les organisons et les réalisons ; au-delà de la stimulation de l'activité physique et des rencontres, notre engagement implique également un travail de prévention anti-tabac et anti-alcool auprès des adolescents. Depuis le début de mon engagement, j'ai relevé une constante qui m'interpelle : les filles incluses dans notre projet représentent une minorité et ce constat est valable pour tous les projets de cette Fondation qui sont mis en place en Suisse. En discutant avec certaines d'entre elles, je me suis rendue compte des divergences de vision face à l'activité physique entre notre équipe d'accompagnants et ces jeunes filles. Elles évoquent des barrières culturelles auxquelles, adolescente, je n'ai moi-même pas été confronté lors de mes diverses activités sportives.

Une deuxième réflexion est venue s'ajouter à cette première. Je suis toujours surprise de voir la faible participation de femmes dans certaines courses populaires, surtout sur les plus longues distances, ou dans des manifestations sportives, comme lors de tournois populaires de basketball.

Comment expliquer ce 'désintérêt' des jeunes filles pour l'activité sportive et qu'est-ce qui pourrait être mis en place pour y remédier ?

Il est désormais prouvé que le sport a des effets extrêmement bénéfiques sur le bien-être, non seulement physique, mais également psychique (Lamprecht et al., 2014). D'une diminution des risques de maladies chroniques, jusqu'à une arme efficace contre les états dépressifs, le sport possède une myriade d'effets positifs et non négligeables également au niveau socio-économique. La pratique sportive peut être considérée comme un espace de socialisation où se mélange toutes les classes sociales. Sur un terrain de sport, sur des sentiers montagneux, sur une piste d'athlétisme ou dans les rues lors d'une course populaire, les différences sociales se gomment : seules dominent la détermination et l'envie d'outrepasser ses propres limites. Les événements sportifs internationaux ont souvent comme mission de réunir et rassembler les peuples, parfois avec succès. Le sport est quelquefois utilisé à des fins politiques et des sportifs reconnus peuvent devenir des ambassadeurs importants dans la défense de certaines causes.

L'activité physique s'invite dans les villes, impliquant une réorganisation de l'urbanisme : création de pistes cyclables, d'espaces verts, de zones piétonnes, l'aménagement de parcours Vita ou pistess finlandaise, voire de fitness en plein air…, autant de moyens de stimuler la population à bouger. Les Suisses sont plutôt sportifs et selon le dernier rapport Sport Suisse 2014 de Lamprecht et al., les différences entre genres, âges et catégories socio-économiques ont tendance à diminuer. Cela dit, toutes les tranches de la population ne sont pas égales et certaines ne participent pas à ce mouvement sportif. La population issue du contexte migratoire par exemple, notamment les femmes migrantes, se heurtent à toute une série de barrières, les empêchant de pratiquer un sport (Lamprecht et al., 2014).

Comme introduit précédemment, une autre population souffre également de barrières culturelles, sociales et structurelles qui l'éloigne des offres associées au mouvement : selon le dernier rapport Sport Suisse 2014 sur les enfants et les adolescents paru en 2014, les adolescentes pratiquent moins d'activité physique que leurs homologues garçons. Dès l'âge de 12 ans, elles ont tendance à massivement quitter les clubs de sport et d'arrêter toute forme d'activité sportive (Lamprecht et al., 2014).

Puisqu'il est recommandé (OECD, 2017) de pratiquer une activité sportive tout au long de la vie et qu'il semble que les adolescentes ne participent pas de la même manière que leurs pairs masculins, quels sont les moyens mis en place pour répondre à ce problème ?

1.2 Présentation de la problématique

De manière générale, les enfants pratiquent de moins en moins de sport (-2% entre 2008 et 2014). Selon l'étude SOPHYA, qui a étudié l'activité sportive des enfants à l'aide d'accéléromètres, ils passent 90% de leur journée dans une position assise ou couchée (Bringold-Isler et al., 2016). L'inactivité des jeunes augmente après l'âge de 13 ans. Plus préoccupant encore, les filles font moins de sport que les garçons (jusqu'à 20 minutes de différence par jour) et sont plus souvent totalement inactives (Lamprecht et al., 2014). Aussi bien l'étude SOPHYA, que l'étude de Sport Suisse mettent ce point en évidence. Cette inactivité peut être expliquée par de nombreuses raisons : selon le rapport québécois Amireault, Lemieux & Massie paru en 2014, les filles considèrent le sport d'une manière différente que les garçons. Elles sont davantage axées sur l'aspect social de l'activité que sur la performance. De plus, des facteurs sociaux et culturels jouent un rôle important : le sport reste un domaine masculin, les filles ne seraient pas faites pour le sport (Cogérino, 2007). A la puberté, elles deviennent plus conscientes des changements de leur corps, et pourraient être gênées par certains regards ou commentaires de leurs pairs

masculins (Amireault, Lemieux & Massie, 2014). Ce sont quelques-unes des raisons qui les poussent à arrêter le sport dès leurs 12 ans, qui sont confirmées par les études suisses (Lamprecht et al., 2014).

Bien que la population adulte suisse soit très sportive (Lamprecht et al., 2014), et que les différences entre genres dans la pratique du sport tendent à diminuer, il est relativement préoccupant de noter cette baisse d'activité physique chez les adolescents, et les adolescentes en particulier, dans la génération actuelle. Les bienfaits de l'activité physique ne sont plus à démontrer, le sport jouant un rôle primordial dans la prévention de la plupart des maladies cardiovasculaires (OECD, 2017), ainsi que l'obésité, désormais considérée comme épidémie mondiale. En Suisse, selon un rapport de Promotion Santé Suisse, 16.4% des enfants sont en surpoids (Stamm & Lamprecht, 2017). Même si ce dernier chiffre est en légère baisse, des inégalités subsistent entre les catégories sociales : la situation socio-économique joue un rôle dans le choix de la pratique d'un sport et le temps à disposition pour s'y consacrer, par exemple (Lamprecht et al., 2014). L'obésité et les maladies liées à la sédentarité ont un coût important sur le système de santé. Selon Stamm & Lamprecht, l'une des meilleures manières de contrôler son poids est de pratiquer une activité physique (2017). Par conséquent, les gouvernements, se doivent de réagir afin de proposer des solutions pour améliorer la santé et le bien-être de la population, en implantant des politiques publiques efficaces et en jouant sur la prévention des comportements à risque.

Il paraît dès lors intéressant d'analyser les politiques existantes en matière de promotion du sport chez les adolescents et d'étudier, comment les programmes existants intègrent les filles dans les projets. Les concepteurs de ces programmes prennent-ils en compte l'avis des jeunes filles, leurs envies et leurs besoins, qui diffèrent parfois grandement de ceux des garçons ? Existe-t-il des stratégies formalisées au niveau de la conception de ces programmes de promotion du sport ?

1.3 Question de recherche

Constatant :

- Le bienfait de l'activité physique sur la santé
- Le désintérêt des filles pour le sport dès le début de l'adolescence
- Les inégalités des pratiques sportives en raison de barrières culturelles

Nous allons nous intéresser à comprendre :

Comment les programmes de promotion du sport intègrent-ils les filles ? Est-ce qu'elles participent à leur élaboration ? Quels sont les moyens qui pourraient être mis en place pour améliorer leur participation ?

L'objectif de ce travail est d'analyser la conceptualisation des différents programmes de promotion de sport chez les jeunes ; nous nous intéresserons particulièrement à l'intégration des filles, nous chercherons à savoir si elles participent à l'élaboration des programmes, nous nous pencherons sur les obstacles que rencontrent les filles lors de leur pratique sportive et les moyens d'améliorer leur intégration. Ce sujet est très peu étudié, du moins en Suisse, et permettra peut-être de trouver des solutions et des idées qui permettent d'augmenter la participation des filles dans le sport. De plus, depuis l'automne 2017 et le mouvement #metoo, le féminisme semble prendre à nouveau une certaine importance, et ceci dans tous les domaines. Ces mouvements féministes prônent la liberté des femmes à disposer de leurs corps. Le sport peut être un excellent moyen d'y arriver.

Si la finalité est de comparer la conceptualisation des programmes entre eux, il faut être conscient qu'ils diffèrent grandement entre eux par plusieurs points : notamment par leur nature, leur financement et leurs buts. C'est, à notre avis, ce qui rend cette étude pertinente : chacun de ces programmes est différent et propose une offre variée. Dès lors, il sera certainement captivant de voir quels sont les moyens mis en place dans ces différents programmes et s'il existe des pistes communes, ou au contraire, des mesures très distinctes.

1.4 Hypothèses

Plusieurs hypothèses peuvent être posées, comme réponse à notre problématique et notre question de recherche, sur l'intégration des adolescentes dans les programmes de promotion du sport.

1) La première hypothèse est que la conceptualisation des programmes de promotion du sport ne prend pas en compte l'avis, et les besoins des filles : la question de leur intégration n'est pas une question fondamentale dans la phase de la conceptualisation.

Les filles participent aux programmes, elles y ont leur place, mais elles doivent s'y adapter. Leur voix n'est pas prise en considération pour des raisons infrastructurelles ou culturelles. Cela peut être interprété de manière différente : par soucis d'égalité, les genres sont traités de la même manière et aucune différence n'est faite entre deux.

2) Une deuxième hypothèse est que les envies et besoins des filles et des garçons diffèrent considérablement et qui l'est difficile de proposer une offre efficiente et complète pour chacun des sexes.

Les programmes de promotion du sport peinent à trouver des financements, pour payer des infrastructures chères ou pour proposer un encadrement avec du personnel qualifié. Dès lors, proposer une offre pour la majorité des participants semble primer sur la nécessité d'intégrer la minorité, ceci pour des raisons d'efficience. Certaines infrastructures ne permettent pas forcément une intégration idéale pour les filles.

3) Une troisième hypothèse est que les filles sont victimes de préjugés, et se confrontent à des barrières culturelles et sociales quant à leur participation à des programmes de sport.

Le statut de 'sportive' peut être encore embarrassant à porter, et de nombreuses barrières peuvent sembler infranchissables pour certaines filles, si elles n'ont pas les ressources suffisantes dans leur entourage et leur environnement pour les soutenir.

2. Cadre théorique

2.1 Bases légales et politiques

En 1994, de nombreux acteurs du monde sportif international se réunissent à Brighton, sous l'égide du Comité International Olympique et du British Sports Council. De cette conférence naquit la Déclaration de Brighton sur les Femmes et le Sport. Elle a été signée par Swiss Olympics et Swiss Athletics (Sever, 2005). Cette Déclaration vise à réduire les différences entre hommes et femmes dans le milieu du sport, en proposant des politiques et des mesures quant à l'augmentation de la participation des femmes « à tous les niveaux du sport et dans tous les rôles » (Sever, 2005). En effet, la représentation des femmes est extrêmement faible dans les positions clés des organisations sportives internationales. Cela a une grande influence sur le sport féminin de manière générale : une plus grande représentation dans ce genre de poste permet ainsi une autre vision du sport, plus basée sur les envies et besoins féminins et qui pourrait augmenter la proportion de femmes dans le sport (GTI, 1994). Le Groupe de Travail International regrette également le manque de modèle féminin dans le sport. Plus que cela, « le but prépondérant est de créer une culture sportive qui facilite et valorise la pleine participation des femmes à tous les aspects du sport » (GTI, 1994). 10 articles s'articulent autour de ce but, séparé en chapitres sur l'équité, les installations, le sport scolaire et les jeunes, le sport de haute performance, le leadership ou la recherche, ainsi que sur la collaboration nationale et internationale.

En Suisse, il n'existe pas de lois spécifiques pour la promotion du sport pour les filles. Mais la Loi fédérale sur l'encouragement du sport et de l'activité physique (LESp) remplit en partie cette fonction. Dans les buts listés dans l'article 1, les paragraphes 1 a et b fixent des objectifs en matière de pratique d'activité sportive. Avec le paragraphe 2, la Confédération s'engage à soutenir et réaliser des programmes et des projets ayant un lien avec la promotion du sport. Dans un recueil d'articles intitulé « Citius, Altius, Fortius », Olivier Bigler et Nicolas Zbinden reviennent sur l'historique de la loi sur l'encouragement du sport. La première loi existante concernait la préparation militaire et s'intitulait Loi sur l'organisation militaire (LOM). L'article 81 de cette présente loi précisait ceci : « Les cantons pourvoient à ce que les jeunes gens dès l'âge de dix ans jusqu'à l'époque de leur sortie d'école primaire, qu'ils la fréquentent ou non, reçoivent des cours de gymnastique préparatoire au service militaire ». Ainsi, la pratique du sport est considérée comme une manière de protéger la nation (Bigler & Zbinden, 2012, p. 314). Pendant plusieurs dizaines d'années, le statu quo est de mise et aucun

changement est mis en place concernant la loi. Mais, au sortir de la Seconde Guerre mondiale, un problème apparaît, car la Confédération ne dispose pas d'instrument légal pour encourager le sport. De plus, la LOM ne permet pas d'encouragement du sport féminin, ce qui pose un problème tant d'un point de vue de la santé publique que de l'égalité de traitement (Bigler et Zbinden, 2012, p. 315). En 1970, une votation populaire accepte l'ajout d'un article 27 quinquies dans la Constitution fédérale du 29 mai 1874 qui précise cinq objectifs : la promotion de la santé publique par le mouvement, la préparation au service militaire, l'éducation, l'organisation de nouveaux loisirs et le succès de la Suisse dans les compétitions internationales. En 1999, lors de la révision totale de la Constitution fédérale, la Confédération se dote des mêmes compétences que les Cantons en matière d'encouragement du sport. L'article 68 ne contient plus le terme « gymnastique », car elle est désormais considérée comme une discipline à part entière (Bigler et Zbinden, 2012, p.316). En 2000, la LESp reconnaît l'utilité sociale du sport et améliore le programme « Jeunesse et Sport ». Plus tard, en 2009, dans un message accompagnant la LESp du 11 novembre 2009, le Conseil Fédéral renforce son soutien à la promotion du sport, en présentant un argumentaire qui porte sur plusieurs points : le sport promeut la santé, un bon développement de la jeunesse, une meilleure cohésion sociale. Il encourage le bénévolat et encourage les gens à adopter un comportement éthique. L'utilité sociale du sport est reconnue à d'autres niveaux également : il soigne l'âme et est devenu vecteur de valeur (Bigler et Zbinden, 2012, p. 321).

C'est pourquoi le Conseil fédéral a jugé nécessaire d'étendre la tranche d'âge des enfants concernés par le programme « J+S » aux enfants entre 5 et 10 ans (art. 6 LESp), car en Suisse, un cinquième des enfants de 6 à 12 ans est en surcharge pondérale et les coûts des traitements de troubles liés directement à un manque d'activité physique se montent à 2.4 milliards de francs par an (Bigler et Zbinden, 2012, p. 323). Il est dès lors indispensable d'avoir un plan d'action qui puisse endiguer ce phénomène. Le document « Concept de la Confédération concernant le sport populaire », édité par le Département fédéral de la défense, de la protection de la population et des sports, précise quelle est la stratégie mise en place pour promouvoir le sport. En 2010, la Confédération a dépensé environ 190 millions de francs pour le sport. Cela comprend principalement le budget de l'Office fédéral du Sport (à hauteur de 162 millions de francs). 20 millions sont consacrés aux dépenses de l'armée (DDPS, 2016). C'est majoritairement les cantons et les communes qui financent la promotion du sport, ou tout ce qui a trait au sport (gestion, fonctionnement, entretien ou subventionnement d'installations

sportives) à hauteur de 232 millions de francs pour les Cantons et plus de 1.35 milliards de la part des communes (DDPS, 2016).

2.2 Système suisse de promotion du sport et de l'activité physique

Le système sportif suisse est relativement complexe et se caractérise par de nombreux liens entre le domaine public et le domaine privé. Le principe de l'engagement de la Confédération se base sur l'initiative privée : « [La Confédération intervient] lorsqu'aucune solution privée n'est proposée ou lorsque l'action publique apporte des avantages majeurs en termes d'efficience et d'efficacité » (DDPS, p. 22, 2016).

Plusieurs acteurs sont actifs au niveau de la Confédération : tout d'abord, l'Office fédéral du Sport, l'OFSPO. C'est le centre de compétences principal en matière de sport et d'activité physique. L'activité physique, selon Lamprecht et al. (2014), advient lorsqu'une activité quotidienne fait transpirer ou provoque un essoufflement. L'OFSPO développe et organise la politique sportive nationale conformément aux prescriptions légales. Avec d'autres acteurs, il remplit les tâches qui en résultent. Son activité se concentre sur quatre domaines principaux : promotion générale du sport et de l'activité physique ; formation dans le domaine du sport et recherche ; sport d'élite ; fair-play et sécurité dans le sport. Dans le premier domaine, l'OFSPO est en charge de la gestion des programmes Jeunesse+Sport et Sport des adultes Suisse (esa). C'est ce premier domaine qui nous intéresse.

Plusieurs autres acteurs au niveau fédéral sont également importants, comme l'Office fédéral de la santé publique (OFSP). En effet, l'OFSP est responsable pour tous les domaines touchant à la santé publique ainsi que la mise en œuvre de la politique sanitaire (DDPS, 2016). Dans ce cadre-là, il a mis sur pieds le Programme national alimentation et activité physique (PNAAP), qui entend modifier notre environnement afin de favoriser des choix sains et encourager le sport et l'activité physique en vue d'améliorer la santé de la population (DDPS, 2016). Toutefois, le PNAAP ne sera pas reconduit après 2016. Les cantons et Promotion Santé Suisse mettront en place les mesures contenues dans le PNAAP dès 2017.

Puis, l'Office fédéral des assurances sociales (OFAS) verse des contributions via des mandats de prestations à des institutions privées d'utilité publique active dans toute la Suisse. Par exemple, Pro Senectute est soutenue par l'OFAS. J+S reçoit également des subventions de l'OFAS, conformément à la loi sur l'encouragement de l'enfance et de la jeunesse, en particulier dans le cadre des allocations pour perte de gain.

D'autres Offices fédéraux ont aussi un rôle à jouer dans la promotion du sport comme l'Office fédéral de l'énergie (OFEN), qui encourage l'activité physique par la mobilité douce, notamment par le vélo.

Les cantons s'engagent également dans la promotion du sport : ils sont autonomes en matière d'encouragement du sport et de l'activité physique, mais doivent assurer 3h obligatoires d'éducation physique dans le cadre de la scolarité obligatoire et du degré secondaire II. Cet élément est un instrument politique régulateur, que la Confédération a instauré par voie constitutionnelle (DDPS, 2016). Tous les cantons possèdent un service qui se consacre au sport et la moitié des cantons possèdent une stratégie et une base juridique pour l'encouragement du sport. Ceci dit, les activités d'encouragement du sport varient beaucoup d'un canton à l'autre (DDPS). Les tâches des cantons sont variées : ils sont responsables de la mise en œuvre des cours de sport obligatoire à l'école, de la construction et la gestion d'installations sportives cantonales, par la conception d'espaces dévolus à l'activité physique et aux loisirs, ainsi que par la répartition des moyens issus des différents fonds affectés au sport. Pour financer des programmes concrets d'encouragement du sport, la loterie nationale est le principal sponsor.

Mais c'est aux communes que revient la charge principale concernant l'encouragement du sport et l'activité physique. Leurs possibilités d'action sont importantes pour créer des conditions cadres propices à la pratique du sport, ou se doter de plans directeurs pour développer le sport dans la commune (DDPS, 2016). Les communes sont généralement les propriétaires des installations sportives et en assurent le financement. Elles ont un grand rôle à jouer dans l'accessibilité pour le sport car elles définissent les conditions d'accès aux infrastructures. Les communes mettent parfois le sport au service d'autres objectifs, souvent en lien avec le travail social et la jeunesse, comme les projets MidnightSport et OpenSunday de la Fondation IdéeSport, dont nous parlerons plus tard. Ces projets ne sont pas financés dans le cadre du service du sport, mais plutôt au titre de la politique de la jeunesse et du travail social.

Les clubs sportifs jouent un grand rôle dans la promotion du sport et sa pratique. C'est en effet grâce à eux que les personnes voulant pratiquer un sport peuvent le faire, quel que soit le niveau. Ces clubs ont une fonction culturelle et sociale très importante : ils contribuent au bien commun avec le travail que les bénévoles fournissent. De plus, ce sont une clé de voûte dans l'intégration des personnes en situation de handicap et des personnes issues de l'immigration (DDPS, 2016).

D'autres acteurs sont également présents dans ce réseau de la promotion du sport : Promotion Santé Suisse par exemple, qui promeut le sport et l'activité physique comme manière principale d'arriver aux objectifs de « poids corporels sain », « santé psychique » et « promotion de la santé

et prévention » voulus par la Fondation. Plusieurs autres Fondations, dont IdéeSport, promeuvent le sport, notamment chez les jeunes, ainsi que la Fondation Cleven et la Fondation Laureus.

La Confédération, dans son « Concept de la Confédération concernant le sport populaire », pose plusieurs objectifs pour l'encouragement du sport (2016). Le premier s'intitule « Sport pour tous ». Idéalement, chaque personne devrait pouvoir profiter des offres et des infrastructures sportives. Le législateur doit reconnaître les nombreux effets positifs du sport et doit accorder de l'importance à l'encouragement des activités sportives (DDPS, 2016). Cela vaut particulièrement pour les personnes avec un handicap et celles issues de la migration. Le deuxième objectif veut proposer davantage de sport pour la population. Selon le DDPS, il faut mettre l'accent sur une hausse de la pratique sportive, chez les personnes non sportives, mais également chez celles qui sont défavorisées d'un point de vue socioculturel. Il faudrait simplifier l'accès au sport chez ce groupe cible. Pour la Confédération, il est primordial de coordonner les diverses stratégies et mesures d'encouragement, afin de garantir une utilisation maximale des fonds publics (DDPS, 2016). Les politiques fédérales resteront ces prochaines années axées prioritairement sur l'encouragement du sport chez les enfants et les adolescents. Pour le DDPS, les animations jeunesse, le travail social et la promotion de la santé peuvent passer par le sport, qui peut dès lors devenir une plateforme. Pour atteindre cet objectif, il faudrait développer sur l'ensemble du territoire un accès facilité à une offre sportive variée, qui correspond à différentes catégories de la population. Finalement, pour encourager de manière efficace le sport, il est important de garantir une certaine qualité dans l'enseignement et le développement du sport (DDPS, 2016).

Plusieurs mesures sont recommandées par le document du DDPS : par exemple, les cantons sont responsables de développer avec l'OFSPO l'encouragement de l'activité physique, notamment le programme J+S. Ils doivent aussi améliorer les conditions cadres de la pratique individuelle du sport et l'accès nécessaires, par exemple en adaptant le droit de l'aménagement du territoire. Au niveau des communes, leur rôle est de créer ou de coordonner des centres sportifs, d'élaborer des offres s'adressant à un large public et de soutenir leurs prestataires, de garantir l'accès aux infrastructures sportives scolaires et publiques pour tous les prestataires d'offres sportives, ainsi que pour les habitants (DDPS, 2016). D'autres recommandations existent pour les fédérations et les employeurs, mais celles-ci ne nous semblent pas particulièrement pertinentes pour cette analyse.

2.3 Pratique du sport général en Suisse et comparaison internationale

En 2000, en 2008 et en 2014, l'Observatoire Sport et activité physique Suisse est mandatée par la Confédération pour réaliser un rapport sur le sport et l'activité physique en Suisse. En comparaison internationale, les Suisses sont très sportifs. Lamprecht et al., observent une augmentation de l'activité sportive parmi la population suisse : de plus en plus de Suisses pratiquent un sport de façon intensive, c'est-à-dire plus que 3h par semaine (Lamprecht et al., 2014). Mais, sur une note plus négative, le pourcentage de non-sportif reste stable et le nombre de sportifs occasionnels s'affaiblit, pour un total combiné d'environ 26% de la population. En d'autres mots, soit les Suisses pratiquent un sport de manière intensive, soit pas du tout. Il existe assez peu de différences entre femmes et hommes au niveau de la durée hebdomadaire de pratique du sport. Cependant, il existe des différences entre les classes d'âges. La catégorie d'âge la plus active est celle qui englobe les hommes jeunes. Concernant l'offre sportive : elle est de plus en plus diversifiée et la population a tendance à faire plusieurs sports à la fois. L'étude de Lamprecht et al., a recensé 250 sports. Choisir un sport est déterminé par plusieurs facteurs : le sexe, l'âge, la région, le revenu du ménage et la nationalité. Il n'y a plus de différence sur la pratique du sport selon la zone de résidence, urbaine ou campagnarde. En revanche, des différences persistent entre les régions : les Suisses alémaniques sont les premiers de classe avec environ 45% de la population qui pratique un sport de manière intensive, devant les Romands (39%) et les Tessinois avec 35%. A noter la grande proportion d'inactifs au Tessin, avec presque 38% de la population qui ne pratique aucun sport. Si la Suisse romande a longtemps marqué le pas sur ses voisins alémaniques, elle a vécu un véritable boom du sport ces dernières années, touchant notamment les femmes et les seniors (Lamprecht et al., 2014).

2.4 Pratique du sport chez les jeunes et les jeunes filles

Depuis 2008, l'Observatoire Sport et activité physique Suisse publie également une étude chaque six ans sur le sport et les activités physiques des enfants et adolescents suisses. En 2014, Lamprecht et al. ont publié le deuxième rapport sur les jeunes âgés de 10 à 19 ans. De manière générale, les jeunes suisses sont sportifs mais l'activité sportive est en recul depuis 2008. Même si les cours d'éducation physique à l'école ne sont pas considérés, ce rapport donne une excellente vision de la situation sportive des jeunes suisses. A partir de 13 ans, l'activité sportive des adolescents enregistre une baisse constante. Entre 15 et 19 ans, les jeunes pratiquent 5.6 heures de sport ou d'activité sportive, contre 6.6 entre 10 et 14 ans. Les raisons de faire du sport sont multiples : prendre du plaisir, être en bonne forme physique et bien entraîné, ainsi que

partager des moments de convivialité sont quelques des motivations des jeunes (Lamprecht et al., 2014). Selon les recommandations de l'OMS, les enfants entre 5 et 17 ans doivent faire 60 minutes d'activité physique quotidienne, principalement en endurance (2010).

Chez les adolescents, les garçons font plus de sport que les filles et cela dans toutes les catégories d'âge jusqu'à 19 ans. C'est un constat surprenant, lorsqu'on sait que les différences entre sexes ont presque disparues chez les adultes, les femmes ayant augmenté leur activité physique hebdomadaire au même niveau que les hommes (Lamprecht et al., 2014). Ces disparités entre filles et garçons s'observent dès l'âge de 10 ans. Il y a nettement moins de filles qui font plus de 7h de sport par semaine que de garçons. De plus, les filles ont nettement plus tendance à être inactives ou peu actives que les garçons : 44% d'entre elles se disent peu actives ou inactives, contre 27% des garçons (Lamprecht et al., 2014). Les sports pratiqués sont aussi très différents selon le sexe : la danse, la gymnastique, l'équitation, le patinage, le volleyball et le fitness ou l'aérobic sont des activités typiquement féminines. Des sports comme la natation, le cyclisme, le ski ou la randonnée pédestre sont pratiqués autant par les garçons que par les filles (Lamprecht et al., 2014). Les motivations à faire du sport sont également disparates chez les deux sexes : les filles s'intéressent plutôt au bien-être que procure le sport, tandis que les garçons aiment la convivialité que crée le sport. Pour les filles, l'amélioration de l'apparence et pouvoir déconnecter est important. Se mesurer aux autres est un élément commun aux deux sexes bien que la motivation de la compétition sportive arrive en fin de liste (Lamprecht et al., 2014).

Il est également intéressant de relever que les jeunes femmes arrêtent le sport plus tôt. Il y a une proportion importante de filles qui ne pratique plus aucune activité physique dès l'âge de 13 ans. Le mouvement d'arrêt du sport vient plus tard chez les garçons. L'écart est le plus important entre 14 et 15 ans. Au-delà de 20 ans, les différences s'estompent entre les sexes (Lamprecht et al., 2014). Les raisons principales d'arrêt du sport mentionnées sont le manque de temps, le manque d'envie et de plaisir, et la surcharge de travail ou excès de stress à l'école (Lamprecht et al., 2014). Toutefois, il faut noter que les filles font moins de sport que les garçons et cela durant toute la durée de leur adolescence. Est-il possible d'identifier des raisons qui poussent à ce résultat par le biais de l'analyse des programmes de promotion du sport en Suisse ?

2.5 Bref historique des femmes et du sport en Suisse

L'histoire des femmes et du sport est relativement mouvementée, et une bonne compréhension des évènements principaux, surtout en Suisse, quant à son développement nous paraissent essentiel avant de s'intéresser plus en détails aux barrières quant à la participation du sport. Le

sport et les femmes est un domaine d'étude qui restait, jusqu'à présent, très peu étudié sous nos latitudes.

Preuve de la relative nouveauté du sujet, les femmes ont obtenu le droit de vote en Suisse en 1971. Un bon exemple de cette inégalité historique dans le sport est la course à pied. Jusqu'en 1977, elles étaient interdites de participation à l'une des courses aujourd'hui les plus populaires de Suisse, Morat-Fribourg (Bornand, 2016). Mais en 1975, la Valaisanne Odette Vetter participe à cette course en portant un t-shirt où il est inscrit 'pourquoi pas nous ?', ouvrant le débat sur une participation des femmes à ce genre de course populaire. Une année plus tard, une Américaine, Kathrine Switzer, prit part, sous un pseudo, à cette course. Et finalement, en 1977, le comité d'organisation de Morat-Fribourg changea son règlement et permit aux femmes de courir avec les hommes (Bornand, 2016).

Un article d'Eva Kleisli documente l'histoire de la gymnastique en Suisse jusqu'en 1930. Comme nous l'avons vu plus haut, la gymnastique et l'éducation physique avait avant tout un but de protection militaire. Cette période historique plutôt mouvementée en termes de conflits justifiait une préparation physique visant à protéger la population (Kleisli, 1995). Mais les filles étaient exclues de ce programme, jusqu'à ce que les médecins alarment les autorités sur les dégâts que peuvent produire l'inactivité des jeunes femmes sur leur corps. Dès lors, des programmes de gymnastique sont mis en place pour permettre aux filles de bouger. L'argument principal pour convaincre la population, relativement récalcitrante, n'est toutefois pas très progressiste : en effet, si les hommes doivent être physiquement prêt à se battre, les femmes vont donner la vie à de futurs soldats, il est donc important qu'elles soient en forme (Kleisli, 1995).

L'engouement de la population pour la gymnastique et le sport féminin– alors réservé aux couches sociales supérieures, est très faible. Plusieurs sociétés de gymnastique proposent des activités pour les filles ou la possibilité de participer à des compétitions : mais l'accueil qui leur est réservé est tellement désagréable que beaucoup de femmes ne veulent pas montrer leurs exercices devant le public. Mais les années passent et les femmes sont de plus en plus encouragées à participer (Kleisli, 1995).

Signe de ce manque d'engouement, le canton de Fribourg, alors très catholique et conservateur, refusera de proposer les programmes fédéraux pour la gymnastique féminine. Les enseignants et les curés s'uniront pour ne pas participer aux cours obligatoires leur permettant d'enseigner cette nouvelle discipline (Kleisli, 1995). La population voit cette pratique comme contraire à la morale. Cependant, la détermination des autorités permettra finalement d'intégrer la

gymnastique féminine dans le cursus scolaire, mais en s'adaptant à l'opinion publique et en franchissant des étapes pas à pas.

Dans la deuxième partie du XXe siècles, les femmes commencent gentiment à s'approprier des sports 'masculins' et commencent à participer de plus en plus au boom général du sport (Kleisli, 1995). Mais, si aujourd'hui la proportion des femmes qui font du sport augmente et que certaines courses populaires, comme la course de l'Escalade à Genève, compte presque 50% de participantes, les sports très stéréotypés come masculin, comme l'haltérophilie, compte un très faible pourcentage de femmes (Lamprecht et al., 2014).

2.6 Barrières quant à la participation des filles dans le sport

Un rapport québécois, commandité en 2014 par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, met en lumière plusieurs des raisons qui expliquent cette différence parfois importante. Plusieurs concepts qui émergent dans ce rapport pourraient également convenir au travail ici présenté. Ainsi, on parle de « déterminants », qui fait référence aux éléments favorables et défavorables à son adoption ou à son maintien (Amireault et al., 2014). Ils permettent de comprendre le cheminement d'une personne qui décide d'être physiquement active. Ces déterminants sont composés de facteurs qui permettent de comparer comment les filles et les garçons s'engagent dans les activités sportives. Certains de ces facteurs peuvent être travaillés et adaptés, par les clubs ou les institutions publiques sportives par exemple, pour permettre à une catégorie de s'intégrer dans une activité sportive (Amireault et al., 2014).

2.6.1 Motivation et influence des pairs

Le premier facteur est l'intention, qui peut être aussi comprise comme motivation. L'intention est influencée par plusieurs éléments : les connaissances, les croyances et les attitudes ; la norme sociale et personnelle ; le sentiment d'efficacité personnelle (Amireault et al., 2014).

Les premiers éléments (connaissances, croyances et attitudes) sont dissociables et peuvent être expliqués de plusieurs manières. Selon le rapport du ministère de l'Education, du Loisir et du Sport (2014), « l'attitude correspond à la perception des avantages et des inconvénients que procure la pratique d'activités physiques et sportives aux yeux des adolescentes ». Les croyances affectent la motivation des adolescentes : en d'autres mots, les adolescentes qui jugent que le sport est distrayant seront plus susceptibles d'être physiquement actives durant leur loisir. Ici, la socialisation est un élément primordial, beaucoup plus présent chez les adolescentes que chez leurs pairs masculins. En effet, pour une grande partie des adolescentes, le plaisir de faire du

sport est directement lié au sentiment d'appartenance à un groupe, donc de passer du temps avec leurs amies. Cet élément est également étudié dans une étude de Meghan H., McDonough et Peter R. E. Crocker, en 2005. Les auteurs ont analysé le lien qui existe entre participation à des activités sportives et le rôle de l'amitié. Les résultats de leur étude ont démontré qu'il existe bel et bien une connexion entre les relations amicales et la participation dans un sport. Les chercheurs ont en particulier testé la qualité de l'amitié et son hypothétique influence sur la pratique du sport. Dans ce cas, en revanche, la qualité de l'amitié, analysée avec des facteurs comme le sentiment de sécurité, de loyauté ou d'intimité, ne jouerait pas de rôle particulier dans la motivation à prendre part à une activité physique (Crocker et al., 2005). Cependant, les auteurs mettent en évidence l'importance de l'amitié comme influence à la participation des adolescentes au sport. Ces faits s'appuient sur plusieurs études de Weiss & Smith (2002), qui mettent en avant le rôle des relations amicales, concept à vérifier dans l'analyse des programmes dans le sport : les amitiés qui se créent au travers du sport donnent aux adolescents une meilleure estime d'eux-mêmes et se sentent plus sûrs d'eux. Un document de Women in Sport, une association qui promeut le sport pour les femmes au Royaume-Uni, examine comment les femmes vivent l'influence de leurs pairs concernant le sport : au travers de cette étude portée sur 24 sportives, l'association a remarqué que des schémas revenaient régulièrement. Souvent, les femmes considérées comme influentes ou modèles ne se rendent elles-mêmes pas compte du rôle qu'elles ont et surtout, à quel point elles pouvaient influencer leurs paires (Women in Sport, n.d), et ce, dans tous types de relations : une maman peut influencer sa fille en l'encourageant à faire du sport avec elle, en venant voir ses matchs, par exemple. Des amies peuvent se motiver entre elles : cet effet social est beaucoup plus fort qu'imaginé jusqu'à alors (Women in Sport, n.d). Women in Sport propose dès lors de profiter de cette influence entres filles pour promouvoir le sport et mieux les intégrer. Dans un document écrit par Clotilde Talleu, commandité par le Conseil de l'Europe, intitulé « Gender equality in sports », publié en 2011, affirme que l'amitié joue un rôle prédominant dans la motivation à participer à des activités sportives : les filles se motivent entre elles et se poussent à continuer un tel sport. Au contraire, les filles qui n'ont pas d'amies sportives auront plus tendance à être inactives (Talleu, 2011). Ainsi, les documents analysés montrent à quel point les relations et l'amitié chez les jeunes filles jouent un rôle fondamental dans la participation dans le sport.

Si nous revenons aux explications du rapport du Ministère de l'Education québécois, les normes sociales jouent également un grand rôle de barrière dans la participation des filles au sport. Selon les auteurs du rapport, « les normes sociales sont issues de la perception qu'a une adolescente

de la pression qu'exercent sur elle des personnes de son entourage (ex. : parents, pairs, enseignants) quant à l'importance d'être physiquement active ou non » (Amireault et al., 2014). Si dans leur entourage, les adolescentes ont l'impression qu'elles sont encouragées à faire du sport et acceptées comme personne sportive, l'intention de faire du sport augmentera. La motivation sera d'autant plus importante si ces encouragements viennent de personnes qu'elles apprécient particulièrement (Amireault et al., 2014). Les normes sociales proviennent également des médias, qui dicteraient les comportements socialement acceptables. Avant l'âge de 17 ans, les filles reçoivent plus de 250'000 messages de différents médias leur indiquant quel genre de femme être (Amireault et al., 2014). Fait étonnant, la plupart de ces messages ne concerne pas l'activité sportive, donc ne donne aucune motivation à participer à un sport. Le monde occidental préconise une certaine minceur pour les femmes, alors qu'un léger surpoids semble être accepté chez les hommes. Pour Amireault et al. (2014), « cette tendance (…) peut contribuer à développer, chez plusieurs adolescentes, une image négative de leur corps et une crainte de prendre du poids, d'où l'importance de la concertation des interventions à favoriser la modification de la norme sociale en faveur de l'activité physique. »

2.6.2 Rapport au corps

Cet élément est repris par plusieurs études, qui analysent notamment l'égalité des sexes dans le sport. Martha Brady, en 1998 déjà, cite le sociologue français Pierre Bourdieu sur le corps des femmes, qui serait un moyen, en particulier pour les femmes venant de milieux défavorisés, de le convertir en un capital symbolique, économique, social et culturel. Il y a une relation très complexe entre le corps d'une jeune femme et son image, qu'il est parfois difficile de concilier avec ces normes sociales dont il était question plus haut. Selon Brady (1998), être sportive ou avoir un corps musclé semble aller à l'encontre des représentations conformes à ce que doit être la féminité. D'ailleurs, un document de la Women's Sport and Fitness Foundation, fondation qui a été créée par Sport England, listait en 2008 les barrières à la participation des filles. L'une des principales étant l'image du corps et les stéréotypes qui sont accrochés au sport des filles : par exemple, le fait qu'une fille en surpoids ou obèse se rende compte que son corps ne correspond pas à l'idéal vu dans les médias peut devenir une barrière infranchissable tant qu'à sa participation au sport, car elle aura peur d'être jugée négativement (Women's sport and fitness association, 2008). Les vêtements à la mode occidentale préconisent aussi de montrer certaines parties du corps qui sexualisent ainsi encore plus la femme. Anne Saouter, dans son livre « Des femmes et du sport » traite également de ce sujet. Elle s'insurge particulièrement contre l'habillement des sportives (p.87, 2016) : « Que ce soit avec des shorts trop grands ou des

jupettes, avec des tenues affriolantes ou d'une stricte élégance, le désaveu lancinant d'une pratique menaçant le masculin s'exprime dans la dérision du travestissement ». En d'autres mots, l'auteure condamne l'habillement des sportives, qui ne semble pas en adéquation avec l'intensité de l'exercice pour lequel il est conçu ou alors, ne permettant pas aux femmes d'être prises au sérieux, car le public ou les médias se focaliseront sur leur beauté, et pas sur leurs performances sportives. De plus, Saouter (2016) revient sur un épisode qui démontre bien cette sexualisation des femmes dans le sport, lorsque l'équipe de France féminine de football a atteint les quarts de final de l'Euro 2009, presque dans l'indifférence générale. A la page 73 de son livre « Des Femmes et du Sport », l'anthropologue française explique que « la Fédération française de football, (…), n'a pas trouvé d'autre solution que de faire poser nues les plus jolies joueuses et de diffuser le message suivant : « Faut-il en arriver là pour que vous veniez nous voir jouer ? ». A la suite de la publication de ces photos, les demandes d'interviews se sont multipliées… Mais si l'érotisation des corps a fait sortir les joueuses de l'invisibilité, ce n'était certes pas pour vanter leurs qualités sportives » (2016).

Une érotisation du corps des filles, donc, et certains stéréotypes qui ont la vie dure : souvent, certains sports, notamment les sports d'équipe comme le football ou le basketball, traînent des stéréotypes sur l'homosexualité des joueuses. Selon la Women's Sport and Fitness Foundation, la conséquence principale serait que les filles auraient tendance à éviter ce genre de sport car elles auraient peur d'être vues comme un « garçon manqué » ou comme lesbienne (Women's Sport and Fitness Foundation, 2008).

Mais, paradoxalement, le sport permet aux filles de développer des aptitudes ne les liant pas à la sexualisation de leur corps. Ainsi, elles sont en possession de leur corps et peuvent gagner une certaine autonomie (Brady, 1998). Selon un rapport de l'OMS paru en 2005, la pratique du sport aurait une influence plus grande que ce que l'on pensait jusqu'à alors (Bailey, 2005). Si l'activité physique protège de beaucoup de maladies et est indispensable à une vie saine tant physique que psychologique, le rapport de l'OMS montre que les adolescentes sportives auraient tendance à « devenir sexuellement actives plus tard dans la vie, à avoir moins de partenaires, et, une fois sexuellement actives, à faire davantage usage de la contraception que les filles non sportives » (Amireault et al., 2014). Cela peut s'expliquer, comme dit plus haut, car le sport favorise l'estime de soi, la confiance en ses propres capacités, le sentiment de possession du propre corps, et le fait de devenir un modèle pour les autres, parfois sans le vouloir.

Finalement, le rapport québécois s'intéresse au sentiment d'efficacité personnelle, qui est une barrière quant à la participation des jeunes filles au sport. Le sentiment d'efficacité personnelle

« correspond à la confiance des adolescentes en leur capacité à surmonter des barrières (réelles ou perçues) dans leur pratique d'activités physiques et sportives » (Amireault et al., 2014). Par exemple, si elles ont l'impression d'être faibles par rapport aux autres, notamment dans les cours d'éducation physique à l'école, ou elles sont confrontées aux garçons. De manière générale, les adolescentes n'aiment pas la pression liée à la compétition, beaucoup moins que les garçons, et ont tendance à fuir ces moments de pression. Devoir montrer ses habiletés physiques devant ses pairs est également une barrière : les adolescentes peuvent se sentir gênées et n'aiment pas se sentir jugées (Amireault et al., 2014). Une multitude d'autres barrières existent, qui ont été mis en évidence par plusieurs études, dont celle de Dwyer et al., en 2006. Dans le cadre de leur étude, les auteurs ont interviewé 73 filles de la région de Toronto, âgées de 15-16 ans. Leurs résultats vont dans le même sens que plusieurs autres études : de nombreux facteurs rendent difficiles la participation des filles dans le sport, notamment le manque de temps, l'influence de leurs pairs, de leurs parents et leurs enseignants (Dwyer et al., 2006). La sécurité est aussi un facteur déterminant la participation à un sport. Le coût et l'accessibilité des infrastructures jouent aussi un rôle, tout comme les barrières liées à la perception du corps. Plusieurs filles décrivent que lors de leurs règles, elles n'ont aucune envie de faire du sport. Elles se sentent fatiguées et certaines douleurs peuvent être désagréables (Amireault et al., 2014). Les professeurs d'éducation physique ne prennent que rarement en compte cet aspect-là de la vie des jeunes filles, qui peut être très déstabilisant. Plus de compréhension de leur part, notamment lors des cours de natation, ou des activités alternatives peuvent être bienvenues, soulignent les auteurs du rapport québécois (2014).

2.6.3 Mixité

Un rapport suisse de la Fondation Laureus paru en 2016 sur le sport et les filles a mis en évidence les besoins et les envies des filles : certaines sont partagées sur la mixité, par exemple. Plusieurs filles disent avoir peur que les garçons se moquent d'elles si elles n'arrivent pas à faire un exercice. Au contraire, d'autres jeunes filles disent vouloir faire du sport, avec les garçons, car ils se préoccupent moins de leur image et de leur apparence (Gramespacher, 2016).

Cette question de la mixité revient dans de nombreuses études. Car pour plusieurs auteurs, mixité ne signifie pas égalité, mais personne n'oserait remettre en question la question de la mixité à l'école (Duru-Bellat, 2010). En Suisse, l'école est mixte depuis 1960, dans les cantons protestants surtout, et cherchait à cette époque à combler son retard car les filles et les jeunes femmes sont particulièrement sous-représentées dans les formations secondaires et tertiaires (Grossenbacher, 2006). Une commission a été créée afin d'enquêter sur les obstacles que les

filles rencontraient lors de l'école obligatoire : les filles ne participaient pas aux mêmes cours que les garçons et ne suivent pas le même nombre de leçon. Par exemple, elles avaient des cours spécialisés sur l'économie domestique et de travaux manuels, alors que les garçons suivaient des cours sur les mathématiques et en français, leur permettant d'accéder plus facilement à des formations supérieures (Grossenbacher, 2006). Des recommandations parues en 1981 demandent aux cantons d'ouvrir les formations aux deux sexes, et à éviter les rôles stéréotypés lors de la mise en place des horaires, lors de la conception des programmes et dans la formation des enseignants, notamment. Dix ans plus tard, une évaluation s'est intéressée à l'état de la situation dans les cantons (Grossenbacher, 2006). Sur 26 cantons, uniquement 12 cantons ont affirmé ne plus faire de différence entre filles et garçons lors de l'offre de cours. Certains cantons faisaient toujours des différences d'enseignement dans certaines disciplines, comme les travaux manuels. La Suisse inscrira l'égalité des sexes au niveau de la formation dans la Constitution seulement en 1981 (Grossenbacher, 2006). Si la Suisse fait preuve d'un retard sur d'autres nations, il peut paraître surprenant que ce fut l'un des premiers pays à ouvrir les formations de niveau universitaire aux femmes, dès le milieu du XIXème siècle : les universités comptaient jusqu'à 25% de femmes parmi les étudiants. Mais cela était surtout dû aux étudiantes étrangères qui venaient étudier en Suisse (les Suissesses comptaient pour 10%). La première guerre mondiale mit un terme à cette évolution. Il faudra attendre 1973 pour retrouver un quart d'étudiantes dans les universités suisses, et cette fois-ci, avec plus de 70% de Suissesses (Ville de Genève, 2017).

Cette mixité est très importante pour l'avancée du sport en Suisse. Au contraire du sport pratiqué dans les clubs, les filles et les garçons se mélangent lors des trois heures de sport obligatoires hebdomadaires. Le mémoire de Marie-Claude Mollard (2007) s'intéresse au sujet et fait référence à l'importance des parents et de leurs attentes : dans un article de Eccles, Jacobs & Harold, paru en 1990, les auteurs analysent comment les parents agissent selon le genre de l'enfant pour l'encourager à participer à des activités sportives stéréotypées (football pour les garçons, danse pour les filles, par exemple) et comment les filles vont s'adapter aux attentes des parents. En 2007, Cogérino publie un article sur la mixité dans les cours d'éducation physique. Il est relativement clair que cette mixité créée une certaine iniquité entre filles et garçons, car les enseignants vont plus facilement s'adapter aux demandes des garçons, favorisant une conception des cours plutôt masculine, et mettant de côté les envies des filles. Bien que les enseignants reconnaissent les enjeux essentiels de socialisation liés à la mixité, une certaine partie d'entre eux émet des réserves quant à sa pertinence lors des cours d'éducation physique (Cogérino,

2007). Les enseignants sont plus réticents à comprendre les filles et leur manque d'engouement pour la compétition, et ont plus de facilité à comprendre les garçons et leur résistance à des sports plus expressifs, comme la danse (Cogérino, 2007). De plus, si les experts s'accordent à dire que plusieurs types de masculinité et de féminité existent, ces nuances sont oubliées pour proposer des activités globales aux filles et aux garçons, ne prenant pas en compte les envies et les besoins de chacun (Cogérino, 2007). Céline Vigneron met en évidence que l'éducation physique est faite pour et par les hommes, ne répondant pas du tout aux besoins des filles. Les enseignants jouent aussi un rôle important dans ce genre de situation : en effet, ils ont tendance à être plus sensibles au dynamisme de certains élèves, à l'esprit compétitif, caractéristiques plutôt masculines, qui correspondent à leur vision du sport (Vigneron, 2007). L'auteure ouvre le débat sur la conception des programmes d'éducation physique : son étude montre que la stratégie choisie, contribue plutôt à renforcer l'idée que les filles sont faibles. En effet, même si, dans la conception des cours, les professeurs aimeraient créer une branche émancipatrice pour les filles, c'est le contraire qui se passe dans la pratique (Vigneron, 2007). Comparées aux garçons, jugées sur des activités masculines, leur manière de vivre le sport ne seraient pas du tout pris en compte par les enseignants. Selon Vigneron, les filles se rendent compte rapidement de l'ampleur de la tâche pour rivaliser physiquement avec les garçons et préfèrent rentrer dans les rôles qu'on attend d'elles, car elles auraient plus à perdre qu'à gagner en brillant avec les exploits sportifs scolaires (Vigneron, 2007). L'auteur conclut ainsi :

> « Si l'éducation physique et sportive ne peut pas prétendre à transformer les rôles sociaux, les stéréotypes sexués de toute une société, il faudra sans doute se défaire d'une indifférence bienveillante sur les difficultés des filles. Constater les médiocres réalisations des filles en éducation physique et sportive, mais ne pas prendre en compte les différences culturelles et sociales entre individus sous couvert d'égalité de traitement entre les élèves, c'est peut-être assumer la responsabilité de maintenir délibérément des biais sexistes dans cette discipline » (Vigneron, 2007, p. 121).

Dans le cadre d'un travail de master pour l'enseignement secondaire II, deux étudiantes se sont intéressées à la perception de la mixité par des élèves du secondaire II. Balliger et Burnier ont analysé à l'aide de sondages comment les filles et les garçons vivaient la mixité dans deux gymnases vaudois. Les résultats sont différents des articles que nous avons pu étudier plus haut. La mixité est généralement préférée par les gymnasiens (Balliger & Burnier, 2015). Cependant, ce qui compte n'est pas forcément le sexe des participants, mais leur état d'esprit. Si les filles apprécient le dynamisme des garçons, ce qui est cohérent par rapport à l'étude de la Fondation Laureus, elles ont plus de difficulté à gérer leur supériorité physique et par conséquent, moins de plaisir à jouer avec eux. Les garçons, de leur côté, apprécient le pouvoir social de la mixité,

mais aiment moins le ralentissement d'une activité lorsque les filles jouent avec eux (Balliger & Burnier, 2015).

2.6.4 Égalité dans le sport

Comme dit précédemment, mixité ne signifie pas égalité. En effet, le sport est encore un « monde d'hommes » qui rend difficile la participation des femmes (Bohuon & Quin, 2012). Le sport transporte avec lui des notions de virilité, de compétition et de performance, alors que les femmes ont d'autres valeurs en tête lorsqu'elles pratiquent un sport. Depuis toujours, dans la pensée collective, le sport 'masculinise' les femmes (Bohuon & Quin, 2012). Et les sports les plus populaires parmi les femmes sont les activités en lien avec l'expression corporelle, où l'esprit de compétition et de virilité sont relativement peu présents. « Toute l'histoire du sport s'est construite par et pour les hommes » déclare Catherine Louveau en 2012. Depuis ses débuts, le sport a été conçu pour former les hommes à la virilité pour devenir de « vrais hommes » (Louveau, 2012). Selon la sociologue, les deux sexes sont différents, mais ces différences, qui sont aussi physiques, « sont pensées et incorporées comme une infériorité naturelle, alors qu'il s'agit d'une construction culturelle, sociale, alimentant des représentations ; c'est sur ces différences naturalisées (le sexe « faible ») que ce sont ancrées, socialement et politiquement, les inégalités et les discriminations » (Louveau, 2012).

Les médias jouent aussi un grand rôle : les sports féminins y sont très peu représentés et en France, moins de 5% des journalistes sportifs sont des femmes (Bohuon & Quin, 2012). Augmenter la médiatisation des sports féminins – et des athlètes féminins, revient à créer ces modèles dont nous parlions plus haut. De plus, les femmes qui font des sports jugés « non féminins », comme l'haltérophilie, le foot ou le rugby, sont particulièrement peu médiatisées, car elles ne rentrent pas dans les critères typiques de féminité (Louveau, 2012). Un autre aspect flagrant du contrôle du corps de la femme par les instances sportives est le test de féminité qui fut imposé à des athlètes étant trop musclées, ayant des épaules très carrées, pas de poitrine ou des hanches gommées (Bohuon & Quin, 2012). Afin de déterminer si ces femmes avaient le droit de concourir avec leurs paires, elles devaient passer par un test gynécologique ou par prélèvement de muqueuse buccale, afin d'obtenir un « certificat de féminité » (Bohuon & Quin, 2012). Prouver sa propre féminité pour une femme peut être traumatisant et humiliant. Ces critères sur la féminité, et la peur de ne pas être assez féminine pour la société peut pousser des femmes ou des athlètes à arrêter le sport (Bohuon & Quin, 2012). Selon les deux auteurs, « l'accès des femmes au sport engendre chez certaines une tension permanente entre la préservation de leur féminité et la reconnaissance de leurs capacités physique dans un milieu

masculin » (Bohuon & Quin, 2012, p. 28). Il faudra attendre les Jeux Olympiques de Sydney pour que ce test de féminité soit supprimé (Bohuon & Quin, 2012).

Toutes ces barrières, ces envies différentes, qui varient parfois énormément, donnent un indice sur la complexité à concevoir des programmes de promotions du sport qui correspondent aux deux sexes, dans un souci de mixité et de respect des différentes envies.

3. Présentation des différents programmes étudiés

3.1 Le programme Jeunesse + Sport de l'OFSPO

« Jeunesse + Sport » est l'instrument principal de promotion du sport populaire de la Confédération. Créé en 1972, il ne connaît pas d'équivalent à l'étranger (DDPS, 2016). C'est l'organisation qui a remplacé la préparation militaire. En 2017, plus de 617 000 jeunes entre 5 et 20 ans ont participé à un cours ou à un camp estampillé « Jeunesse + Sport » (OFSPO, 2017). Parmi ces participants, 59% sont des garçons et 41% des filles. Il y a plus de 77'000 cours de sport ou camps « Jeunesse + Sport », encadrés par les 80'000 moniteurs et les 9000 coachs, qui travaillent la plupart du temps bénévolement (OFSPO, 2017). Les cours de formation totalisent 1600 au niveau cantonal, 1300 au niveau des fédérations et 500 organisés par l'OFSPO. Le crédit alloué à « Jeunesse + Sport » se monte à 103 millions, dont 95 millions ont été consacrés aux cours et aux camps. Ce programme connaît un très grand succès, jamais démenti depuis ses débuts. Le but du programme est d'encourager le sport chez les enfants et les jeunes (entre 5 et 20 ans) en octroyant des subventions aux organisateurs de cours et de camps sportifs, tant qu'ils respectent les bases légales de « Jeunesse+Sport » décrites dans l'Ordonnance du DDPS sur les programmes et les projets d'encouragement du sport (OPESp). Cet instrument est particulièrement efficace car il repose sur une collaboration efficace entre Confédération, cantons, fédérations sportives. Plus de 70 disciplines sportives sont représentées et séparées dans des groupes d'utilisateurs. Le premier groupe, par exemple, contient tous les sports de balle, de rebond, les arts martiaux, la danse, la gymnastique et l'athlétisme (Art. 2, al. 1, O OFSPO J+S). Les sports du groupe d'utilisateur 2 regroupent les sports tel que les sports de neige, les sports aquatiques, les sports de montagnes et la voile (Art. 2, al. 2, O OFSPO J+S). Finalement, le groupe d'utilisateur 3 contient le trekking, uniquement proposé sous forme de camp (Art. 3, al. 3, O OFSPO J+S).

Depuis sa mise en vigueur en 1972, ce programme n'a pas connu de changement drastique dans sa conception. Deux évolutions sont tout de même à noter : l'âge minimum a été abaissé à cinq ans et le sport scolaire facultatif devient un passage vers le sport associatif (DDPS, 2016). Plusieurs lacunes, contraires à l'évolution de « Jeunesse+Sport » apparaissent :

- Il existe un moratoire sur l'ajout de nouveaux sports au programme, pour des raisons financières. Il est dès lors difficile de rester en phase avec les développements sportifs.

- Certains sports demandent un équipement adapté, souvent cher, ce qui complique l'accès à certaines disciplines de certaines classes sociales.
- Par rapport au point précédent, les camps de sport de neige souffrent particulièrement de la cherté de l'équipement. De plus, selon les lois existantes, « seule une infime partie des dépenses inhérentes à un camp peut être couverte au titre du programme J+S » (DDPS, 2016).
- Finalement, de moins en moins de bénévoles s'engagent en qualité d'entraîneurs ou d'administrateurs. Cet élément menace la qualité de la formation des adolescents (DDPS, 2016).

Les programmes de Jeunesse + Sport sont très règlementés, pour garantir une certaine qualité des programmes. Plusieurs bases légales codifient et régulent les cours, camps, subventions et la formation des moniteurs : premièrement, la loi fédérale sur l'encouragement du sport (LESp) du 17.6.2011. Deuxième, une série d'ordonnances précisent cette loi : l'Ordonnance sur l'encouragement du sport et de l'activité physique (OESp), l'Ordonnance sur les programmes et les projets d'encouragements du sport (OPESp) et l'Ordonnance de l'OFSPO concernant « Jeunesse+Sport » (O OFSPO J+S).

Le « guide pour la réalisation d'offres J+S Allround » paru en 2018, proposent plusieurs descriptions de ce que représente un cours J+S. La définition est attachée aux bases légales, en l'occurrence l'Art. 2 et 4 de l'Ordonnance sur les programmes d'encouragement du sport, abbrégée en OPESp. Selon ces articles, la définition d'un cours s'articule ainsi :

« Un cours comprend des activités dans les sports, pratiquées régulièrement :

a) Sous la conduite de moniteurs J+S ;
b) Dans un groupe stable ;
c) Pendant une durée minimale déterminée

Par activité, il faut comprendre une activité sportive unique et limitée dans le temps (leçon ou, entraînement) » (Art 2 et 4 OPESp).

En ce qui concerne les camps d'entraînement, il y a la possibilité d'en organiser en complément des cours dans le cadre d'une offre J+S. Ces camps sont réglementés dans l'Art. 7 OPESp. Tout ce qui concerne les grandeurs des groupes est fixé dans l'Art. 5 et 6 dans l'annexe 2 de l'OPESp : au minium trois enfants en âge de participer à J+S et au maximum 16 participants par moniteur (OFSPO, 2018). Deux « catégories » existent dans le programme J+S : le Sport des enfants, entre 5 et 10 ans, et le Sport des jeunes entre 10 et 20 ans (Art. 2 al. 1 OPESp). L'Art. 4, al. 1 et 2 de

l'OESp fixe qui peut participer au programme J+S : tous les enfants domiciliés en Suisse et au Liechtenstein peuvent participer aux cours. Les obligations des moniteurs sont décrites dans l'Art. 16 de l'OESp et l'Art. 31 de l'OPESp. Typiquement, les moniteurs peuvent diriger des cours s'ils possèdent la formation adaptée.

Autre les cours et les camps, deux autres sous-programmes complètent l'offre. L'offre « Sport scolaire » propose des heures de sport facultatives en dehors des heures d'éducation physique obligatoire de l'école (3h pendant la semaine). Les écoles sont en charge d'organiser ces cours J+S, ou des camps sportifs J+S, en pouvant compter sur le soutien de Jeunesse+Sport. Cette offre est vue comme « une passerelle vers le sport associatif » (Jeunesse+Sport, n.d)

Il permet de pratiquer du sport par groupe d'intérêt et sur une base facultative, mais s'inscrit surtout dans la structure quotidienne des écoles. Ce programme vise à pousser les jeunes à découvrir des nouveaux sports et à les pratiquer dans une association ou de manière individuelle.

Un autre programme visant la relève sportive était organisé par Jeunesse+Sport, mais il est géré dès 2018 par Swiss Olympic (Jeunesse+Sport, n.d).

3.2 Le programme « MidnightSports » de la Fondation IdéeSport

Depuis 1999, la Fondation IdéeSport met sur pied des offres pour promouvoir le mouvement. La Fondation IdéeSport propose des espaces gratuits aux enfants et aux adolescents, pour qu'ils puissent bouger et se découvrir. Le pilier central repose sur les salles de sport ouvertes. Les projets IdéeSport sont présents dans toute la Suisse. Trois programmes existent, mais nous allons nous concentrer sur le plus vieux d'entre eux, nommé « MidnightSports » qui s'adresse aux jeunes entre 13 et 17 ans. Ce programme, né du constat que les jeunes étaient de moins en moins actifs, passant beaucoup de temps devant les écrans. Mais les jeunes veulent tout de même se retrouver entre eux. Ils se retrouvent dès lors dans des lieux de l'espace public comme les gares, les parcs ou les arrêts de transport publics où émergent des problèmes liés à la consommation de drogues, d'alcool, de délinquance et de vandalisme. La Fondation IdéeSport « veut proposer une offre non-commerciale et adaptée aux jeunes, pour leur permettre d'avoir des loisirs actifs et porteurs de sens. » (Fondation IdéeSport, 2017). Lors de ces soirées, pas d'alcool, de cigarette ou de drogue n'est toléré.

Le programme MidnightSports ouvre les salles de sport chaque samedi soir hors vacances scolaires, pour les jeunes entre 13 et 17 ans. C'est une offre gratuite, sans inscription au préalable. Le but est d'offrir un lieu pour se rencontrer et pour bouger. Au-delà des activités sportives comme le basket, le foot, le volley-ball, des endroits de la salle sont aussi réservées à

des activités plus tranquilles, comme des jeux de sociétés. Ce programme se veut un instrument pour l'intégration social, lutte contre les comportements problématiques et contribue également à la prévention des addictions. En effet, de soirées spéciales sont organisées sur la prévention contre le tabac, notamment (Fondation IdéeSport, 2017). Les catégories sociales plutôt défavorisées sont fortement représentées dans le cadre du programme « MidnightSports » : puisqu'elles sont difficiles à atteindre dans le cadre de la promotion de la santé ou de certains comportements à risque, la prévention y est particulièrement importante.

Chaque projet est dirigé par deux co-chefs de projets, qui posent un cadre aux soirées et qui gèrent le côté administratif du projet. Ils font partis d'un groupe de planification, regroupant des acteurs sociaux importants, comme la police locale, des réseaux d'éducateurs, des associations de quartiers, des clubs sportifs ou les services des sports communaux (Fondation IdéeSport, 2017). Ensemble, ils définissent les objectifs et la stratégie à suivre.

Les chefs de projets sont soutenus par des « Coachs » : ce sont des jeunes qui sont recrutés par les chefs de projets pour les soutenir dans leurs tâches. Il y a deux types de coach : les « senior coachs », qui ont plus de 18 ans et qui possèdent plus de responsabilité, et les « junior coachs », qui sont des adolescents entre 14 et 17 ans, recrutés au sein même des participants au projet, ou dans les écoles du lieu d'implantation du programme. Ces coachs sont très importants dans le projet : en effet, il s'agit de proposer une offre pour les jeunes, par les jeunes. C'est eux qui conçoivent les soirées, proposent des activités, donnent leur opinion sur la gestion du projet et interviennent lors de problèmes (Fondation IdéeSport, 2017). Ce programme de « coachs » permet une certaine intégration sociale : en permettant à des jeunes parfois défavorisés à prendre des responsabilités, ils sont mis en valeur et rentrent dans un certain cadre, leur permettant d'acquérir de l'expérience professionnel.

Le programme « MidnightSports » est implanté dans plus de 107 communes en Suisse. En moyenne, 45 jeunes se rendent dans une salle de sport lors des soirées MidnightSports. Mais certains projets, comme celui de Bern West, accueille plus de 125 jeunes en moyenne par samedi soir. Le succès de ces soirées n'est pas démenti et démontre d'un vrai besoin pour ces jeunes. Le taux de participation des filles est d'environ 33% (Fondation IdéeSport, 2017).

3.3 Les camps Laureus Girls in Sport de la Fondation Laureus

La Fondation Laureus a été fondée par le directeur de l'entreprise Richemont en 2000. Nelson Mandela fut le premier parrain des Laureus Sport for Good, qui récompense, lors des Laureus Sport Awards, le travail et les réussites d'athlètes internationaux. Nelson Mandela, lors de la

première cérémonie en 2000, a déclaré : « Le sport a le pouvoir de changer le monde. Il a le pouvoir d'inspirer. Il a le pouvoir d'unir les gens comme peu d'autres. Il parle aux jeunes dans une langue qu'ils comprennent. Le sport peut créer de l'espoir, où autrefois il n'y avait que du désespoir. Il est plus puissant que les gouvernements pour faire tomber les barrières raciales. Il se rit de tous les types de discrimination ».[2]Les valeurs de la Fondation se base sur ce discours de Mandela, alors président d'Afrique du Sud.

L'objectif de Laureus Sport for Good est de promouvoir les bienfaits du sport chez les personnes défavorisées, afin d'améliorer l'intégration sociale, la prévention contre l'usage de drogue, de lutter contre le racisme, le SIDA et les tensions religieuses. Des Fondations nationales organisent des projets, selon les lignes directrices de la Fondation internationale. En Suisse, la Fondation Laureus est active depuis 2007 et propose plusieurs projets visant à l'inclusion et à l'intégration de personnes en situation difficile, mais en particuliers de jeunes, par le sport et les valeurs de respect, de dépassement de soi et de solidarité qu'il transmet (Fondation Laureus, 2017). En Suisse, la Fondation propose des projets variés : le projet « Blindsport » propose de détruire les barrières entre jeunes avec ou sans handicap, à travers des activités sportives. Un autre projet, « Laureus Street Soccer », promeut un accès facile au football, à travers une ligue de street-football, dans plus de 100 lieux en Suisse. A travers ce projet, l'objectif est d'apprendre de nouvelles choses dans le domaine de gestion de conflit, du courage citoyen et du fair-play.

Une particularité de la Fondation Laureus Schweiz est l'importance donnée à la promotion du sport chez les jeunes filles. En effet, suite à la constatation que les filles à partir de douze ans réduisaient parfois drastiquement leur activité physique quotidienne, la Fondation Laureus a décidé de s'engager dans son programme « Girls in Sports ». Chaque année, elle organise un deux camps, un en été et un hiver, en Suisse-allemande, où plus de 80 adolescentes participent à chacun des camps. Victimes de leur succès, le nombre de participantes a dû être réduit de 120 à 80 (réponses par E-mail et entretien téléphonique avec E., 2018). Dans ce cadre, des activités physiques et du sport sont organisés, mais également des ateliers sur l'alimentation et le bien-être. Les filles peuvent choisir chaque jour quel sport elles veulent expérimenter. Un workshop sur un thème à choix est également organisé. Trois repas en commun par jour sont préparés (Fondation Laureus, 2018). Des activités spéciales comme une petite randonnée avec Sarah Meier, une ancienne patineuse professionnelle, sont obligatoires. Le soir, des jeux, des grillades et une soirée disco sont organisés (Fondation Laureus, 2018). Le but est de motiver ces

[2] Traduction de l'auteur du travail

adolescentes à bouger plus, car le sport leur permet de se développer personnellement et dans la société. Ces camps sont visités par les ambassadeurs de la Fondation Laureus, surtout des femmes, afin d'insister sur le concept de modèle (Gramespacher, 2016). En 2018, une unihockeyeuse faisant partie de l'équipe suisse sera notamment présente pour présenter le workshop sur l'unihockey. Des activités ponctuelles, appelées 'events' sont également organisées au cours de l'année. Ces camps sont évalués de très près afin de les optimiser au mieux pour l'année suivante. Des sondages avaient déjà été réalisés dans la phase de la conception, mais également à la fin de chaque camp.

Pour aller plus loin, la Fondation Laureus a créé un centre de compétence, soutenu par l'OFSPO et la Fachhochschule Nordwestschweiz, visant à trouver de nouveaux concepts dans la promotion du sport chez les filles. Dans un document « Zur Förderung des vereinsportlichen Engagements 10-14-jähriger Mädchen in der Schweiz », publié en 2013, la Fondation Laureus a mandaté des chercheurs de plusieurs hautes écoles suisses. En interrogeant certaines participantes à leur camp, les auteurs de l'article ont pu mettre en évidence certains souhaits des jeunes filles, comme par un grand choix d'activités, pas seulement sportive, avec des lieux où il est possible de se reposer. La localisation de ce « centre sportif » devrait se situer le plus près possible de leur endroit de vie (Gramespacher, 2016).

3.4 Le programme Gorilla de la Fondation Schtifti

Le programme Gorilla a été conceptualisé par la Fondation Schtifti, qui « œuvre en faveur de la joie de vivre et du bien-être des enfants et des jeunes à travers les sports freestyle, les encourageant ainsi à bouger et à avoir une alimentation équilibrée » (Schtifti, n.d).

La Fondation Schtifti a été fondée en 2003 par Ernesto Silvani et Roger Grolimund. Ils ont investi l'héritage de leur grand-mère et de leur mère pour s'engager activement en première ligne pour la santé des enfants et des jeunes (Schtifti, n.d). Les deux fondateurs, passionnés de sport freestyle, comme le skateboard et le snowboard, décide de promouvoir la santé et de faire de la prévention en passant par les sports freestyle. En 2010, le programme Gorilla est lancé. Il s'agit d'un programme visant les enfants, adolescents et jeunes adultes, avec ou sans handicap physique ou mental. Chaque année, plus de 195'000 enfants et adolescents participent au programme. L'objectif du programme est de « transmettre le plaisir de faire de l'exercice grâce aux sports freestyle et à la détente, informer les jeunes et les motiver à se tourner vers une alimentation équilibrée à base de produits de saison, les sensibiliser à une consommation durable » (Gorilla, 2017). Il existe toute une multitude d'éléments mis à disposition permettant

de faire de la promotion de l'activité physique, de l'alimentation équilibré et sur la consommation durable. Par exemple, des livrets de cuisine, une application pour smartphone, un site internet (gorilla.ch), des modules d'e-learning et un « powergame ». Mais leur offre principale est des workshops organisés dans des écoles, appelés « Journée Gorilla Workshop ». Lors de ces journées, de jeunes sportifs freestyle et des professionnels de la nutrition se rendent dans les écoles pour une journée de workshop : le matin, les élèves peuvent choisir une discipline sportive qu'ils pourront découvrir, comme par exemple, le bike, le breakdance, la capoiera, le footbag, l'ultimate frisbee, le slalomboard ou le longboard. Puis, avant le repas de midi, les diététiciens de la Fondation Schtifti présentent aux enfants la composition de la pyramide alimentaire et ils préparent selon leurs goûts leur propre birchermüesli (Gorilla, 2017). Pour le repas de midi, les élèves peuvent préparer leur propre sandwich à partir d'un grand buffet. L'après-midi, les spécialistes présents leur propose différents workshops et ateliers sur différents thèmes, comme sur le recyclage des déchets, sur l'alimentation durable ainsi que sur le bien-être psychologique et sur la détente (Gorilla, 2017). Ce genre de workshop se déroule principalement sur une journée, mais il est possible de l'adapter selon les possibilités de l'école où se passe l'atelier.

La Fondation Schtifti a également mis en place un site internet, qui propose des recettes de cuisine saine, des vidéos de sports freestyle du style 'tutorielles', qui donnent des conseils pour s'améliorer dans une certaine discipline. Gorilla est possède également un système d'ambassadeur, qui représente le programme et participent aux workshops. Des sportifs comme Virginie Faivre (multiple championne du monde de Freeski) ou Markus Keller (snowboarder et participant aux Jeux Olympiques de 2010), et le célèbre cuisiner Ivo Adam, sont des ambassadeurs du programme.

Une évaluation du programme par Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG a été effectué et donne des résultats encourageants. Un questionnaire a été rempli par 1000 enfants, en 2014 et 2015, trois semaines après leur participation à l'un des ateliers. 82% des enfants veulent bouger plus après l'atelier, 51% boivent plus d'eau, 44% consomment moins de boissons sucrées et énergétiques et 43% mangent plus de fruits. Entre 2011 à 2015, 16'900 enfants et adolescents ont participé à une journée d'atelier Gorilla (Fondation Schtifti, 2016). Depuis 2015, Gorilla a grandi et propose des workshops en Autriche, en Allemagne et au Liechtenstein. Le programme a gagné de nombreux prix, notamment le Prix de l'Égalité de la Ville de Zurich en 2013.

4. Description de la méthodologie utilisée

Pour l'approfondissement de la théorie, la méthode qualitative a été choisie. En effet, puisqu'il existe peu de données statistiques sur ce thème et que le but de ce travail est de mettre en évidence des stratégies, il semblait pertinent d'utiliser cette méthode pour cette analyse. Un document de Kohn & Christiaens (2014) donne une définition de Mays et Pope (1995) intéressante de ce moyen d'enquête : « Le but de la recherche qualitative est de développer des concepts qui aident à la compréhension de phénomènes sociaux dans leur environnement naturel, en mettant l'accent sur les significations, les expériences et les points de vue des participants[3]» (p.69).

Selon Kohn & Christiaens (2014), la recherche qualitative est une manière de regarder la réalité sociale. Ainsi, il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Il est possible de rassembler des données par de nombreux moyens, mais les plus fréquents sont l'observation et les entretiens, cette dernière méthode et étant également celle utilisée dans ce travail. Pour Kohn & Christians (2014), « les avantages d'une collecte de données qualitatives bien menée résident précisément dans la richesse des données collectées et la compréhension plus en profondeur du problème étudié. »

Cette manière de faire permet de décrire un phénomène, mais également de le comprendre de manière plus significative. Les questions typiques générées par ce genre de méthodes sont les suivantes : qu'est-ce qu'il se passe ? Quelles sont les dimensions du concept ? Quelles variations peuvent exister ? Pourquoi est-ce que cela se passe ? (Kohn & Christiaens, 2014). Ces questions permettent de donner une direction au questionnaire pour les entretiens individuels.

Une spécificité de ce type de recherche est qu'elle permet d'étudier un sujet dans un milieu naturel, au contraire des méthodes quantitatives, qui font recours à l'expérimentation dans des milieux artificiels (Kohn & Christiaens, 2014). Pour les deux auteurs, la recherche qualitative est une manière d'observer la réalité sociale : cette méthode « englobe toutes les formes de recherche sur le terrain non numérique, tels que les mots et les récits. Il existe différentes sources de données qualitatives, telles que les observations, l'analyse de documents, les entretiens, les images ou vidéos, etc. » (Kohn & Christiaens, 2014, p. 69). De plus, la méthode qualitative permet d'obtenir des explications plus poussées sur un phénomène.

[3] Traduction par l'auteure du travail

Pour ce travail, il a été décidé d'approfondir le sujet par le biais d'entretiens. Il en existe plusieurs types (Fenneteau, 2015, p. 9):

- La technique dite directive : il s'agit d'orienter les interviewés dans le cadre défini du questionnaire (Fenneteau, 2015, p.9).
- Les interviews non-directives : ils visent à faire émerger une parole libre, loin des non-dits. Le but est d'encourager les interviewés à développer en profondeur un sujet (Fenneteau, 2015, p.9)
- Une technique, mixte, semi-directive mélange les deux techniques : elle vise à interviewer la personne et à lui laisser une certaine liberté pour parler de certains sujets (Fenneteau, 2015, p.9).

La dernière technique, semi-directive, a été retenue pour notre série d'entretiens. Ce choix est particulièrement pertinent car l'objectif de ce travail est d'identifier des points de vue différents, des attitudes et les expériences des experts choisis (Kohn & Christiaens, 2014).

Les entretiens seront anonymisés. Pour des raisons d'éthique, les noms des experts seront remplacés par l'initial de leur prénom Nous nous sommes appuyés sur le livre de Gläser & Laudel (2010, p.279) pour la marche à suivre. L'objectif est de ne jamais donner des informations directes sur les experts, comme leur poste précis ou leur lieu de travail, mais des informations indirectes (domaine de formation, par exemple). En effet, malgré leur rôle de représentation d'une organisation, ils ont le droit à une protection par rapport au fait qu'ils soient des experts dans le cadre de ce travail de master. Gläser & Laudel (2010) conseillent notamment de changer les détails qui permettent une identification trop facile des interviewés (p. 280). Les noms des Fondations qui conçoivent les programmes seront maintenus : la description de celles-ci permet de toute façon leur identification.

4.1 Méthode d'analyse des résultats

Pour Kohn et Christiaens, les techniques pour analyser les données dans la méthode qualitatives ne sont pas faciles à décrire : il n'y a pas de standards universels (2014). Plusieurs approches existent : par exemple l'analyse thématique, l'approche inductive générale ou la théorie ancrée (Kohn & Christiaens, 2014). Dans un premier temps nous allons décrire purement les résultats ; ensuite, nous allons analyser les thématiques qui y ressortent en faisant des liens avec le cadre théorique, dans une perspective inductive (selon laquelle « les thèmes émergent des données ») afin d'obtenir des explications sur les résultats (Kohn & Christiaens, 2014). Puis, les pratiques

principales qui sont mises en place pour l'intégration des filles seront résumées dans une dernière partie. Finalement, nous vérifierons ou validerons nos hypothèses.

4.2 Présentation du questionnaire

Pour la formulation des questions et le déroulement des entretiens, le livre d'Hildebrandt, Jäckle, Wolf & Heindl, paru en 2015, donne de précieux conseils sur la préparation de l'entretien et sur son déroulement. Ils préconisent notamment de ne pas faire plus de 15 questions, pour couvrir le sujet sans perdre de vue l'objectif principal (p.248). Dans notre cas, les entretiens, d'une durée de 30 minutes, seront enregistrés, afin de permettre une analyse précise du contenu et de ne pas perdre trop d'informations. Sur quatre programmes étudiés, la représentante de Jeunesse+Sport a demandé si elle pouvait plutôt répondre par e-mail aux questions en allemand, ce qui a été accepté. Deux entretiens se dérouleront en français. Suite à un imprévu, la représentante de Laureus Fondation a répondu aux questions par e-mail. Nous avons ensuite complété le questionnaire par téléphone quelques jours plus tard. Il n'a pas été possible de faire tout en français car la langue maternelle de certains de nos interlocuteurs était l'allemand. Les réponses en allemand seront traduites en français par l'auteure de ce travail et corrigée par une traductrice.

Le questionnaire est divisé en trois parties. La première partie met en évidence des questions plus factuelles, comme le taux de participation des filles, si des femmes sont responsables de la stratégie et la mise en place des programmes ou si des femmes occupent des positions stratégiques dans le conseil d'administration ou de fondation. Une dernière question complète cette partie : est-ce que les moniteurs/entraîneurs/chefs de projets reçoivent une formation sur les questions de genre ?

La deuxième partie cherche à identifier les stratégies mises en œuvre. Les questions s'articulent sur la formalisation d'une stratégie, sur les moyens mis en place pour répondre aux envies différentes des adolescents et des adolescentes, sur d'éventuels sondages pour identifier les souhaits des filles et finalement, sur la priorité accordée à l'intégration des filles

La dernière partie questionne les barrières à la participation des filles : il est notamment demandé aux experts s'ils sont conscients de certains obstacles structurels ou culturels, qui empêchent les filles de participer à ce programme et dans quelle mesure ils en tiennent compte dans la conception des programmes et des discussions avec des acteurs publics.

4.3 Personnes

Quatre personnes seront interviewées dans le cadre de cette recherche. La première personne est R., responsable des programmes au niveau romand chez la Fondation Schtifti. Elle est titulaire d'un Master en Psychologie et travaille depuis 2 ans à la Fondation Schtifti.

J. est la responsable du département 'Intégration et prévention' à l'OFSPO. Elle a étudié les sciences du sport et s'est spécialisée dans les questions de participation.

E. est la manager de la Fondation Laureus. Elle a une formation en relations publiques et a travaillé pour plusieurs fondations dans le domaine du sport, comme la Schweizer Sporthilfe.

Finalement, O., est responsable pour la Romandie pour la Fondation IdéeSport. Il possède un master en management du sport et est devenu responsable du bureau en 2015, avant d'avoir également été enseignant de sport.

5. Résultats des entretiens

Les entretiens sont décrits et analysés dans ce chapitre. Une première partie décrit et compare purement les programmes entre eux, sans interprétation. La partie 5.2 fera le lien entre la théorie et les résultats des entretiens. Puis, nous nous intéresserons aux limites de ce travail et des problèmes qui sont apparus. Finalement, nous discuterons dans une dernière partie des résultats et ferons une synthèse de ce travail.

5.1 Description des résultats

Nous allons décrire les résultats selon les trois parties du questionnaire : les questions d'ordre factuelles, puis sur la stratégie mise en œuvre et finalement sur les barrières perçues. Il est d'ores et déjà important de relever que ces quatre programmes, bien que financés de manière publique et faisant souvent partie du même réseau – la Fondation 3 a financé la Fondation IdéeSport-, n'ont pas forcément la même vision et les mêmes méthodes.

5.1.1 Première partie du questionnaire : questions factuelles.

Concernant le taux de participation des filles, ils sont inégaux entre les programmes. La Fondation IdéeSport, table sur un taux entre 30 et 35% de participation au niveau national (Entretien avec O., 2018). La Fondation Laureus, pour son programme destiné aux filles Girls in Sport, présente un taux logique de participation à 100%. J+S a un taux de participation de 41%. Quant à la Fondation Schtifti, responsable du programme Gorilla, elle ne tient pas de statistiques, car leur projet se déroule t uniquement dans les écoles. Ce taux est plus ou moins stable chaque année pour toutes les Fondations. J+S note une évolution de la participation générale, donc aussi de la participation des filles. Des femmes participent à la mise en place de programme dans chaque fondation. Mais des différences sont à noter en ce qui concerne la représentation dans les conseils de Fondation. En effet, la Fondation Laureus n'a aucune femme dans son conseil de Fondation. La proportion des femmes est d'environ 1/3 chez IdéeSport. Chez Schtifti, des femmes sont présentes, sans savoir précisément combien. J+S, n'a pas répondu à cette question. En ce qui concerne la question 5 concernant les formations sur les questions de genre, aucun programme n'intègre cette thématique. Pour O., de la Fondation IdéeSport (2018), « [nous] n'avons pas [de formation] spécifiquement sur les questions de genre. […] C'est assez rare mais il y a déjà eu ». Chez Laureus, « [la] cheffe de projet a travaillé pendant longtemps avec des jeunes et des filles et apporte des connaissances profondes sur la thématique du genre » (Réponses par e-mail et entretien téléphonique avec E., 2018).

5.1.2 Deuxième partie : questions sur la stratégie.

Pour la première question de cette partie, sur la formalisation d'une éventuelle stratégie, seule la Fondation Laureus Girls in Sport a développé un tel processus. Pour le programme Gorilla, « la seule stratégie qu'on a, c'est de ne pas faire de différence [entre filles et garçons] » (Entretien avec R., 2018). Chez IdéeSport, pas de stratégie non plus mais de la documentation : « on a des chapitres dans certains documents qui expliquent comment améliorer [la participation des filles]. […] Pas de stratégie qui existe, mais ce serait quelque chose d'intéressant » (Entretien avec O., 2018). Chez J+S, aucune stratégie, mais un projet sur pour la promotion du sport chez les filles est prévu d'ici quelques années (Réponses par e-mail de J., 2018).

La question suivante s'intéresse à la mise en place de camps, d'évènements, de cours, qui répondent aux besoins des différents sexes. Pour le programme Gorilla et J+S, aucune différence n'est faite. Chez IdéeSport, « l'idée c'est de proposer un maximum d'activités qui assurent une bonne mixité et parfois des activités ciblées […] où l'on se dit, ça va intéresser les filles. […] On essaie d'éviter les activités stéréotypées, genre atelier maquillage. Mais ça dépend pas mal des chefs de projets » (Entretien avec O., 2018). Quant à Laureus, un de leur projet est un camp mixte d'ici l'année prochaine : « nous sommes dans la phase de conceptualisation et un des aspects importants est justement de satisfaire ces besoins différents. »

Puis, la question 8 s'intéresse à la conceptualisation des programmes et si les envies des filles sont prises en compte. Dans le cadre du programme Gorilla, aucun sondage n'est effectué (Entretien avec R., 2018). Chez J+S, dans le cadre du projet pour la promotion du sport chez les filles, une analyse de leurs besoins sera peut-être réalisée. A IdéeSport, les sondages sont effectués chez les deux sexes, sans distinction. Mais si on a une faible représentation des filles, ou d'une tranche d'âge, « on leur prête une attention particulière pour comprendre pourquoi ils viennent moins, qu'est-ce qu'il pourrait leur plaire. Mais tout cela se fait de manière informelle et assez peu balisée » (Entretien avec O., 2018). Chez Laureus, les conceptrices/eurs des camps prennent en compte les besoins pendant la phase de conceptualisation, mais également à la fin du camp avec un sondage qui permettra d'optimiser le camp pour l'année prochaine (Réponses par e-mail et entretien téléphonique avec E., 2018).

A propos de la question 9 sur la priorisation de l'intégration des filles, la Fondation Schtifti précise, « ce n'est pas une priorité bien que ça nous tienne à cœur » (Entretien avec E. Wyler, 2018). Pour J+S, « avec l'intégration, respectivement la promotion du sport des personnes en situation d'handicap et issues du contexte migratoire, la promotion du sport chez les filles devrait

devenir un autre groupe cible dans le service intégration et prévention mais aussi chez J+S ». Chez IdéeSport, « c'est un des objectifs, […], c'est un axe de travail qui demande [des efforts] spécifiques pour au moins assurer un tiers [de participation des filles] au niveau suisse » (Entretien avec O., 2018). Par contre, Laureus en a fait une de ses priorités et s'engagent dans d'autres formes d'actions : « […]Nos collaboratrices du projet Laureus Girls in Sport s'engagent à développer cette thématique, qu'il s'agisse du maintien de réseaux spécifiques à la jeunesse comme l'AFAJ, de l'échange actif avec le BASPO pour les questions de genre, et bien sûr, de la formation continue dans le domaine du travail des jeunes et des filles » (Réponses par e-mail et entretien téléphonique avec E., 2018). La Fondation IdéeSport et la Fondation Laureus participent parfois à des congrès sur ce thème.

5.1.3 Troisième partie du questionnaire : barrières quant à la participation des filles

La question 10 s'intéresse à ce que peuvent être les barrières (accès au programme, coût, culture, perception du corps, environnement socio-culturel, etc.), qui empêchent les filles de participer aux activités. Selon R., de la Fondation Schtifti, « les barrières qui empêchent les filles [de participer], c'est surtout [leur] propre perception du corps, le manque de confiance en soi, peut-être aussi la comparaison par rapport aux garçons, je pense que c'est plus facile [pour elles] de participer si c'est que des filles, que s'il y a la comparaison et les genders roles qui sont bien définis ». Pour la Fondation IdéeSport, les barrières sont « symboliques » et pas structurelles. Par exemple, même si l'accès au MidnightSport est le même, la permission des parents entre filles et garçons peut varier. Selon O., cela dépend aussi énormément de l'identité du projet. Un projet MidnightSport dans un contexte urbain, avec une population multiculturelle aura peut-être un pourcentage moins élevé de filles qu'un projet dans une région périphérique. Pour lui, l'âge joue aussi un grand rôle : « Le niveau de maturité des garçons et des filles [est différent], on le voit bien, quand on travaille sur le programme OpenSunday (ndr : un programme destiné aux enfants entre 6 et 12 ans), on n'a pas besoin de faire ce travail-là. […] La participation est presque de 50-50. C'est le domaine de l'enfance. Les problèmes à l'adolescence c'est beaucoup lié à la tranche d'âge pour moi. » Dans le cadre du programme MidnightSport, beaucoup d'autonomie est laissé aux chefs de projets, qui gère un projet de manière très indépendante. C'est pourquoi qu'O. insiste sur l'identité du projet : « Si les filles pensent que c'est un projet adapté pour elles, qu'elles vont avoir du plaisir, s'amuser, s'y retrouver, alors elles vont venir. Le problème [vient] des garçons qui souvent s'accaparent un peu les lieux et […] qui évoluent moins dans un cadre de rencontre, d'évènementiel. […] Donc si c'est un lieu de sport avec

ballons, plus compétitif, les filles n'ont pas de plaisir à venir jouer » (Entretien avec O., 2018). J+S n'a pas répondu à cette question. Quant à la Fondation Laureus, elle a analysé les barrières et proposé des solutions dans un rapport, en collaboration avec l'OFSPO et Promotion Santé Suisse. Par exemple, les filles veulent des modèles féminins comme monitrices, pouvoir faire du sport avec leurs amies, pratiquer différentes activités sportives et chercher des activités sportives sur un portail en ligne (Gramespacher et al., 2013). De plus, des ambassadrices, comme des athlètes professionnelles, viennent dans les camps. Les filles voient ainsi que c'est « possible ». Les jeunes filles voient aussi la participation à un club de manière négative, à cause de la participation parfois obligatoire aux compétitions. E. explique aussi que parfois certaines barrières sont aussi toutes relatives : dans le cadre de leur camp, les sports les plus populaires sont la danse et le football (Réponses par E-mail et entretien téléphonique avec E., 2018). Jeunesse+Sport s'est basé sur des recherches scientifiques pour répondre à cette question : « D'un point de vue scientifique, les stéréotypes sur les sexes jouent un grand rôle de barrière dans les familles, en particulier à propos de de sport comme le hockey sur glace ou la boxe. Les filles et les garçons ont aussi des besoins différents : les filles sont mois orientées compétition, elles aiment se détendre, le bien-être et le contact avec la nature. Leurs sports préférés sont la danse, la gymnastique et l'équitation » (Réponse par mail de J., 2018).

Puis, le questionnaire s'intéresse aux barrières structurelles, comme le coût ou l'accès au programme/camp/cours. Dans le cadre du programme Gorilla, les obstacles sont moindres : « […] Tous les enfants en Suisse doivent aller à l'école, donc y'a pas de barrières en plus par rapport à ça, […] c'est les écoles qui paient et pas les élèves. Donc il y a pas de barrière de coûts, les parents doivent pas payer comme dans d'autres programmes, ou […] si elles font du sport dans un club et faut les conduire au stade, ou à la salle de sport » (Entretien avec R., 2018). Pour la Fondation Laureus, cette question est très importante : « le camp coûte 100.- symboliques. Ce montant devrait permettre aux filles issues de familles qui n'ont pas beaucoup de moyens de participer malgré tout et de faire du sport pendant les vacances. Si une participante n'est pas en mesure de payer, Laureus se charge entièrement des frais de participation. » Concernant les transports, un trajet en bus aller-retour est organisé depuis un point de rencontre à Zürich pour qu'elles effectuent le trajet en toute sécurité (Réponses par mail et entretien téléphonique avec E., 2018). A la Fondation IdéeSport, cette question a une grande importance également. Pour O., ces questions sont « la base [de tout projet] ». Choisir le lieu du projet et les horaires sont fondamentaux dans la conception du projet. Tous les projets sont gratuits. J+S n'a pas répondu à cette question.

Puis, nous nous sommes intéressés aux collaborations avec les acteurs publics : la Fondation Schtifti essaie d'inclure les acteurs publics dans leur projet. En effet, pour mettre en place leur programme Gorilla, les responsables prennent contact avec les départements cantonaux de la santé, pour présenter leur projet et obtenir un éventuel financement, car toutes les écoles n'ont pas les mêmes moyens. Ils soulignent l'importance des critères de santé de leur programme, y compris la prise en compte de la santé psychique (Entretien avec R., 2018). Il n'y aucune réflexion de ce genre chez Jeunesse+Sport. Chez IdéeSport, il n'y a pas de groupe de réflexion sur le thème de la promotion des filles, mais une discussion générale avec d'autres points dans le cadre d'un groupe de planification (ndlr : qui réunit des acteurs de la commune d'implantation du projet, la police locale, des représentants d'associations de jeunes, etc.). A Laureus, la collaboration avec des acteurs publics est importante, notamment avec Promotion Santé Suisse, l'OFSPO et la Haute école spécialisée du nord-ouest de la Suisse. Ces acteurs ont créé, avec la Fondation Laureus, une sorte de plateforme de compétences. Dans ce cadre-là, « nous avons pu participer à la rédaction de l'édition du 08/2016 de « mobilesport.ch » sur la promotion du sport chez les filles (Réponses par e-mail et entretien téléphonique avec E., 2018) ».

La thématique de la puberté et de la perception du corps a été questionnées, pour savoir si les programmes intégraient des solutions particulières. Chez IdéeSport, « des activités peuvent être réservées aux filles […]. C'est assez rare que ce soit juste pour les filles et interdit pour les garçons. C'est un peu selon la volonté des chefs de projets et selon chaque projet. […] C'est pas systématiquement pensé par rapport à la perception du corps féminin à l'adolescence. […] ça en fait partie, c'est clair, mais c'est pas la réflexion principale » (Entretien avec O., 2018). O. pense que la puberté n'est pas la raison principale qui explique pourquoi le taux de participation de ce programme n'est pas à 50%. ; il est sceptique au sujet des activités non-mixtes et regrette l'usage d'activités stéréotypées. Il observe que lorsque qu'il y la possibilité d'avoir des espaces plus tranquilles, sans avoir des ballons qui volent partout, cela a un impact positif sur la participation des filles. Ne pas avoir ce genre d'espace aurait un impact négatif sur la participation des filles et l'objectif global de mixité est raté. A la Fondation Laureus, E. se réfère au document 'Kriterien für Mädchensportangebote ', qui décrit des solutions pour ce genre de problème (proposer une offre variée, pouvoir faire du sport entre amies, etc). Un des points importants des camps de Laureus est l'organisation de workshops journaliers où les filles peuvent s'exprimer librement sur des sujets qui leur tiennent à cœur. Plusieurs d'entre elles, vivant des situations parfois difficiles à la maison, se confient pendant ou à l'issu de ces workshops auprès des monitrices, qui peuvent, dans la mesure du possible, les écouter, les orienter et les conseiller (réponses par

e-mail et entretien téléphonique avec E., 2018). Jeunesse+Sport a répondu que ces problèmes devraient être analysés dans le futur. R. de la Fondation Schtifti explique qu'aucune solution n'est mise en place, car ils n'ont jamais eu ce genre de problème : « Tous les élèves arrivent déjà en habits de sport, toute la journée est faite tous ensemble sans moment où il y aura des séparations, surtout pas en fonction du sexe. […] Ça fait deux ans que je donne les cours en tant que coach de skateboard […] et j'ai jamais vu d'élèves qui ne voulaient pas participer […]. Je pense que le fait qu'on laisse pas le choix de faire ou de pas faire est une force, car voilà, la question se pose pas vraiment et du coup elles font ». R. rajoute que certains sports sont plus accessibles aux filles, comme le break-dance et la capoeira, et que généralement, les participants se répartissent de manière plutôt égale dans les sports. Elle explique également que le fait d'avoir un modèle féminin aide à motiver les filles, que même si le skateboard représente une plus grande barrière pour elles, il y a toujours une grande partie des étudiantes qui y participent.

Finalement, la dernière question s'intéressait à l'avis des personnes travaillant sur le terrain, dans quelle mesure elles identifiaient de nouvelles barrières à la participation de filles à leur programme et si cette problématique était une discussion entre les collaborateurs. Jeunesse+Sport n'a pas répondu à cette question. Chez la Fondation Schtifti, c'est une question qui revient souvent entre collaborateurs : « la différence entre garçons et filles, c'est souvent un sujet et on en parle beaucoup parce que ça nous tient à cœur et c'est justement aussi pour ça qu'on veut activement ne pas faire de différence et activement pas faire quelque chose spécialisé pour les filles mais plutôt par la présence de coachs féminins, montre l'exemple et directement dans notre attitude motiver les filles mais pas en faire un sujet. (Entretien avec R., 2018). » Lors des camps de la Fondation Laureus, une évaluation est effectuée après les camps, afin d'optimiser au mieux les prochains camps. Chez IdéeSport, les responsables reçoivent souvent des retours différents de ce qu'ils imaginaient lorsqu'est lancée la phase pilote d'un projet : « On s'aperçoit aussi que, on a quand même en tant que coordinateur l'expérience des différents projets et il y a des spécificités à chaque projet, mais après si la participation des filles est moins importante dans un projet, c'est une réalité commune avec d'autres projets et on arrive à comprendre ce qu'il se passe ». Il ajoute également l'importance de bien comprendre d'où viennent les groupes ethniques, les cultures et analyser les différences cantonales et parfois de quartier. Si lui en tant que coordinateur de projet a une vision plus globale lui permettant de mieux étudier les situations et proposer des solutions, les chefs de projets ont parfois plus de mal à faire ces liens et à bien comprendre le contexte d'un projet (Entretien avec O., 2018).

5.2 Interprétation des résultats

5.2.1 Analyse de la première partie du questionnaire

Par rapport au taux de participation des filles, les différences sont assez importantes entre les programmes qui s'expliquent par la nature même de leur concept d'implantation. Trois programmes sur quatre (Laureus Girls in Sport, MidnightSport, J+S) sont volontaires, c'est-à-dire que la participation à ces offres est facultative. Dans le cas de Gorilla de la Fondation Schtifti, la situation est différente : en effet, ce projet se déploie dans les écoles, qui organisent elles-mêmes cette journée avec l'aide des responsables de Gorilla. Dès lors, la participation est la même de ce qu'on l'on pourrait attendre lors d'une journée normale d'école. Ce point est assez fondamental et soulève plusieurs éléments. Les programmes facultatifs comme MidnightSport et Jeunesse+Sport ont une participation de respectivement 30-35% et de 41%. Si O. a donné plusieurs explications (maturité, identité du projet, cultures), ces résultats pourraient également être dû au fait que les filles sont moins poussées à faire du sport de manière facultative, comme expliqué dans le rapport québécois d'Amireault et al., en 2014. Comme O. le décrit dans notre entretien, la permission accordée par les parents de filles ou de garçons peut énormément varier, surtout dans certains projets plus urbains, ou de nombreuses cultures se côtoient. Le programme Gorilla possède l'avantage, d'avoir lieu dans les écoles. Les enfants vivant en Suisse n'ont pas le choix d'y aller et ont l'obligation de participer à la journée organisée par la Fondation Schtifti. Passer par l'école permet de toucher toutes les tranches de population sans faire de discrimination entre filles et garçons. Pour le cas de la Fondation Laureus, le succès de ces camps démontre un besoin bien présent (ndr : malgré leur succès, la participation a dû être baissée de 120 à 80 filles pour permettre un meilleur encadrement), preuve que la Fondation Laureus a peut-être trouvé une formule efficace pour promouvoir la participation des filles. L'amitié évoquée par le rapport québécois comme facteur favorisant la participation des filles, s'inscrit probablement dans cette structure et concept de programme (Amireault et al., 2014).

Concernant la présence de femmes dans le conseil de fondation ou d'administration des programmes étudiés, il est intéressant de constater que si toutes les fondations ont un taux plutôt égal de femmes et d'hommes au sein de leurs collaborateurs, les femmes sont très peu représentées dans les conseils de fondation (aucune chez Laureus, 1/3 chez IdéeSport, pas de réponse chez J+S et « quelques-unes » chez Schtifti). Ceci est un fait qui est en accord avec les tendances actuelles, ou les femmes ont toujours de la peine à intégrer ce genre de conseil. Nous nous posons la question de savoir si la présence égalitaire des femmes dans diverses directions, que certaines politiques rendent contraignantes, influencerait le développement de programmes

ciblés sur la participation des filles. Les différentes fondations ne proposent pas de formations spécifiques liées au genre à leurs collaborateurs. Nous émettons l'hypothèse que le problème de participation des filles n'est pas forcément prioritaire dans ces organismes.

Une autre raison est que le sport a longtemps été mis de côté par le mouvement féministe : la première esquisse d'une promotion du sport pour les femmes au niveau international est née avec la déclaration de Brighton dans les années 90 (Sever, 2005). Le droit Suisse sur la promotion du sport inclut les femmes après la seconde guerre mondiale, et le principe d'égalité entre hommes et femmes est inscrit en 1981 dans la Constitution fédérale (Bigler & Zbinden, 2012). Ainsi les femmes sont admises dans les courses populaires comme Morat Fribourg, depuis 1977, témoignant encore de la relative nouveauté du sujet (Bournand, 2016). Si les femmes, pratiquent presque autant de sport que les hommes selon le rapport Sport Suisse 2014, il faut remarquer que la participation des femmes dans certains sports, surtout ceux stéréotypés comme « masculins », est très faible.

5.2.2 Analyse de la deuxième partie du questionnaire

La deuxième partie du questionnaire s'intéresse aux stratégies mises en place pour faciliter la participation des filles ; seule la Fondation Laureus a développé un concept spécifique. Les fondations étudiées abordent une approche différente face au sport féminin. Chez J+S et Gorilla, les garçons et filles et sont considérés comme étant égaux. Le programme Gorilla a une approche singulière car intégré à l'école obligatoire et la question de la participation des filles ne se pose pas.

La mixité dans les cours de sport est souvent débattue, comme en témoignent plusieurs articles analysés dans la partie théorique de ce travail. Cogérino (2007) et Vigneron (2007) émettent leur scepticisme par rapport à des activités mixtes, qui ont souvent lieu lors d'activités considérées comme masculines. Mais Gorilla propose des animations variées dont peu de jeunes sont finalement familiers tels que les sports freestyle, comme le breakdance : puisque tout le monde a le même niveau de base, cela peut encourager la participation des filles. Chez J+S, cette question n'a pas été suffisamment répondue pour être plus approfondie.

Pour IdéeSport, aucune stratégie n'est mise explicitement en place, mais O. fait état de documentation qui explique comment améliorer la participation des filles de manière générale. Les projets IdéeSport sont gérés par les chefs de projets, qui ont une grande responsabilité en ce qui concerne l'implantation des stratégies. La participation féminine peut dès lors varier d'un projet à l'autre, suivant les priorités des chefs de projets, les moyens mis en place et l'identité

du projet. Chez Laureus, la question a été étudié profondément, notamment grâce aux collaborations avec l'OFSPO et de la Haute-Ecole du Nord-Ouest de la Suisse. A l'aide de sondage et d'études, la Fondation propose une offre en adéquation avec les envies et les besoins des filles. Cette stratégie se concrétise au-travers de leur camp, qui devrait représenter au mieux ce que les filles souhaitent dans le domaine du sport. D'ailleurs, cela est en adéquation avec les conseils d'Amireault et al., (2014). En effet, le rapport mandaté par le gouvernement du Québec en 2014, met en évidence l'importance d'intégrer leurs envies et leurs idées dans la conception de projets ou de cours sportifs, qu'ils soient mixtes ou pas. Les impliquer dans le choix des activités sportives peuvent les motiver à participer davantage (Amireault, 2014).

La deuxième question s'intéresse précisément aux moyens mis en place lors d'évènements mixtes. Pour R., de la Fondation Schtifti, il est clair aucune différence n'est faite car aucun problème de participation n'apparaît. Chez IdéeSport, le but est d'offrir une grande variété d'activités afin de satisfaire le plus de jeunes possibles, et donc aussi les filles. Selon O., le but est d'éviter de promouvoir des activités stéréotypées, comme les ateliers maquillage pour les filles. En élargissant la diversité des activités, on touche un plus grand nombre de jeunes, et indirectement des filles. Un camp mixte sera prévu chez Laureus et des activités différenciées seront organisées afin de respecter au mieux les besoins s des garçons et des filles. Pour cette question, les moyens mis en place sont différents, en cohérence avec les stratégies des Fondations. Il serait intéressant de voir le résultat du camp mixte de Laureus, l'année prochaine, pour voir quel est l'impact de ce camp mixte chez les filles. Selon E., les filles devraient continuer de venir, mais il est possible que certains sports, comme le football, soient moins appréciés qu'actuellement. C'est une bonne opportunité de proposer des sports peut-être moins connotés masculin ou féminin, pour permettre une meilleure intégration des vœux féminins dans les cours. Comme le propose Balliger et Burnier en 2015, offrir des activités mixtes et non-mixtes, peut permettre d'obtenir les avantages des deux options.

La question suivante revient sur la conceptualisation des programmes et si les envies des filles sont prises en compte. La Fondation Laureus est la seule qui prend en compte les envies de filles déjà dans le cadre des sondages. Cela permet notamment une certaine précision lors de la conceptualisation des camps et de s'ajuster aux besoins des filles. De plus, des sondages réalisés à la fin du camp permettent d'optimiser ce dernier pour les prochaines années. E. admet qu'il est difficile d'analyser l'impact de ces camps, mais qu'un de leurs objectifs des prochaines années est de mesurer leur effet sur l'activité physique des participantes à un plus long terme.

En ce qui concerne l'intégration des filles seule la Fondation Laureus met l'accent sur cet aspect dans leur programme. Pour la Fondation IdéeSport, c'est un axe de travail ; pour la Fondation Schtifti, c'est important mais pas forcément une priorité ; et pour Jeunesse+Sport, davantage d'importance devrait être portée à ce thème dans le futur. Une des explications est que toutes les Fondations poursuivent des objectifs multiples : la prévention de la violence et la promotion de la santé pour la Fondation IdéeSport, la promotion d'une activité physique et d'une nourriture saine pour la Fondation Schtifti et son programme Gorilla. Jeunesse+Sport est le seul programme qui remplit uniquement ce rôle de promotion et d'encouragement du sport. Ainsi, il est relativement normal que les priorités ne soient pas fixées sur la participation des filles. Il est difficile de hiérarchiser les priorités et il n'y a pas de justes et de fausses priorités.

5.2.3 Analyse de la troisième partie du questionnaire

La question des barrières entravant la participation des filles aux activités sportives nous apparaît particulièrement cruciale pour saisir les facteurs externes ou internes jouant un rôle. Deux questions étaient posées sur ce thème, l'une sur les barrières structurelles et l'autre sur les barrières de manière générale, mais nous allons les analyser de manière unique. La réponse de J+S s'appuie sur des éléments scientifiques, notamment sur l'influence de la famille et de la culture d'origine. La Fondation IdéeSport a essayé de réduire au maximum les barrières d'ordre structurelles : tous les évènements sont gratuits et le lieu est choisi de manière pertinente, tout comme la Fondation Laureus, dont le prix du camp est de 100.- symboliques, un montant minime permettant à des familles modestes de pouvoir également participer. Abolir ces barrières financières apparaît d'emblée comme un élément facilitant pour davantage de participation.

Avec le programme Gorilla, peu de questions à ce sujet ne se posent, car la grande force du programme repose sur le fait que ces évènements sont organisés lors d'une journée normale à l'école. Il est intéressant d'analyser les barrières qui surgissent dans les autres programmes. La participation volontaire à un programme comme MidnightSport ou Jeunesse+Sport nécessite l'accord des parents : cela peut poser un problème pour certaines filles, qui ont parfois une liberté plus restreinte que les garçons, notamment en raison d'un souci de sécurité. La Fondation Laureus, en proposant l'organisation du transport et en mettant les filles au centre de la conception du camp, rencontre moins de problèmes que d'autres projets sur cet aspect. O. explique l'importance de l'identité du projet. Cela signifie, dans le cadre des projets MidnightSport, créer une atmosphère accueillante pour les filles (éviter que des balles volent partout, etc. , éviter l'esprit de compétition et de comparaison. Pour lui, cela aussi signifie la nécessité de rendre le lieu davantage axé sur un espace de rencontre que salle de gym : les filles,

souvent plus matures, ont davantage envie de se sentir adulte et de pouvoir sortir. L'identité est un concept très important pour les projets : le succès des programmes vient en partie de ce qu'ils sont. Changer l'identité d'un projet est très difficile également, ce qui peut être une des raisons pour laquelle la participation des filles chez IdéeSport stagne à 30-35%. Diminuer l'importance mise sur le sport, et ce qui y associé, comme l'esprit de compétition, et proposer des activités plus ludiques pourrait être une manière de permettre aux filles de trouver leur place dans ce genre de programme. Cette théorie est aussi en lien avec les articles analysés dans la partie théorique : Vigneron (2007) met l'accent sur le fait que les programmes d'éducation physique sont très masculinisés et correspondent aux envies des garçons. Bien que notre travail se focalise sur des projets existants en dehors des heures de sport obligatoires, un parallèle peut être fait entre les cours d'éducation physiques à l'école et les programmes de promotion du sport facultatifs, car finalement, ces programmes correspondent encore à une vision masculine du sport.

Ainsi, il est clair que l'identité des programmes, décrit par O., joue un grand rôle : essayer de 'féminiser' les cours d'éducation physique ou les projets MidnightSport pourraient permettre une meilleure intégration des filles dans le monde du sport. R., de la Fondation Schtifti, remarque que ce qui pourrait poser problème est la comparaison avec les garçons. Elle insiste également sur l'importance d'avoir des coachs féminins pour stimuler et donner l'exemple. Offrir des modèles est un moyen utilisé dans le programme « Girls in Sport » de la Fondation Laureus ; c'est également une recommandation citée dans la littérature : l'influence des femmes sur leurs pairs peut être très forte et permettre aux filles moins sportives de passer outre certaines barrières. Il a aussi été mis en évidence l'importance de l'amitié dans le sport féminin : plusieurs études (Women in Sport (n.d.) ; Crocker et al. (2005) ; Gramespacher et al. (2013)) montrent que les filles dont les amies sont sportives seront elles-mêmes plus sportives. L'étude de Women in Sport (n.d) démontre que les filles s'influencent entres elles : un moyen proposé pour augmenter la participation est de recommander aux moniteurs/trices, d'inviter les participantes de venir accompagnées de leurs amies, en insistant sur le soutien qu'elles recevront Passer un bon moment ensemble est l'un des critères qui motivent les filles lors de la pratique sportive. Cela constitue un axe de réflexion à approfondir notamment lors d'évènements comme les MidnightSports : promouvoir le fait que les filles peuvent jouer et passer un moment ensemble pourrait les inciter à se rendre plus régulièrement dans les salles de gym mises à disposition par la Fondation IdéeSport.

Nous avons abordé les barrières constituées par la permission parentale. Cela est notamment dû à des différences culturelles qui sont difficiles à ignorer et à appréhender. Il serait souhaitable de

développer un outil d'information, à destination des parents, en particulier ceux provenant d'un contexte migratoire, afin de les sensibiliser à l'importance de l'activité physique chez les jeunes filles. Il est essentiel de travailler à leur intégration, car ces jeunes filles sont très souvent inactives puisque jusqu'à 42% de des filles issues d'un contexte migratoire ne font aucun sport (Lamprecht et al., 2014). Toutefois, en raison des disparités culturelles au sein des différentes communautés, la question de la promotion du sport et de la prévention de la santé reste une question délicate. Si la majorité des filles inactives seraient intéressées à reprendre une activité physique, 92% parlent d'un manque de temps comme obstacle principal. Avec une prévention efficace, mettant en avant l'importance d'être actif physiquement, même quelques minutes par jour et des offres bien réparties sur le territoire, correspondant aux envies des filles, cet obstacle pourrait être combattu.

A nouveau, le programme Gorilla possède une grande force, puisqu'il passe par les écoles et touche tout le monde, sans différence. La Fondation Laureus marque aussi un point en proposant un programme uniquement pour les filles, bon marché, sécure, permettant à toutes filles intéressées d'y participer. Le programme MidnightSport a comme avantage de davantage responsabiliser les jeunes et de proposer un espace de rencontre pour tous, gratuit. Sa grande force est un concept modulé par les jeunes eux-mêmes, ou par les coachs (jeunes employés de la Fondation), qui ont souvent le même âge que les participants. L'espace mis à disposition et les activités correspondent souvent de manière précise aux vœux des jeunes. La faiblesse du programme réside autour du fait que les filles y sont minorisées, et rencontrent quelques écueils dans l'appropriation du projet. L'équipe d'encadrement doit se montrer davantage à l'écoute des filles et leur proposer le plus possible des activités, des règles et des espaces qui leur correspondent, afin d'adapter l'identité du projet aux filles.

Une autre barrière soulevée concerne la perception du corps à l'adolescence et des questions y relatives. Dans le cadre des camps de Laureus, les monitrices possèdent toutes des formations dans le domaine du travail avec les filles et sont, dès lors, sensibilisées à cette problématique. Pour la Fondation Schtifti, peu de problèmes émergent de leurs workshops, car la question ne se pose pas du tout. Dans le cadre du programme MidnightSport, le problème n'est pas forcément la puberté et le changement du corps pour O. Il est également relativement sceptique quant aux activités non-mixtes. J+S veut étudier cette problématique dans le futur. Les activités non-mixtes sont privilégiées pour le moment par Laureus, en lien avec leur stratégie de promotion du sport chez les filles. Les études et les sondages présentent des avis divergents : les sociologues (Vigneron (2007), Louveau (2004)) sont sceptiques quant à la mixité comme moyen

d'émancipation des filles dans le cadre du sport et leur permettre de faire des progrès ; un sondage réalisé auprès de deux gymnases vaudois montre que les adolescents apprécie la mixité comme facteur aidant la socialisation, mais qu'il reste difficile de proposer une offre qui correspond parfaitement aux capacités de l'un et de l'autre sexe (Balliger & Burner, 2015). L'idéal, selon ces dernières, serait de varier les activités entre mixité et non-mixité. La non-mixité représente l'avantage de permettre aux filles d'avancer à leur rythme, sans être bousculée par les garçons, jugée sur leur corps, ou leurs capacités physiques. Mais la mixité représente un aspect social important : en se confrontant les uns aux autres, on peut mettre en évidence l'égalité des sexes, on peut permettre aux garçons de tirer les filles en avant, et les filles de motiver les garçons sur d'autres sport, et de proposer des sports communs à tous, afin de ne pas stéréotyper un sport. Des activités mixtes ou non-mixtes peuvent être intégrées régulièrement, afin de varier les avantages des deux options. Comme expliqué dans le cadre théorique, le sport est un domaine qui est encore loin de l'égalité (Bohuon & Quin, 2012) et il est difficile de découvrir quelle méthode permet au mieux d'améliorer la situation.

Finalement, nous nous sommes intéressés aux éventuels partenariats avec le domaine public, afin de lever certaines barrières, ou de les étudier de plus près. Toutes les fondations, en dehors de J+S, ont répondu à cette question de manière positive. Toutes ont établi des collaborations avec des acteurs publics, comme les programmes d'action cantonaux, les communes d'implantation, des associations de quartier ou l'OFSPO. Ces collaborations sont précieuses et permettent un échange d'expériences avec différentes parties. Par exemple, dans le cadre d'IdéeSport, un groupe de planification est organisé pour chaque projet, avec des représentants de la commune, des associations de quartier et la police locale, entre autres. Cela permet d'avoir une bonne connaissance de l'environnement du projet, et de proposer des activités ciblées, ou de prendre des mesures particulières dans certains cas. La Fondation Laureus collabore avec l'OFSPO et une Haute-école suisse afin de mettre en place une stratégie quant à la promotion du sport chez les filles. Cette collaboration a notamment débouché sur plusieurs rapports, permettant d'optimiser l'offre de sport pour les filles. Si la Fondation Schtifti collabore surtout avec les programmes de santé cantonaux, cela lui permet de s'adapter aussi aux besoins du moment, comme la santé psychique. Ces collaborations sont précieuses, et permettent d'approfondir la thématique du sport féminin. A l'avenir, il est possible d'imaginer une plus grande collaboration également entre associations et fondations, afin de proposer des offres plus précises et complètes. Nous avons vu, dans notre introduction sur le système suisse de promotion et d'encouragement du sport, que ce dernier est relativement complexe. Dû au fédéralisme,

beaucoup de compétences en matière de promotion du sport sont cantonales, voire communales, rendant parfois difficile l'harmonisation des offres. Une des seules mesures obligatoires et communes à tous les cantons sont les trois heures d'éducation physique lors de la scolarité (DDPS, 2016). Cette autonomie permet bien sûr de s'adapter mieux au terrain et à l'ancrage local, mais rend difficile une offre globale en termes de promotion du sport. Suite au principe de subsidiarité, la Confédération va intervenir seulement si les cantons et les communes ne sont pas en mesure de remplir leur cahier des charges. Or, c'est en priorité aux communes de décider de la promotion du sport ; elles peuvent se décharger sur les clubs sportifs en les soutenant financièrement. D'ailleurs, c'est aussi une volonté de la Confédération de laisser le plus possible la place à l'initiative privée (DDPS, 2016). Ces clubs se retrouvent avec une grande responsabilité en termes de promotion du sport, surtout qu'ils sont très souvent composés de personnes bénévoles donc manquant souvent de ressources (DDPS, 2016). Former des personnes responsables de la promotion des filles pourrait être une perspective afin de permettre et garantir une meilleure intégration des filles ; mais cette stratégie est liée à la motivation des clubs à la mettre en place et de la mise à disposition de documentation, ou de cours de la part des communes et des cantons. Avoir une meilleure coordination des cantons et des communes, ou créer une plateforme, comme celle dont fait partie la Fondation Laureus, pourrait apporter des solutions et des innovations.

Finalement, la dernière thématique s'intéresse aux évaluations émises par les moniteurs, ou chefs de projet. Tous les programmes bénéficient d'appréciations, la Fondation IdéeSport et la Fondation Laureus organisent régulièrement des sondages auprès des participants afin d'optimiser leurs projets Cette manière de faire permet de mieux se rendre compte des challenges qui apparaissent sur le terrain. Des sondages permettent de mieux cibler les envies et les besoins des filles de manière générale et de comprendre également, par exemple, si des activités non-mixtes sont également souhaitées, comme il a été vu dans la littérature.

5.2 Discussion

Plusieurs éléments récurrents apparaissent, mettant en évidence plusieurs pratiques différences. Tout d'abord, les stratégies pour intégrer les filles dans le milieu du sport n'est pas encore un thème suffisamment développé en Suisse. D'ailleurs, les principaux articles scientifiques trouvés proviennent d'Angleterre ou du Canada, où la recherche semble plus avancée qu'en Suisse. Cela peut être dû aux évolutions historiques. En Suisse, les femmes ont obtenu le droit de vote en 1971, alors qu'en Angleterre et au Canada, les femmes votent respectivement depuis 1918 (Molinari, 2008 ; Canada, 2017). De plus, comme l'analyse Catherine Louveau (2004), le thème

du sport et des femmes est un sujet qui a été très peu étudié au cours du siècle dernier, notamment car le sport était vu de manière relativement ambiguë par les féministes : pour certaines, c'est une forme d'émancipation de la femme, donc encouragée. Mais pour d'autres, c'est une aliénation, car il inscrit les femmes dans des pratiques masculines (Louveau, 2004). Il reste toutefois intéressant de noter que la Fondation Laureus a su prendre le leadership sur ce thème dès 2010 et a proposé une offre correspondant de très près aux envies et aux besoins des filles.

Puis, un autre point apparaît concernant le modèle féminin. Soit dans la Fondation Schtifti, soit dans la Fondation Laureus, la présence de modèle féminin (ou coach) joue un grand rôle. Comme il a été mentionné dans la littérature à plusieurs reprises, l'influence des femmes sur leurs pairs est relativement forte et peut permettre à des filles de commencer un sport. Une présence féminine montre que faire du sport en tant que femme, c'est possible et faisable. La Fondation IdéeSport possède le programme Coach, qui permet à des jeunes d'encadrer les participants et de leur offrir un premier travail rémunéré Augmenter la présence féminine dans l'encadrement, inviter des intervenants (groupe de danse, club sportifs), pourrait influencer la participation des filles. Laisser les filles venir en groupe, leur proposer de prendre leurs amies avec elles, peut les motiver et les persuader de continuer un sport. De manière générale, faire la promotion des femmes à ces postes de leader (que ce soit également dans les conseils d'administration de ces Fondation) peut créer un environnement plus favorable pour l'intégration des adolescentes.

Au sujet de la mixité, et de la façon de considérer les besoins différents des filles et des garçons, il est difficile de dégager une ligne. La Fondation Schtifti et son programme Gorilla ne rencontre pas ou peu de problème quant à la participation des filles, ce qui leur permet également de ne pas faire de différences entre garçons et filles, retirant les avantages sociaux de la mixité. Intervenir dans les écoles permet également de toucher tout le monde, sans différence, et reste certainement l'un des meilleurs environnements pour faire de la prévention. La Fondation IdéeSport, grâce à son approche d'activités diversifiées pour correspondre au plus grand nombre de participants, en évitant les activités trop stéréotypées, règle la question positivement. Cette vision renforce l'égalité entre filles et garçons, même si cette égalité reste fragile et encore à développer. La grande force de ce projet réside dans l'aspect « lieu de rencontre », loin des environnements habituels pour faire du sport, l'école ou les clubs. Cela offre une grande liberté et octroie une offre en adéquation avec la volonté des jeunes qui y viennent.

Concernant la puberté, cet aspect est laissé de côté par la plupart des programmes, à part celui de la Fondation Laureus. S'il n'est pas totalement ignoré non plus et que des questions par rapport à ce thème émergent tout de même, peu de solutions sont proposées. Ce thème est encore

relativement nouveau et est lié à l'émergence de courants féministes contemporains, remettant en question les standards de féminité et se battant pour une désexualisation du corps de la femme. Occupant de plus en plus de place dans les médias, ce thème continuera à se développer probablement au cours des prochaines années.

Si des évaluations sont effectuées auprès des participants aux programmes, un sondage réservé aux filles permettrait de cibler leurs besoins et de mieux appréhender avec elles, les barrières qu'elles rencontrent –au niveau de leur relation au corps –, qui ne sont pas forcément imaginées dans les phases de conceptualisation du programme. Le succès des camps de la Fondation Laureus montre un réel besoin et les projets qui veulent promouvoir le sport des filles peuvent s'en inspirer. Dans le cas du programme MidnightSport, continuer à miser sur une grande diversité d'activités, et prévoir des endroits plus calmes, comme par exemple une zone sans balle, sont des idées à développer qui pourraient permettre aux filles de s'approprier peu à peu le projet.

Les collaborations, comme par exemple la mise sur pied de congrès, ou la création d'un réseau, à l'exemple de la Fondation Laureus, sont à privilégier afin d'échanger sur les retours d'expériences et proposer des solutions pour augmenter la participation des filles dans le sport. Ces différents moyens permettraient de développer un guide de bonnes pratiques quant à ces questions sur la promotion du sport chez les filles. De plus, en l'absence d'harmonisation au niveau national sur ce sujet, et parce que la prévention de la santé relève en partie du domaine cantonale, ce genre de réseau doit tendre à se développer.

Finalement, il est important de mentionner la CDE, Convention internationale relative aux Droits de l'Enfant. Nous pouvons notamment citer l'article 27 1 qui stipule que « les États parties reconnaissent le droit de tout enfant à un niveau de vie suffisant pour permettre son développement physique, mental, spirituel, moral et social » (Art 27 1 CDE). Le paragraphe 3 du présent article souligne que les États parties doivent mettre en place des mesures appropriées afin de mettre en pratique ce droit (Art 27 3 CDE). Ainsi, la Suisse, ayant ratifié cette convention en 1997, doit s'engager à proposer des programmes veillant au bien-être physique des enfants. Étant donné la situation actuelle du sport des adolescentes, du travail reste à faire quant au sport des filles, tout en se basant sur cette obligation qu'a la Suisse, liée à la CDE. De plus, citons encore l'article 12 de la CDE, qui garantit aux enfants le droit d'exprimer son avis sur toute question l'intéressant, « les opinions de l'enfant étant dûment prises en considération en égard à son âge et à son degré de maturité » (Art 12 1 CDE). Prendre en compte la voix des filles lors de la conception des programmes respecte ainsi cet article, l'un des piliers de la CDE.

5.3 Réponses aux hypothèses

La première hypothèse de ce travail postule que les filles participent à ces programmes mixtes, mais que la question de leur intégration n'est pas une question fondamentale dans la phase de la conceptualisation.

La question de leur intégration n'est pas une question fondamentale pour la plupart des programmes, à part celui de Laureus. C'est un élément important ou un axe de travail, mais pas une priorité. De plus, même si de la documentation est mise à disposition, ou qu'une réflexion est faite seule la Fondation Laureus s'est intéressée à la question de correspondre au maximum aux besoins des filles. Dans le cadre du programme Gorilla, de la Fondation Schtifti, la participation n'est pas priorisée en tant que telle puisqu'elles participent généralement toujours aux activités sportives proposées compte tenu que le programme se déroule au sein de l'école. L'hypothèse est validée.

Une deuxième hypothèse prétend que les envies des filles et des garçons diffèrent considérablement et qu'il est difficile de proposer une offre efficiente et complète pour chacun des sexes.

Les envies des filles et des garçons sont effectivement différentes et plusieurs études le montrent. Sur le terrain, plus que les problèmes d'infrastructures, c'est des problèmes d'appropriation de l'espace qui apparaissent, comme dans le cas de la Fondation IdéeSport. Les camps de Laureus ne sont pas confrontés à ces problèmes, mais cherchent à proposer un camp qui correspond aux envies des deux sexes. J+S n'a pas encore étudié la question, Gorilla ne fait aucune différence et met sur un pied d'égalité les filles et les garçons. L'hypothèse est donc validée.

Une troisième hypothèse est que les filles souffrent de nombreux préjugés et de nombreuses barrières culturelles et sociales quant à leur participation à des programmes de sport.

La question des barrières occupe une certaine partie du travail, mais ces barrières culturelles et sociales sont très difficiles à étudier et à analyser. Dans tous les programmes, les barrières structurelles sont étudiées pour essayer de les réduire au maximum, par exemple, en proposant des projets gratuits et libres d'accès. Mais les barrières culturelles et sociales sont trop vastes pour être étudiées dans ce travail. La Fondation IdéeSport, est consciente de certaines barrières, notamment dans les projets urbains et multiculturels, mais il est difficile d'agir contre ces

dernières. Le projet de la Fondation Laureus permet de donner une bonne image de ce que représente une offre de sport adéquate pour les filles. L'idéal serait de pouvoir l'intégrer dans une vision plus globale de la promotion du sport. L'hypothèse n'est pas vérifiée, car elle trop globale pour ce travail.

5.4 Limites

La principale limite à ce travail est le manque de réponses de la part de Jeunesse+Sport. Il a été difficile d'entrer en contact avec eux et par conséquent d'analyser leur programme. Et au vu des réponses reçues par émail, il est plutôt surprenant de constater que l'organe principal de promotion du sport fédéral ne possède aucune stratégie quant à la promotion du sport féminin, malgré les moyens mis en place pour la promotion du sport en général. Cela peut être dû aussi au système fédéraliste suisse, qui, avec le principe de subsidiarité, veut permettre aux communes et aux cantons d'avoir le pouvoir de décision sur cette thématique. L'effet négatif de notre système fédéraliste est qu'en l'absence d'une harmonisation au niveau national, de grandes disparités se créent au niveau cantonal ayant une incidence en termes de prévention et de santé publique.

Le choix des programmes de sport étudiés a été relativement limité, car peu de programmes publics (ou financés en partie publiquement) existent en Suisse. Le sport en club et le sport obligatoire à l'école remplacent en partie ces manques au niveau fédéral. Les cours d'éducation physique restent le moyen principal pour faire la promotion du sport auprès des adolescents.

Les différences culturelles et linguistiques sont une autre limite qui apparaît dans ce travail : en effet, il aurait été impossible d'étudier les programmes uniquement en français, car la majorité des projets se déploient en Suisse allemande. Plusieurs Fondations, comme IdéeSport, ont leur siège en Suisse allemande, mais pour des raisons pratiques, c'est les responsables romands qui ont été interviewé. O. a lui-même dit que les pratiques différaient d'une partie linguistique à l'autre. La situation est similaire pour a Fondation Schtifti, qui a relativement peu de projets en Suisse romande. Il est possible d'imaginer que la situation soit différente du côté latin de la Sarine, en termes de participation des filles ou de conception des activités.

Une autre limite est le manque de littérature par rapport au sujet du sport et des adolescentes. Si le sport et les femmes a été étudié de manière plus approfondie, peu de matière existe sur les adolescentes, ou alors sur des thèmes très spécifiques plutôt basé sur la performance sportive ou certains mouvements précis. En Suisse, la littérature en français est quasi inexistante, à part quelques travaux de recherche d'étudiants. Il a également été surprenant de trouver aussi peu

d’éléments historiques sur le sport et les femmes en Suisse, notamment après la seconde guerre mondiale, à l’exception de quelques articles de presse, traitant principalement de la course à pied.

6. Conclusion

La promotion du sport chez les adolescentes est un thème relativement nouveau, surtout en Suisse. Plusieurs Fondations sont actives dans ce domaine et les programmes proposés sont relativement efficaces : s'ils ne font pas de la promotion du sport chez les adolescentes une priorité, ils abordent d'autres thèmes fondamentaux pour le bien-être des jeunes, comme la prévention de la violence et un mode de vie sain.

Les programmes étudiés diffèrent énormément entre eux : il a été instructif de voir comment ils abordent cette thématique, car tous ont un contexte différent. Il est positif de voir que les initiatives et les idées des responsables de ces programmes s'inscrivent toutefois dans une réflexion, même si aucune stratégie formalisée n'existe, à part dans le cas de la Fondation Laureus.

Une constante à tous les programmes est la réflexion et les questions par rapport à l'intégration des filles dans le sport. Tous les programmes n'ont pas les mêmes ressources, ni les mêmes stratégies, mais des moyens sont tout-de-même mis en place : par exemple, des coachs féminins, des espaces propices à la tranquillité ou des activités non-stéréotypés.

Ces programmes misent autant que possible sur l'abolition des barrières structurelles, tel que le coût, ou le lieu des cours/camps, généralement accessible à tous. Mais certaines barrières culturelles empêchent encore les filles de participer et de faire du sport. Ces barrières sont extrêmement difficiles à dépasser et à combattre. Il serait intéressant, dans le cadre d'une analyse future, de s'intéresser aux solutions possibles pour abaisser ces barrières culturelles, qui concernent en particulier les adolescentes venant d'un milieu migratoire.

Une autre question a émergé à plusieurs reprises dans le cadre des entretiens et de la théorie : la question des activités mixtes ou non-mixtes. Que faut-il privilégier pour permettre aux filles de prendre leur place dans ce genre de programme ? Cette question est à ce jour encore irrésolue, mais pourrait être une problématique très intéressante à étudier dans le futur. L'analyse des différents programmes fait émerger la tension qui existe entre le principe de mixité, donc d'égalité des genres, promue par la politique et les courants féministes, et la volonté de séparer certaines activités pour favoriser la participation des adolescentes. Probablement qu'un bon mélange des deux peut favoriser l'inclusion des filles dans les programmes de promotion du sport.

Ce travail m'a permis d'approfondir un sujet qui me tient à cœur. Les analyses, les lectures et les entretiens ont soulevé beaucoup de questions et m'ont permis de trouver quelques réponses. J'ai pu découvrir aussi des nouvelles facettes à cette thématique, notamment venant de la sociologie et de l'histoire, ce qui permet d'avoir une meilleure compréhension des obstacles qui empêchent les filles de faire du sport.

7. Selbstständigkeitserklärung für die Masterarbeit

Ich erkläre hiermit, dass ich diese Arbeit selbstständig verfasst und keine anderen als die ange- gebenen Hilfsmittel benutzt habe. Alle Stellen, die wörtlich oder sinngemäss aus Quellen ent- nommen wurden, habe ich als solche kenntlich gemacht. Mir ist bekannt, dass andernfalls der Senat gemäss dem Gesetz über die Universität zum Entzug des auf Grund dieser Arbeit verlie- henen Titels berechtigt ist.

Originalunterschrift Ort und Datum Vorname Name

8. Einverständniserklärung zur Veröffentlichung der Masterarbeit

Folgende Erklärung ist nach der Selbständigkeitserklärung unterschrieben aufzuführen.

Ich erkläre hiermit, dass ich der Veröffentlichung der von mir verfassten Masterarbeit im Falle einer Benotung von 5.0 oder höher auf der Homepage des KPM zustimme. Die Arbeit ist öffentlich zugänglich.

Originalunterschrift Ort und Datum Vorname Name

Ich bin mit der Veröffentlichung der Masterarbeit (wie oben beschrieben) nicht einverstanden (z. B. da die Arbeit vom Auftraggeber für vertraulich erklärt wurde).

Originalunterschrift Ort und Datum Vorname Name

Publikationsrecht:

Eine allfällige Veröffentlichung einer Masterarbeit sollte stets in Absprache mit der betreuenden Person erfolgen, da vor der Publikation gegebenenfalls urheberrechtliche Fragen abzuklären sind. Es ist insbesondere zu berücksichtigen, dass im Fall der Verwendung von unveröffentlichten Daten und Materialien, welche der Universität Bern oder Dritten (z.B. andere Universität, Unternehmen) gehören, vorgängig die Zustimmung der Universität Bern und/oder des Dritten einzuholen ist.

9. Annexes

9.1 Questionnaire en français et en allemand

Questionnaire questions travail de master : Intégration des adolescentes dans les programmes de promotion du sport.

Le but de ce travail est d'analyser comment les filles sont intégrées dans les programmes de promotion de sport, de quelle manière et quels sont les moyens qui peuvent être mis en place pour améliorer leur participation. L'objectif est d'analyser la conceptualisation de plusieurs programmes entre eux (Jeunesse + Sport, Gorilla, Fondation IdéeSport et Fondation Laureus). C'est ce qui rend cette étude intéressante : chacun de ces programmes est différent et propose une offre variée. Dès lors, il sera certainement intéressant de voir quelles sont les moyens mis en place dans ces différents programmes et s'il y a des pistes communes, ou au contraire, des mesures très différentes.

Première partie sur les questions factuelles :

1. Quel est le taux de participation des filles dans votre programme ? *Wie hoch ist die Teilnahmequote von Mädchen in Ihrem Programm?*
2. Comment ce taux de participation évolue au fil des ans ? *Wie hat sich diese Quote in den letzten Jahren entwickelt?*
3. Est-ce que des femmes participent également à la mise en place des programmes ? *Sind Frauen auch verantwortlich für die Konzeptualisierung von den Programmen?*
4. Est-ce que des femmes sont également représentées dans le Conseil de fondation/ d'administration/comité central ? *Sind Frauen auch im Stiftungsrat repräsentiert?*
5. Est-ce que les moniteurs/entraîneurs/chefs de projets reçoivent une formation sur les questions de genre ? *Befolgen die Leiter/Projektleiter eine Weiterbildung zum Thema Gender Fragen?*

Deuxième partie sur les stratégies :

1. Avez-vous une stratégie formalisée pour l'intégration des filles dans votre programme ? *Haben Sie eine formelle Strategie für die Integration von Mädchen in Ihrem Programm? Wenn Ja, wie ist sie formuliert (was sind die wichtigen Punkte). Wenn Nein, warum?*

2. Comment mettez-vous en place un camp/cours/event qui répond aux envies différentes des adolescents et des adolescentes ? Proposez-vous, par exemple, des activités différentes en fonction du sexe. *Wie organisieren Sie ein/ein Camp/Kurs/Veranstaltung, der den verschiedenen Wünschen von Knaben und Mädchen entspricht? Teilen Sie die Aktivitäten nach Geschlecht auf?*

3. Dans la conceptualisation des programmes, faites-vous des sondages auprès des filles pour savoir ce qu'elles souhaiteraient faire pour mieux correspondre à leurs envies ? *Machen Sie während der Konzeptualisierung Umfragen mit den Teilnehmerinnen um Ihre Bedürfnisse zu befragen?*

4. Diriez-vous que l'intégration des filles dans votre programme est une priorité ? Participez-vous à des congrès sur ce thème, ou à des formations ? *Ist die Integration von*

Mädchen in Ihrem Programm eine Priorität? Nehmen Sie an Weiterbildungen oder Kongressen zu diesem Thema teil?

Troisième partie sur les barrières :

5. Selon vous, quelles sont les barrières (par exemple, accès au programme, coût, culture, perception du corps, environnement socio-culturel, etc.) qui empêchent les filles de participer à votre programme ? *Was sind Ihrer Meinung nach die Barrieren (zum Beispiel Zugang zu den Programmen, Kosten, Kultur, Körperbilder, soziokulturelles Umfeld), die Mädchen blockieren, an Ihrem Programm teilzunehmen?*

6. Prenez-vous en compte les barrières structurelles, par exemple l'accès en transports publics, le coût, les aspects sécuritaires qui pourraient empêcher l'accès aux filles lors la conception du programme ? *Berücksichtigen Sie während der Konzeptualisierungsphase Aspekte wie Kosten, öV in der Nähe, Sicherheit, etc., die einen Einfluss auf die Teilnahme von Mädchen an Ihrem Programm haben können?*

7. Y'a-t'il une réflexion sur ces barrières dans le cadre d'un groupe de coordination ou avec des acteurs publics, par exemple comme la commune d'implantation ? *Werden diesen Barrieren mit öffentlichen Akteuren (Gemeinde, Kantone, Sportclub, etc.), diskutiert?*

8. Concernant les barrières liées à la puberté et à la perception du corps féminin, mettez-vous en place des solutions particulières (espace réservé aux filles, activité non-mixte…) ? *Stellen Sie besondere Lösungen in Bezug auf Barrieren, die mit Pubertät und Körperbild in Verbindung stehen zur Verfügung, wie beispielsweise reservierte Räume für Mädchen oder geschlechtsneutrale Aktivitäten?*

9. Perçoivent-ils des barrières sur le terrain quant à la participation des filles, qui sont peut-être autres que celles imaginées dans la conception du programme ? Est-ce que c'est un sujet de discussion? *Sehen die Leiter andere Barrieren, die nicht bei der Konzeptualisierung diskutiert wurden? Sind diese Barrieren oder die Integration von Mädchen ein Diskussionsthema?*

10. Références + Bibliographies

Articles scientifiques

Amireault, S., Lemieux, M.-C, & Massie, C.-L (2014). *L'activité physique et sportive des adolescentes : bilan, perspectives et pistes d'action.* Québec : Canada. Gouvernement du Québec, Ministère de l'Education, du Loisir et du Sport.

Brady, M. (1998). Laying the foundation for girls' healthy futures: can sports play a role? *Studies in Family Planning*, *29*(1), 79. https://doi.org/10.2307/172183

Bailey, R., I. Wellard & H. Dismore (2005). *Girl's Participation in Physical Activities and Sports: Benefits, Patterns, Influences and Ways Forward*. Organisation mondiale de la santé.

Balliger, D., & Burnier, M., (2015). *La mixité en éducation sportive et sportive. Avantages et inconvénients perçus par des élèves du secondaire II.* Haute-Ecole Pédagogique Vaud : Lausanne.

Bohuon, A. & Quin, G. (2012). Quand sport et féminité ne font pas bon ménage.... *Le sociographe*, 38, (2), 23-30. DOI:10.3917/graph.038.0023.

Bringolf-Isler B., Probst-Hensch, N., Kayer, B. & Suggs, S. (2016). *Schlussbericht zur SOPHYA-Studie*. Bâle : Institut Tropical et de Santé Publique Suisse.

Casper, J. M., Bocarro, J. N., Kanters, M. A., & Floyd, M. F. (2011). "Just let me play! "—understanding constraints that limit adolescent sport participation. *Journal of Physical Activity and Health*, *8*(s1), S32-S39. https://doi.org/10.1123/jpah.8.s1.s32

Cogérino, G., & Mnaffakh, H. (2008). Évaluation, équité de la note en éducation physique et « norme d'effort ». *Revue française de pédagogie*, (164), 111-122. https://doi.org/10.4000/rfp.2109

Département fédéral de la défense, de la protection de la population et des sports DDPS (2016). *Concept de la Confédération concernant le sport populaire.* Bern, Suisse : DDPS. Consulté à l'adresse : https://www.newsd.admin.ch/newsd/message/attachments/45824.pdf

Duru-Bellat, M., Marin, B. (2010). La mixité scolaire, une thématique (Encore) d'actualité ? *Lectures*. Consulté à l'adresse http://journals.openedition.org/lectures/1155

Eccles, J.S., Jacobs, J.E., & Harold, R.D. (1990). Gender role stereotypes, expectancy effects, and parents'socialization of gender differences. *Journal of Social Issues, 46*(2). 183-201. DOI: 10.1111/j.1540-4560.1990.tb01929.x

Gramespacher, E. (2016). *Zur Notwendigkeit und zur Möglichkeit der Förderung von Mädchen im Sport in der Schweiz*. Eine Zusammenfassung der Studie Girls in Sport. Fondation Laureus

Hildebrandt, A., Jäckle, S., Wolf, F., & Heindl, A. (2015). *Methodologie, methoden, forschungsdesign*. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-531-18993-2

Kleisli, E. (1994). *L'éducation féminine et la gymnastique à Fribourg entre 1848 et 1930*. Travail de diplôme non publié, Université de Fribourg, Faculté des Lettres.

Kohn, L. & Christiaens, W. (2014). Les méthodes de recherches qualitatives dans la recherche en soins de santé : apports et croyances. *Reflets et perspectives de la vie économique*, tome liii, (4), 67-82. DOI :10.3917/rpve.534.0067.

Louveau, C. (2004). Sexuation du travail sportif et construction sociale de la féminité. *Cahiers du Genre*, *36*(1), 163. https://doi.org/10.3917/cdge.036.0163

Mutz, M., et al.brecht, P. (2017). Parents' social status and children's daily physical activity: the role of familial socialization and support. *Journal of Child and Family Studies*, *26*(11), 3026-3035. https://doi.org/10.1007/s10826-017-0808-3

McDonough, M. H., & Crocker, P. R. E. (2005). Sport Participation Motivation in Young Adolescent Girls: The Role of Friendship Quality and Self-Concept. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *76*(4), 456-467. https://doi.org/10.1080/02701367.2005.10599319

Molinari, V. (2008). Le droit de vote accordé aux femmes britanniques à l'issue de la Première Guerre mondiale : une récompense pour les services rendus ? *Revue LISA / LISA e-Journal*, (Vol. VI – n°4), 71-87. https://doi.org/10.4000/lisa.1070

Mollard, M.-C. (2007). *L'éducation physique et sportive : lieu de cristallisation des rapports sociaux de sexe ?* Université de Genève

Okely, A. D., Lubans, D. R., Morgan, P. J., Cotton, W., Peralta, L., Miller, J., … Janssen, X. (2017). Promoting physical activity among adolescent girls: the Girls in Sport group randomized trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, *14*(1). https://doi.org/10.1186/s12966-017-0535-6

Organisation mondiale de la santé. (2010). *Recommandations mondiales sur l'activité physique pour la santé*. OMS.

Stamm, H., Fischer & A., Lamprecht, M. (2017): *Monitoring comparatif des données relatives au poids des enfants et des adolescent-e-s en Suisse, Analyse de données collectées dans les cantons de Bâle-Ville, de Berne, des Grisons, du Jura, de Lucerne, d'Obwald, de Saint-Gall et d'Uri ainsi que dans les villes de Berne, Fribourg et Zurich.* Promotion Santé Suisse Document de travail 41, Berne et Lausanne

Sever, C. (2005). *Genre et sport : pour une approche intégrée de l'égalité hommes-femmes dans les interventions de sport*. Berne : Direction du développement et de la coopération.

Talleu, C. (2011). *Gender equality in sports: access for Girls and Women to Sport Practices.* Strasbourg: Conseil de l'Europe.

Vigneron, C. (2006). Les inégalités de réussite en EPS entre filles et garçons : déterminisme biologique ou fabrication scolaire ? *Revue française de pédagogie*, (154), 11-124. https://doi.org/10.4000/rfp.146

Weiss, M. R., & Smith, A. L. (2002). Friendship quality in youth sport: relationship to age, gender, and motivation variables. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *24*(4), 420-437. https://doi.org/10.1123/jsep.24.4.420

Women in Sport (n.d). *What sways women to play sport? Using influencers to unlock opportunities that positively impact women's sport behaviours*. Women in Sport.

Women's sport and fitness foundation (2009). *Barriers to participation for women and girls.* Women's sport and fitness foundation.

Zarett, N., Veliz, P, & Sabo, D. (2019). *Teen Sport in America: Why Participation Matters*. East Meadow, NY : Women's Sport Foundation.

Citation première page

Cheek Magazine. (2016, avril 13). *"Free to Run" : il y a 50 ans, courir était un acte militant pour les femmes*. Consulté 19 juillet 2018, à l'adresse http://cheekmagazine.fr/societe/free-to-run-femmes-course/

Fiches d'informations

Fondation Stchifti (n.d). *Gorilla, le programme national de promotion de la santé.*

Gramespacher E., Gogoll A., Hänggi J., Heckemayer K., Spichtig C., Weigelt-Schlesinger Y. (2013). *Fact Sheet Zur Förderung des vereinsportlichen Engagements 10-14-jähriger Mädchen in der Schweiz.* Laureus Foundation Switzerland en collaboration avec l'OFSPO.

OFSPO (2018). *Guide pour la realization d'offres J+S. Sport des enfants Allround.*

Organisation mondiale de la santé. (2010). *Recommandations mondiales sur l'activité physique pour la santé*. OMS.

Livres

Fenneteau, H. (2015). *L'enquête entretien et questionnaire*. Paris: Dunod

Gläser, J., & Laudel, G. (2010). *Experteninterviews und qualitative Inhaltsanalyse als Instrumente rekonstruierender Untersuchungen* (4. Auflage). Wiesbaden: VS Verlag.

Hildebrandt, A., Jäckle, S., Wolf, F., & Heindl, A. (2015). *Methodologie, methoden, forschungsdesign*. Wiesbaden: Springer Fachmedien Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-531-18993-2

Rigozzi, A., Oswald, D., & Université de Neuchâtel (Éd.). (2012). *Citius, altius, fortius: mélanges en l'honneur de Denis Oswald*. Bâle: Helbing Lichtenhahn.

Saouter, A. (2016). *Des femmes et du sport*. Paris : Payot.

Normes juridiques

CDE. *Convention relative aux droits de l'enfant du 20 novembre 1989.* 0.107

LEg. *Loi fédérale sur l'égalité entre femmes et hommes du 24 mars 1995.* 151.1

LESp. *Loi fédérale sur l'encouragement du sport et de l'activité physique du 17 juin 2011.* 415.0

OPESp. *Ordonnance du DDPS sur les programmes et les projets d'encouragement du sport du 25 mai 2012*. 415.011

O OFSPO J+S. *Ordonnance de l'OFSPO concernant « Jeunesse et sport » du 12 juillet 2012.* 415.011.2

OESp. *Ordonnance sur l'encouragement du sport et de l'activité physique du 23 mai 2012.* 415.01

Pages Internet

Archives InterroGE - Question / réponse. (s. d.). Consulté 17 juillet 2018, à l'adresse http://www.ville-geneve.ch/themes/culture/offre-culturelle/bibliotheques/interroge/archives-interroge-question-reponse/?id_detail=309

Bornand, P. (2016, février 25). La longue course des femmes, de l'injustice à l'évidence. *TDG*. Consulté à l'adresse https://www.tdg.ch/sports/actu/longue-course-femmesde-injustice-levidence/story/14667211

Brighton declaration. (s. d.). Consulté 19 juillet 2018, à l'adresse http://www.fisu.net/education/gender-equality/brighton-declaration

Canada.ca (2017, octobre 23). Droits des femmes. Consulté 26 juillet 2018, à l'adresse https://www.canada.ca/fr/patrimoine-canadien/services/droits-femmes.html

Dutent, N, (2012, août 4). Les femmes dans le sport : inégalités et discriminations (Par Catherine Louveau*). Consulté 21 juillet 2018, à l'adresse https://blogs.mediapart.fr/edition/la-revue-du-projet/article/040812/les-femmes-dans-le-sport-inegalites-et-discrimination

GORILLA - le programme de promotion de la santé. (s. d.). Consulté 31 mai 2018, à l'adresse https://schtifti.ch/fr/gorilla/

J+S en un coup d'œil. (s. d.). Consulté 31 mai 2018, à l'adresse https://www.jugendundsport.ch/fr/ueber-j-s/j-s-auf-einen-blick.html

Laureus girls in sport | laureus switzerland foundation. (s. d.). Consulté 31 mai 2018, à l'adresse https://www.laureus.ch/de/projekte/laureus-girls-in-sport/

Midnightsports | stiftung idéesport. (s. d.). Consulté 31 mai 2018, à l'adresse https://www.ideesport.ch/fr/midnightsports

Obesity update - oecd. (s. d.). Consulté 19 juillet 2018, à l'adresse http://www.oecd.org/health/obesity-update.htm

Our history | laureus. (s. d.). Consulté 31 mai 2018, à l'adresse https://www.laureus.com/content/our-history-0

Prestations du programme Jeunesse+Sport. (s. d.). Consulté 31 mars 2018, à l'adresse https://www.jugendundsport.ch/fr/ueber-j-s/leistungen-des-programms-j-s.html

Sport scolaire Aperçu. (s. d.). Consulté 17 juillet 2018, à l'adresse https://www.jugendundsport.ch/fr/sportarten/schulsport-uebersicht.html

Startseite. (s. d.). Consulté 31 mai 2018, à l'adresse https://www.jugendundsport.ch/

Stiftung | laureus switzerland foundation. (s. d.). Consulté 31 mai 2018, à l'adresse https://www.laureus.ch/de/stiftung/

Weber-Dürler, B. (n.d). Egalité. Dictionnaire historique de la Suisse. Consutté le 21 juillet 2018, à l'adrese : http://www.hls-dhs-dss.ch/textes/f/F10375.php

Rapports

Grossenbacher, S. (2006). *Vers l'égalité des sexes à l'école : que font les cantons pour instaurer l'équité entre hommes et femmes dans le système éducatif ?* Aarau: CSRE.

Lamprecht, M., Fischer, A., Wiegand, D. & Stamm, H.P. (2015). *Sport Suisse 2014: Rapport sur les enfants et les adolescents*. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.

Lamprecht, M., Fischer, A. & Stamm, H. P. (2014). *Sport Suisse 2014: Activité et consommation sportives de la population suisse.* Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.

Organisation mondiale de la santé. (2010). Recommandations mondiales sur l'activité physique pour la santé. OMS.

Promotion Santé Suisse (Ed.) (2016). *Comporte- ment en matière d'activité physique des enfants et des adolescents en Suisse.* Feuille d'information 18. Berne et Lausanne

Service pour la promotion de l'égalité du Canton de Genève (2006). *10 ans de la loi sur l'égalité.* Carouge : Département des institutions du Canton de Genève.

World Health Organization, & Regional Office for Europe. (2012). *Social determinants of health and well-being among young people: health behaviour in school-aged (Hbsc) children: international report from the 2009/2010 survey*. Copenhagen, Denmark: World Health Organization, Regional Office for Europe. Consulté à l'adresse http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/163857/Social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.pdf