

**Zeitschrift:** Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Band:** 23 (1966)  
**Heft:** 8

**Buchbesprechung:** Bibliographie

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 10.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Gymnastique pour mères de famille

(...) « Il y avait bien entendu les associations dépendant de la Fédération française de gymnastique éducative qui organisent des cours, mais on peut dire que peu de choses avaient été entreprises de façon rationnelle sur le plan départemental. Il a donc fallu que le service départemental de la Jeunesse et des Sports se mette en accord avec les centres sociaux et les associations sportives pour organiser de façon systématique des cours de gymnastique volontaire à l'usage des mères de famille.

Du reste, l'idée n'est pas neuve. En fait, elle vient de Suède où il existe, depuis plus de vingt ans, un grand « mouvement populaire pour la santé et la récréation ». Ce mouvement compte des milliers d'adhérents (300 000), 6000 instructeurs, une école spécialisée pour leur formation. C'est ainsi qu'à Stockholm on compte plus de cinq cents cours pour femmes. Mais le service départemental du Nord concentre essentiellement son action dans « les grands ensembles d'habitation. » (...)

« Il est apparu que le mariage est l'une des causes de désaffection des jeunes pour la gymnastique ou le sport en général. Pour remédier à cet état de fait, il a fallu les rechercher là où ils habitaient après leur mariage: c'est-à-dire dans les « grands ensembles d'habitation ».

A la suite de quoi, nous nous sommes aperçus qu'à l'intérieur du logement, les femmes sont souvent écrasées par les tâches ménagères, celles qui restent au foyer en ressentent peut-être encore davantage les pénibles conséquences.

D'autre part, les nouveaux ensembles d'habitation regroupent les catégories sociales les plus diverses, et lors de leur installation dans les cités, les ménagères s'adaptent plus ou moins facilement à leur nouveau cadre de vie.

Nombre d'entre elles se sentent littéralement perdues, écrasées dans un monde qui n'est pas à leur échelle. Elles ont l'impression d'être des « personnes déplacées », seules dans une foule qui pendant longtemps les ignore.

Alors nous avons pensé que peut-être les cours de gymnastique volontaire pouvaient contribuer à les réintégrer au groupe, et qu'en invitant d'abord les mères de famille à suivre ces cours, leurs maris et leurs enfants — j'insiste là-dessus — ne tarderaient pas à les suivre. »

Si, en effet, le service départemental met partiellement son personnel féminin affecté au secteur non scolaire au service des centres existants près des « grands ensembles » pour la création, l'organisation, l'animation de cours de gymnastique volontaire, encore faut-il ajouter qu'actuellement sont créés des cours pour les milieux ruraux, ainsi que pour les employées et les ouvrières (jeunes filles ou mères de famille) des usines.

D'ores et déjà, la gymnastique volontaire apparaît comme un moyen sûr de développer la vie sociale dans notre région et, pourquoi pas, d'effacer certaines distances — parfois seulement matérielles — des habitants entre eux.

Oui, assurément, les femmes sont en voie de gagner la bataille contre une certaine forme d'indifférence, une apathie du corps et de l'esprit.

Extraits d'un article de Jean Delporte paru dans « La Voix du Nord », Lille

## Enfants américains et télévision

Les membres de l'Association des kinésithérapeutes américains, réunis en congrès à Los Angeles, ont déclaré qu'à peine 5 pour cent des jeunes Américains entrant à l'école étaient en bonne condition physique. Presque tous souffrent d'obésité ou de déformations. La grande responsable? La télévision devant laquelle ces enfants passent des heures immobiles, vautrés sur des divans, allongés par terre. « L'exception à cette règle, a dit l'un des participants, se trouve chez les jeunes Noirs, dont très peu souffrent d'un excès de bien-être... »

« La Tribune de Lausanne »

## A la base: l'éducation sportive de la jeunesse

(...) Du côté français, la situation d'ensemble s'est nettement améliorée depuis 1962: notre athlétisme a pris de la profondeur et repose désormais sur des bases solides. Alors que sur vingt hommes nous eussions été surclassés, il y a quatre ans, dans tous les compartiments, nous pourrions prétendre aujourd'hui concurrencer les Allemands dans plusieurs épreuves et même les battre en sprint, en demi-fond, sur les haies, en hauteur. L'écart en valeur absolue séparant les deux nations a donc été considérablement réduit, mais le rapport de forces n'a pas changé: nous ne comptons guère plus de 25 000 pratiquants contre 400 000 en République fédérale. Il y a là

matière à réflexion. Ces chiffres indiquent clairement que tout pourrait être remis en question d'une saison à l'autre et que nous ne comptons pas encore parmi les « grands » du sport: tant qu'un effort constant ne sera pas entrepris à la base, c'est-à-dire à l'école, aussi bien sur le plan de l'équipement que sur celui de l'enseignement, il en sera ainsi. En fait, l'éducation sportive de la jeunesse française reste encore à faire; les records, les victoires internationales n'y changeront rien. Quel que soit le résultat d'Allemagne de l'Ouest—France, le fond du problème demeurera le même. Tout le reste n'est que matière à littérature. (...)

« L'Equipe »

## La civilisation des loisirs

(...) On a forgé un très beau mot: la civilisation des loisirs. Des loisirs? C'est la seule chose que l'homme ou la femme en vacances n'ait pas, ne puisse avoir. Du haut en bas de l'échelle sociale, des tâches minutées règlent toute l'activité de ces gens disponibles. Les vacances ne peuvent être qu'une époque de tension et de fatigue extrêmes. C'est aussi pourquoi elles ne peuvent se dérouler qu'au milieu de la foule, dans un contact permanent, avec des semblables également menacés par l'angoisse de la solitude.

Au cours d'une enquête d'opinion publique, on a demandé à un certain nombre de gens:

— Avez-vous assez de loisirs?

— Non, ont-ils répondu.

— Si vous en aviez davantage, comment les utiliseriez-vous? 20 pour cent seulement des personnes interrogées savaient à quoi elles emploieraient leur temps si elles disposaient de loisirs supplémentaires.

C'est sur cette incapacité à se distraire, à s'occuper, c'est sur la crainte pour le touriste de se retrouver face à face avec son propre vide qu'est aujourd'hui basée toute une industrie des loisirs qui n'est pas forcément la civilisation des loisirs. (...)

Nicolas Berland

« Le nouveau Candide »



## Bibliographie

Kempff, Bertrand

CDU: 796.52

Guide pratique de la montagne. Paris, Edition Flammarion, 1962. — 8°. 269 pages, figures. — Fr. 17.60.

Voici, sous une forme vivante, un manuel technique qui intéressera non seulement les alpinistes de la haute montagne, mais également les quelque deux millions de touristes qui, d'après l'Institut National de la Statistique, passent leurs vacances dans les Alpes et les Pyrénées. Pour la première fois, le sujet est vulgarisé à l'intention d'un vaste public.

Ce sera véritablement le « bréviaire » du montagnard, avec vingt-quatre chapitres de renseignements pratiques sur l'art et la manière de réussir promenades et escalades, mais aussi sur la sécurité, sur les guides, sur les refuges, sur la prévision du temps, sur les assurances, sur les premiers soins en cas d'accident, sur tous les problèmes qui se posent en montagne, sans négliger le « contexte », c'est-à-dire les grandes idées et les sentiments inspirés par le monde de l'altitude. A cet égard, la préface de Samivel, le célèbre peintre-écrivain-cinéaste, comme les citations regroupées sous le titre de « réflexions au sommet », reflètent l'idéal de la montagne, laquelle ne se réduit pas à une technique sportive (a-t-on jamais entendu parler de champions de l'alpinisme?).

Les groupements de jeunesse y trouveront, pour leur part, les conseils et toute la réglementation qui les concernent.

L'ouvrage est agrémenté d'une illustration abondante: photographies « d'ambiance », dessins, cartes.

L'auteur ayant été le délégué du Club Alpin à la sécurité en montagne, le « guide pratique » est évidemment axé sur la prudence, ce qui est tout indiqué à une époque où de trop nombreux accidents, dont les victimes sont d'ailleurs le plus souvent des touristes en moyenne montagne, inquiètent à juste titre l'opinion.

Bertrand Kempff est également connu pour avoir été l'heureux gagnant d'une des dernières émissions de « La Tête et les Jambes » où il était, bien entendu, interrogé sur la montagne.

« Jeunesses des Auberges »