

**Zeitschrift:** Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Band:** 31 (1974)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Semaine de vacances pour la mère et l'enfant  
**Autor:** Kennel, L.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997525>

### **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:** 08.02.2026

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



## Semaine de vacances pour la mère et l'enfant

Par L. Kennel, Balsthal

Traduction: DL

Les vacances actives sont à la mode, elles sont «in». Les arrangements proposés sont à la portée de tous les porte-monnaie (bien garnis) et nous permettent de passer nos vacances actives dans les quatre coins du monde. Tout ceci est bien joli, mais dans quelle mesure ces arrangements tiennent-ils compte des enfants ou même des besoins d'une mère très occupée?

L'Association suisse de gymnastique féminine (ASGF), une des plus grandes organisations féminines, connaît fort bien ces soucis et problèmes. Elle a donc étudié la chose et a trouvé, il faut le dire, une solution toute particulière: *vacances pour la mère et l'enfant*. Dans ce cours, les mères et leurs enfants passent ensemble une semaine de vacances, loin du train-train quotidien. Ils font de la gymnastique, des jeux, de la natation et le centre de sports et de vacances de la Société suisse de sport-toto se prête à merveille pour ce genre de vacances. Bien des papas qui «déposent» leur famille à

Klosters ne peuvent cacher une certaine jalousie lorsqu'ils voient les chambres spacieuses, les salles de séjour aménagées avec goût, la salle de gymnastique, la piscine couverte, les pelouses de jeu, l'atelier de bricolage etc. Oui, si l'on pouvait seulement être maman... du moins pour cette semaine.

Les petits et les grands forment une unique grande et heureuse famille qui se retrouve à chaque «pause-ovo» et à chaque repas. Le programme journalier est fort bien conçu et pour éviter toute activité en masse, les 50 enfants âgés de 6 à 12 ans et les 25 mamans sont répartis en groupes assignés à cinq monitrices bien qualifiées. Le programme sportif très varié (gymnastique, jeux, rythmique et natation) est encore complété par une excursion d'un jour, du chant et du bricolage. Les tout petits peuvent même écouter leur petite histoire avant de s'endormir. Vous voyez, on a pensé à tout!

Pour une semaine, la maman peut se reposer et se laisser servir. Tout le monde mange dans le même réfectoire, mais les enfants ont leurs tables à eux et des personnes qualifiées les surveillent (maman n'a pas besoin de se fâcher, de se gêner). Les adultes, eux, ont à leur disposition un sauna moderne, des courts de tennis éclairés et des chaises longues à discrétion. Vraiment une vie de cocagne pour les grands, mais le chouchou y trouve également son compte et tout près de maman encore.

Les mamans passent un test de natation à la fin de la semaine et les enfants essayent également d'atteindre un but adapté à leurs aptitudes. Mais ce n'est pas tout, ils apprennent aussi des exercices de gymnastique fort amusants, et pour faire plaisir à maman, ils bricolent des objets pour décorer la table ou font d'autres travaux de bricolage. Mais le résultat le plus important est la vie en commun dans une ambiance gaie et amicale, où même le petit Jean timide a trouvé des copains et où Monique, qui a une jambe malade, se sent à son aise car tout le monde est prêt à l'aider et à la réconforter.

Il est évident que cette semaine de vacances suscite un grand intérêt qui dépasse le cadre de l'ASGF. Dans l'optique de «Sport pour tous», l'ASGF a donc décidé d'ouvrir pour la première fois les portes de ce cours au grand public. Vous pouvez obtenir tous les renseignements utiles au secrétariat de l'ASGF, Bahnhofstr. 38, 5000 Aarau.



