

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 7 (2005)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Commune en effervescence  
**Autor:** Brin, Katia  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995817>

#### **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:** 12.01.2026

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



## La Suisse bouge

Quatre mois à peine, c'est le temps qu'il a fallu à la commune de Hochdorf pour concrétiser l'idée de la campagne «La Suisse bouge». Emballée, la population a chaussé ses baskets! *Katia Brin*

# Commune en effervescence

**L**es membres de l'administration communale de Hochdorf piquent du nez sur leurs dossiers en ce mardi soir de mai. Pas étonnant! La plupart se sont retrouvés à 4h30 du matin pour saluer le lever du soleil! Cette promenade matinale suivie d'un petit déjeuner a lancé en beauté une des journées organisées dans le cadre de la semaine «La Suisse bouge», une opération qui a sorti de leurs fauteuils jeunes et moins jeunes pour les propulser dans les activités inscrites quotidiennement au programme.

C'est ainsi que le mercredi, quelque 460 enfants et adolescents ont participé à la première sCOOL-Cup lucernoise, une course d'orientation dans le périmètre des bâtiments scolaires. Armés des explications de Selina Stalder et Andreas Müller, membres du cadre national élite, les élèves se sont précipités avec un tel enthousiasme que les photographes ont juste eu le temps de s'écartier pour éviter la collision! L'après-midi, le parcours a été mis à la disposition de la population.

### Hors des sentiers battus

Une journée sportive en plein air a été organisée pour les plus jeunes élèves. Les différentes classes ont été mélangées pour former de nouveaux groupes – une façon de mettre l'accent sur l'aspect social du sport, facteur d'intégration. Les élèves ne se sont pas affrontés dans les disciplines traditionnelles de l'athlétisme, mais dans le cadre d'exercices d'adresse, de coordination et d'équilibre. Les installations sportives ont été prises d'assaut par des enfants débordants d'énergie que même la pause officielle prévue pour les «dix heures» n'a pas réussi à faire tenir en place: certains ont avalé leur sandwich solidement campés à la barre fixe ou sur un pédalo.

Le matin, le groupe de walking des «60 et plus» avait déjà avalé les premiers hectomètres dans une ambiance conviviale. «Si vous n'arrivez plus à discuter, c'est que vous allez trop vite», avait expliqué le moniteur avant de prendre la direction du parcours Vita. Une participante a trouvé cela tellement génial qu'elle est revenue l'après-midi pour la gymnastique des aînés.

### Pour tous les goûts

Différentes entreprises ont elles aussi soutenu la campagne «La Suisse bouge» en incitant leurs collaborateurs à se rendre au travail à pied ou à vélo. Le comité d'organisation avait pensé aux moindres détails: toute la semaine, les sportifs amateurs ont pu profiter des vestiaires publics dès 7h du matin pour se doucher.

«Les activités mises sur pied le soir sur la place du village ont connu un franc succès», souligne Claire Gisler-Steiner, conseillère communale et présidente de la Commission des sports depuis deux ans et demi. Aérobic, gymnastique du dos, renforcement musculaire, séances d'information, le programme varié a attiré jusqu'à 200 personnes chaque soir, et la place s'est muée en un lieu de rencontres débordant d'activité. Encouragée par ce succès, la commission des sports vise haut pour ces prochaines années: elle entend non seulement reconduire l'opération, mais encore élargir la campagne de mouvement à toute la vallée. **m**

### 84 communes en route

Lancée dans le cadre de l'Année internationale du sport et de l'éducation physique 2005 ([www.sport2005.ch](http://www.sport2005.ch)), la campagne «La Suisse bouge» a séduit Hochdorf bien sûr, mais aussi 83 autres communes. Autant dire que l'opération sera reconduite en 2006!

«L'école bouge», une initiative visant à faire bouger toutes les classes au moins 20 minutes par jour, a elle aussi pris un départ fulgurant – 870 classes ont déjà dédié de jouer le jeu. Assorti de très beaux prix, le concours se poursuit jusqu'en octobre. Inscrivez-vous sans tarder sur **> [www.sport2005.ch/écoles](http://www.sport2005.ch/écoles)**