

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 10 (2008)
Heft: 6

Artikel: Midi actif, maxi manif
Autor: Salomon, Jean-Claude / Mertenat, Stéphanie / Fauchère, Cédric
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-995623>

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: 06.02.2026

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

Midi actif, maxi manif

Pour la troisième année d'affilée, l'opération «Midi Actif» vise à faire bouger la population jurassienne une heure par semaine. Rencontre avec les protagonistes de cette initiative Stéphanie Mertenat et Jean-Claude Salomon.

Interview: Cédric Fauchère; photo: Ulrich Känzig

► **«mobile»: d'où est venue l'idée de «Midi Actif»?** Jean-Claude Salomon: de nos voisins neuchâtelois. Dans les années 80, nous avions un concept semblable appliqué en soirée. Nous avons dû l'abandonner suite à plusieurs problèmes. D'autres initiatives plus ciblées, plus limitées ont ensuite été lancées par l'Office des sports et le Service de la santé publique du canton du Jura jusqu'à la naissance de «Midi Actif», projet d'envergure réunissant nos deux services.

Quels furent ces problèmes? J.-C.S.: essentiellement de nature logistique. Les salles de sport sont suroccupées en soirée, les intervenants et les participants sont également moins disponibles. Certains clubs se sont aussi plaints de «détournement» de membres. Ces problèmes ont disparu en privilégiant la période de midi.

N'y a-t-il pas d'inconvénients à cette heure de la journée? Stéphanie Mertenat: si, le temps. La pause de midi est courte: il faut se déplacer, se changer, s'adonner à l'activité choisie et manger. Il ne s'agit pas de manquer un repas, mais bien de pouvoir concilier les deux pratiques. C'est une question d'organisation et d'envie. Il faut être prêt à changer ses habitudes. La plupart des personnes profitant de l'offre «Midi actif» travaillent dans les villes qui proposent l'activité. Ils saisissent cette opportunité étant donné qu'ils ne rentrent de toute façon pas à leur domicile à midi.

À qui s'adresse «Midi Actif»? S.M.: à toute personne âgée de 16 ans et plus, même si le but de l'opération est d'atteindre avant tout les sédentaires. Le profil de nos participants est varié, certaines tendances se dessinent toutefois. Il y a davantage de femmes et la tranche d'âge la plus représentée est celle des 30 à 40 ans.

Quel est le principal obstacle à une telle entreprise? S.M.: l'information. Nous avons utilisé plusieurs canaux: des courriers électroniques à toute la fonction publique, des lettres à toutes les entreprises du canton, des brochures chez les médecins, les pharmaciens, les physiothérapeutes, les médias, et malgré cela, certains pensent encore que «Midi Actif» est réservé aux fonctionnaires!



Qu'améliorerez-vous lors de la prochaine édition? J.-C.S.: le choix des activités. Elles doivent être attractives et originales. Certaines activités comme le fitness aquatique, la marche nordique, le badminton, les arts martiaux et la préparation aux sports de neige remportent un vif succès, contrairement aux sports d'équipe par exemple (basketball, volleyball, tchoukball).

Cela explique-t-il la baisse de participation de l'année dernière? J.-C.S.: effectivement. L'excès d'offres est un autre facteur. Trop d'activités, trop de dispersion. Dans les Franches-Montagnes, qui comptent un nombre d'habitants relativement bas, plusieurs cours ont dû être annulés par manque d'effectif. Ce phénomène n'a pas été constaté à Delémont où la participation est constante.

Quel bilan tirez-vous? S.M.: les participants sont très satisfaits de la qualité du service. Certains s'inscrivent ensuite dans des clubs, d'autres font à nouveau du sport plus librement. L'objectif de faire bouger la population jurassienne est partiellement atteint. Il s'agit maintenant de toucher une plus large population! //

► Jean-Claude Salomon est chef de l'Office des sports du canton du Jura et Stéphanie Mertenat occupe un poste de collaboratrice au Service de la santé publique du canton du Jura.
Contacts: jean-claude.salomon@jura.ch,
stephanie.mertenat@jura.ch