

# Grandir

## À LAUSANNE

no 22  
printemps 17

### PLACES DE JEUX, LIEUX D'APPRENTISSAGES, LIEUX DE RENCONTRES

En août 2016, Pro Juventute publiait une étude et s'inquiétait du temps libre que les enfants passent dehors : 30 minutes aujourd'hui, contre 3 à 4 heures dans les années 1970. En mars 2017, la Session cantonale des jeunes demandait d'aménager plus d'espaces de rencontre dans les communes. Lieux d'activité physique, lieux d'apprentissage, lieux de rencontre, les places de jeux répondent donc à des enjeux multiples, et sont des espaces publics importants.

Depuis les années 1950, Lausanne propose une centaine de places de jeux réparties dans ses quartiers. Il s'agit bien sûr de les entretenir et d'y garantir toutes les normes de sécurité ; mais aussi d'en faire des lieux accueillants et adaptés aux usagers·ères et aux enjeux d'aujourd'hui. Le bois et les matériaux naturels y gagnent en importance, l'intégration paysagère est soignée. Des démarches participatives permettent aux enfants ou aux jeunes d'exprimer leurs attentes.

Les places de jeux doivent aussi s'adresser à des publics multiples : aux jeux pour les enfants s'ajoutent désormais des aménagements de fitness urbain, répondant à la demande de jeunes et de moins jeunes. Ce sont ainsi des lieux de rencontre et d'échange entre générations que nous déployons dans les quartiers.

D'autres mesures sont développées pour un espace public au service de l'activité physique et des rencontres : les préaux scolaires sont de plus en plus conçus comme des lieux ouverts sur le quartier, et en particulier sur les parcs et places de jeux avoisinants. La Ville propose un Terrain d'Aventure à Pierrefleur, et un deuxième dès cet été à Malley – et nous invitons les habitants·es dès le début de l'aventure à la construction et à l'aménagement du terrain !

Nous espérons que vous pourrez découvrir et apprécier ces espaces et les activités qu'ils permettent, en lisant ce numéro de Grandir, et surtout au fil de vos promenades à Lausanne !

**David Payot** Conseiller municipal, directeur de l'Enfance, de la jeunesse et des quartiers  
**Florence Germond** Conseillère municipale, directrice des Finances et de la mobilité, en charge des places de jeux de la Ville

## DÉVELOPPEMENT DE L'ENFANT

.....

### ILS BOUGENT COMME ILS RESPIRENT

« Tiens-toi tranquille ! » Une injonction souvent répétée, sur tous les tons, dont la fréquence témoigne du besoin de mouvement des enfants. Un besoin qui se manifeste d'autant plus souvent que l'enfant est petit et dont le caractère impérieux rend souvent sans effet la demande de l'adulte, justifiée ou non.

Mais pourquoi bougent-ils tant ? Le rythme des enfants n'est pas le nôtre. Chez eux, les alternances de mouvement et de repos, d'activité et de détente se succèdent rapidement. La plupart de leurs activités impliquent tout le corps. Pas question pour les enfants d'immobiliser le corps pour favoriser l'activité de l'esprit. Ils pensent en bougeant, la pensée et le mouvement sont indissociables.

En croissance rapide, leur corps a besoin d'être exercé. Il faut habiter ses nouvelles forces, exercer des possibilités en développement. Les habiletés corporelles s'entraînent, les enfants ont besoin de se confronter à des difficultés, de les surmonter pour aller plus loin, vers d'autres performances, d'autres prouesses. Chacun avance sur ce chemin à son rythme propre, mais tous les enfants, même les plus tranquilles, explorent par le mouvement leur propre corps et leur environnement.

Facteur de développement, le mouvement est aussi facteur d'équilibre intérieur. S'il est restreint dans sa mobilité, un enfant sera tendu, agité. Paradoxalement, c'est lorsqu'il a la possibilité de bouger quand il en a besoin – et c'est souvent – qu'un enfant est calme. Le bénéfice est double : pour l'enfant lui-même et pour son entourage.

Idéalement, la possibilité de bouger devrait être constamment présente dans l'environnement des enfants. Non pas pour qu'ils bougent tout le temps ou qu'ils soient dans une perpétuelle agitation, mais pour qu'ils puissent être actifs à leur manière d'enfant, avec tout leur corps.

Raymonde Caffari, pédagogue, Professeure HES honoraire, Lausanne

## JOUER EN VILLE

.....

Qu'en est-il de l'accessibilité des espaces de jeux à proximité de la maison et pour tous les enfants ? Comment la cohabitation des différents usages et usagers des espaces publics est-elle pensée et vécue ? Enfants compris ! Qu'est-ce qui participe au sentiment d'insécurité et qui fait dire à un certain nombre de parents : « Je ne sais pas si j'oserais laisser mes enfants aussi libres que je l'ai été » ? Voici quelques-unes des interrogations que Pousses Urbaines abordait dans son édition 2012-2013 *Jouer en ville*.

Alors que plusieurs voix s'accordent à constater que le temps des activités libres en plein air se réduit de plus en plus pour les enfants, il est important de rappeler que ceux-ci jouent partout et tout le temps. Et de ne pas oublier que le jeu est essentiel à leur développement, à leur bien-être.

NB. Un court-métrage donnant la parole à une trentaine d'enfants et une vingtaine de parents ainsi qu'un rapport restent accessibles sur <http://www.pousses-urbaines.ch/apps/pousses-urbaines/2012-2013.php>

Florence Godoy, déléguée à l'enfance,  
Direction de l'enfance, de la jeunesse et des quartiers

# SÉCURITÉ ET RESPONSABILITÉ

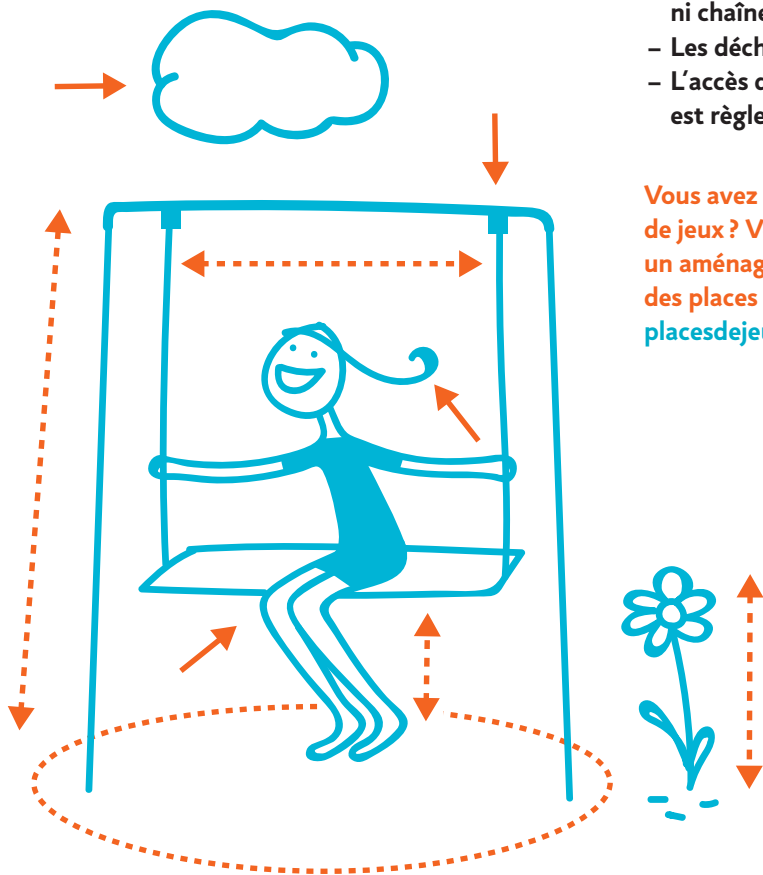


## JOUER EN TOUTE CONFIANCE

Vous pouvez jouer tranquillement. Afin d'éliminer les dangers non-identifiables par les enfants et d'éviter les accidents irréversibles, des normes officielles sont rigoureusement suivies et appliquées.

## LES MESURES ENTREPRISES PAR LA VILLE DE LAUSANNE

- Les places de jeux sont toujours réalisées selon les normes en vigueur.
- Les normes dictent la mise en conformité de certains jeux ou revêtements existants.
- L'ensemble des jeux fait l'objet de contrôles réguliers par du personnel spécifiquement formé.
- Les revêtements de chute sont régulièrement nettoyés, complétés et remplacés.



## ZÉRO RISQUE ZÉRO

Les parents le savent bien: impossible de laisser jouer des enfants sur une place de jeux sans jamais devoir soigner un petit bobo de temps à autre. Oui, il est normal qu'un enfant se fasse mal, même sur une place de jeux « aux normes ».

Des risques limités et identifiables par l'enfant contribuent à la valeur ludique et pédagogique d'un espace de jeux en lui permettant d'apprendre à apprivoiser les dangers... et de grandir!

## AIDEZ NOUS À GARANTIR LA SÉCURITÉ SUR NOS ESPACES DE JEUX

- Les enfants, les jeunes et les parents sont priés d'utiliser les places de jeux de manière responsable et respectueuse.
- Les enfants sont sous la responsabilité de leurs parents ou de leurs accompagnants.
- Les enfants ne doivent porter ni casque à vélo, ni chaînettes, ni longs foulards sur les jeux.
- Les déchets sont à déposer dans les poubelles.
- L'accès des chiens sur les espaces de jeux lausannois est règlementé; la signalisation fait foi.

Vous avez constaté un problème de sécurité sur une place de jeux? Vous avez une question ou suggestion concernant un aménagement? Merci de vous adresser à la déléguée des places de jeux: [Petra Meyer-Deisenhofer](mailto:Petra.Meyer-Deisenhofer@lausanne.ch) 021 315 57 72 [placesdejeux@lausanne.ch](mailto:placesdejeux@lausanne.ch)

# PRINCIPES D'AMÉNAGEMENT

La naissance d'une place de jeux découle d'une réflexion globale tenant compte des paramètres urbanistiques, écologiques, sociaux et économiques de sa réalisation.  
Tout nouveau projet est l'œuvre d'une profonde réflexion intégrant notamment les points de vue des futur·e·s utilisateur·trice·s.  
Les questions de sécurité, de qualités ludiques et du développement de l'enfant viennent ensuite se superposer à ces éléments initiaux. La Ville accompagne vos enfants !

## LES 7 FONDEMENTS DE L'AMÉNAGEMENT D'UNE PLACE DE JEUX :



### À CHACUN·E SA PLACE

Tout quartier doit disposer d'une offre couvrant chaque tranche d'âge. Ainsi, les grands espaces de jeux de quartier sont complétés par de petites placettes conçues pour les plus jeunes et des installations spécifiques pour les adolescent·e·s, comme le Street workout ou les places multijeux.

### Y'EN A PAS DEUX PAREILLES !

Chaque nouvelle place de jeux est une création unique. Elle est conçue en tant que telle, en fonction de son relief naturel, de son quartier et de l'histoire de son site. Les jeux sont développés sur mesure, selon un concept global permettant de diversifier les activités présentes sur l'ensemble des places. Une incitation à chaque famille pour fréquenter différentes places de jeux, à l'image d'un saute mouton des places de jeux.

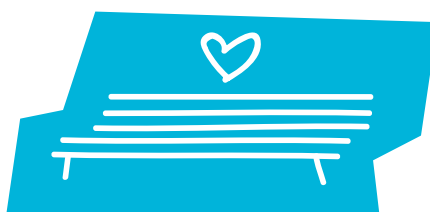


### FAITES VOS JEUX !

Pour que chacun·e y trouve son compte, chaque place de jeux doit proposer une multitude d'activités. Jeux de mouvement, jeux créatifs, jeux de rôles, jeux multifonctionnels, jeux collectifs ou zones libres permettront aussi bien aux jeunes pousses de faire de la trottinette que de créer les plus formidables des châteaux de sable.

### SOCIALEMENT VÔTRE

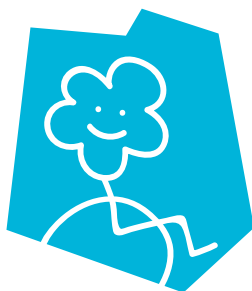
Les places de jeux sont des espaces de rencontre multi générationnels et conviviaux au sein d'un quartier. Des bancs confortables, des tables de pique-nique, de l'ombre et du soleil sont des éléments de bien-être qui incitent au partage.



## VERS UNE APPROCHE NATURELLE

Jeux en bois, revêtements en copeaux ou en gravier, aspect naturel avec peu de couleurs, plantes indigènes adaptées, les places de jeux contribuent au verdissement de la ville et invitent les enfants à réaliser des expériences sensorielles intéressantes et diversifiées.

Cet apprentissage du naturel est primordial dans leur développement, particulièrement dans un environnement urbain.

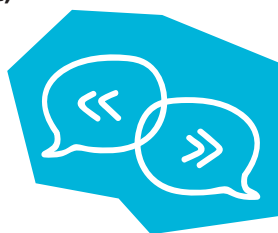


## TOUS·TES BIENVENUS·ES !

Dans la mesure du possible, les places de jeux sont conçues de façon inclusive de manière à offrir aux personnes à mobilité réduite un accès facilité aux espaces et aux installations.

## À VOUS DE JOUER !

La Ville mise sur la planification participative. Elle est à l'écoute de ses habitant·e·s dès les premiers pas de la conception de la place de jeux et intègre ses futurs·es utilisateurs·trices dès le début du projet, et notamment les enfants (collaboration avec délégations enfance et jeunesse, Conseil des enfants, FASL, médiateur sportif, collègues, garderies, etc.). Leurs besoins, leurs envies, leur regard sur le projet en font l'essence de la future réalisation.



## LES TENDANCES

### UN ESPRIT SAIN DANS UN CORPS SAIN !

Les vertus de l'activité physique ne sont plus à démontrer et encourager les individus à pratiquer un sport ou simplement être actif demeure un réel défi.

Depuis toujours, l'espace urbain est une source intarissable d'inspirations pour les nouvelles pratiques de loisirs sportifs, voire une source d'inspiration informelle pour les personnes cherchant à s'affranchir des équipements mis à leur disposition. Les zones de loisirs et de jeux sont en constante évolution pour accueillir de nouvelles tendances sur ces terrains urbains appelés « terrains multijeux » ou « playground ». On remarque par exemple des aménagements réalisés pour des activités dérivées de sports traditionnels, telles que le « foot de rue » ou « le streetball », ou encore des installations de modules divers pour les sports de glisse comme le skateboard, la trottinette, le roller ou le BMX.

Ce n'est plus un scoop, l'espace urbain d'aujourd'hui doit être partagé entre une multitude de pratiques sportives (le vélo, le jogging, la trottinette, le skate).

### ET ÇA NE S'ARRÊTE PAS LÀ !

Depuis 2008, est apparue à Lausanne une nouvelle forme de discipline sportive chez les jeunes, un mélange de course à pied, de gymnastique et d'acrobatie. Le Parkour, aussi appelé l'art du déplacement, est né en France et a été popularisé notamment par les films « Yamakasi » (2001) et « Banlieue 13 » (2004). Cette pratique consiste en une course d'obstacles qui utilise le mobilier urbain comme terrain. Le but est de se déplacer de la manière la plus fluide et efficace possible en franchissant le maximum d'obstacles. Cette discipline mêle agilité, endurance, souplesse, force et adaptation au terrain. La majorité des pratiquant·e·s, les « traceurs » ou « freerunners » comme on les appelle, n'ont jamais pris de licence au sein d'un club de gym traditionnel et sont pourtant de vrais athlètes. Derrière l'image spectaculaire de certains mouvements ou acrobaties, se cachent de longues heures de préparation. C'est une véritable discipline qui demande de la persévérance et, comme tout autre sport, un temps d'échauffement, des entraînements et des périodes de récupérations afin de diminuer au maximum le risque d'accidents et de blessures.

Le Parkour est une discipline ouverte à toutes et tous. L'entraînement est adaptable pour les enfants comme pour les adultes, femmes comme hommes. A Lausanne, les associations « X-TREM Move Lausanne » et « Parkour Lausanne » organisent des entraînements ou des sessions de groupe destinés aux adolescent·e·s et jeunes adultes déjà initiés. Pour les plus jeunes, l'Ecole Lémanique d'Arts et d'Actions propose un encadrement spécifique.

### LA VILLE, UN CENTRE DE FITNESS EN PLEIN AIR !

Dernièrement, l'espace public est aussi investi par les adeptes de l'endurance et du renforcement musculaire. Au programme : travail de gainage, tractions, sauts et stretching. C'est ainsi que l'entraînement urbain ou « Urban Training » utilise les escaliers, les bancs, les trottoirs, les murets, les bornes et autres barres comme autant d'équipements sportifs. Le poids du corps est la seule et unique charge tandis que les possibilités d'exercices pour le renforcement musculaire sont nombreuses : pompes, tractions, dips, squats, twists, etc.

Pour répondre à ces besoins, la Ville de Lausanne a équipé de barres fixes et parallèles de nouveaux espaces nommés « Street workout » en libre accès que l'on trouve à la place Chauderon, au centre sportif de Pierre-de-Plan et dans le quartier de Praz-Séchaud.

Pour de plus amples informations [www.lausanne.ch/fitnessurbain](http://www.lausanne.ch/fitnessurbain)

### VERS UNE VILLE SPORTIVE 3.0

La pratique d'une activité physique, libérée de toutes contraintes, permet d'exercer un sport de manière ludique et gratuite en bas de chez soi. Une ville connectée offre à ses habitant·e·s la possibilité de mesurer leurs pulsations, leurs calories et leurs efforts dans tous les gestes du quotidien. La ville de demain, le sport de demain nous réservent un bel avenir et de belles surprises !

Julien Mortier, médiateur sportif,  
Direction de l'enfance, de la jeunesse et des quartiers

# GRANDIR EN FORME

## DE « ALLEZ JOUER DEHORS ! » À RÊVER D'ALLER JOUER DEHORS

Si « jouer dehors » a nourri le développement des enfants d'hier qui passaient plusieurs heures par jour à l'extérieur, ce n'est plus le cas de ceux d'aujourd'hui : les enfants jouent peu à l'extérieur, 30 minutes par jour en moyenne selon une étude réalisée en Suisse en 2016, à la demande de Pro Juventute, auprès de 649 familles. Et pourtant...

Pour l'enfant, jouer dehors, c'est d'abord élargir son horizon, explorer, découvrir, s'ouvrir au monde, rêver. C'est aussi observer, écouter, sentir, toucher. C'est éveiller sa curiosité, essayer de comprendre, apprendre... Jouer dehors, c'est pouvoir se défouler : courir, sauter, danser, crier, chanter, apprendre à canaliser son énergie, trouver ou retrouver ses propres rythmes.

L'enfant, naturellement, aime bouger. Il en a besoin. Favoriser l'activité physique est essentiel pour son bon développement : aller à pied au jardin d'enfants ou à l'école, rester jouer dans les espaces extérieurs de proximité, au square ou au parc, lui permet d'approprier son environnement, mais aussi d'acquiescer de saines habitudes de vie qu'il pourra maintenir en grandissant.

Maintenir une activité physique régulière intégrée à ses activités quotidiennes, renforcée par des sorties en plein air sur les temps de loisirs, contribue à donner le goût de pratiquer des exercices, de se maintenir en mouvement tout au long de la vie, approche si bénéfique pour la santé.

Plus l'enfant a la possibilité de bouger, plus il développe ses capacités motrices au fil de son développement. Il gagne en confiance, étend ses possibilités d'exploration. Les espaces naturels l'y invitent, les installations et jeux d'extérieur le favorisent.

Non seulement l'enfant sera moins à risque d'installer un surpoids souvent favorisé par un manque d'activité physique et des écarts alimentaires, mais aussi moins à risque de présenter une carence en vitamine D.

L'activité physique régulière favorise la santé cardio-respiratoire, jouer dehors contribue à développer les résistances physiques et immunitaires de l'enfant, mais encore le fait de pouvoir regarder plus loin repose le regard, élément reconnu aujourd'hui comme très favorable et prôné comme nécessaire pour lutter contre le développement de déficits visuels tels que la myopie, etc.

Si jouer dehors est bon pour la santé physique de l'enfant, c'est également un excellent moyen pour lui de réguler ses états d'anxiété, se détendre, s'apaiser, mais aussi d'être davantage en capacité de se concentrer ensuite sur les temps dévolus aux apprentissages scolaires par exemple.

Les rencontres avec d'autres enfants de tous âges, la pratique de jeux improvisés, inventés, l'exploration de l'espace à plusieurs, concourent à l'aider à développer ses capacités de socialisation puis son autonomie relationnelle.

Alors, plutôt que d'en rêver, si on allait jouer dehors ? Dehors ? Encore !

Dr Béatrice Delanoy Ortega, Cheffe du Service de santé et de prévention

### RESPONSABLE D'ÉDITION

Claire Attinger

### CARTE

Florian Barraud

### GRAPHISME ET ILLUSTRATIONS

Helen Tilbury

### IMPRESSION

PCL Presses centrales SA

### COLLABORATIONS

- Secrétariat général de la Direction de l'enfance, de la jeunesse et des quartiers
- Secrétariat général de la Direction des finances et de la mobilité
- Service d'accueil de jour de l'enfance
- Service des parcs et domaines
- Service des sports

## LUDOTHÈQUES

Pour emprunter jeux et jouets d'intérieur et d'extérieur, pour tous les âges.

### PINOCCHIO

Place de la Palud 7, 1er étage,  
1003 Lausanne

### LA CIGALE ET LA FOURMI

Collège de Chailly,  
chemin du Devin 10, 1012 Lausanne  
[www.ludothequelausanne.ch](http://www.ludothequelausanne.ch)

## LES PIEDS DANS L'EAU LA TÊTE DANS LES LIVRES

La bibliothèque prend ses quartiers d'été à la piscine de Bellerive du lundi 3 juillet au dimanche 20 août. Tous les jours par beau temps, dès 10h. Une heure de lecture ou de conte est proposée en semaine à 15h30. Gratuit (mais il faut payer l'entrée à la piscine). Adultes ou enfants, venez passer un moment de détente au milieu des livres, entre deux baignades: bandes dessinées, mangas, revues, romans et livres pour les enfants vous attendent en toute liberté. Le week-end, « La Suisse Raconte » vous accueille de 15h à 17h, avec son « Splash! Bain d'histoires » et ses kamishibais.

## PÉDIBUS

Pour toute information ou contacter un parent référent: 021 315 64 19 ou [www.lausanne.ch/pedibus](http://www.lausanne.ch/pedibus)

## PLACES DE JEUX LAUSANNOISES

Toutes les informations sur les places de jeux, notamment les dernières réalisations  
[www.lausanne.ch/placesdejeux](http://www.lausanne.ch/placesdejeux)

## DEVOIRS SURVEILLÉS

Jedi 15 juin fin des devoirs surveillés pour les élèves dès la 7e année (7-8P et 9-11S).

Jedi 22 juin fin des devoirs surveillés pour les élèves de 3e à 6e année (3-6P).

Dès le lundi 26 juin les élèves inscrits dans un APEMS y sont accueillis directement après l'école.

## LA BANDA

Orchestre des écoles.

Formulaire d'inscription en ligne  
[www.la-banda.ch](http://www.la-banda.ch)

ou par tél. 021 315 64 19

Répétitions: lundi après les cours au collège de St-Roch.

Prêt d'instrument possible.

## OFFRES VACANCES

Retrouvez toutes les offres dans le catalogue distribué dans les écoles et sur

[www.lausanne.ch/jeunessevacances](http://www.lausanne.ch/jeunessevacances)

Le bureau lausannois d'accueil vacances se tient également à votre disposition à la Place Chauderon 7A, niveau Terrasse.  
Tél. 021 315 68 22/65

## FÊTES DES ÉCOLES

Classes enfantines (1P-2P)

mercredi 21 juin

Départ du cortège à 13h30 depuis Montbenon jusqu'au Parc de Milan.

Classes primaires (3P-5P)

mercredi 28 juin

Départ du cortège à 13h30 depuis la Riponne jusqu'au Parc de Milan.

**NOUVEAU!** 6P en fête

vendredi 23 juin

Différentes activités proposées aux élèves des classes de 6P, à la piscine de Bellerive.

## QUELQUES LIENS

Balades thématiques

[www.lausanne.ch/balades-thematiques](http://www.lausanne.ch/balades-thematiques)

Bowl et skatepark [www.fievre.ch](http://www.fievre.ch)

# INFOS PRATIQUES

## TERRAINS D'AVENTURE À LAUSANNE

- Terrain d'Aventure de Pierrefleur  
Chemin de Pierrefleur 19  
1004 Lausanne

- Terrain d'Aventure,  
Le Tunnel rêve de vert  
du 3 juillet au 18 août, 13h-19h  
Place du Tunnel 24  
1005 Lausanne

- Terrain d'Aventure de Malley  
avec vous!

L'association du terrain d'aventure de Malley (ATAM) recherche des parents et des familles pour participer activement à la construction de ce projet: un bâtiment, un jardin potager, une mare, un espace de jeux et de cabanes... A ne pas manquer: la participation au chantier de juin à octobre 2017 (ateliers durant les vacances) et la réalisation commune de la façade du bâtiment en collaboration avec un artiste suisse. Pour tout renseignement: [comite@atamlausanne.ch](mailto:comite@atamlausanne.ch)

## JOURS FÉRIÉS ET VACANCES SCOLAIRES

> PONT DE L'ASCENSION  
du jeudi 25 mai

au dimanche 28 mai

> PENTECÔTE

lundi 5 juin

> ÉTÉ

du samedi 1er juillet

au dimanche 20 août

> JEÛNE FÉDÉRAL

lundi 18 septembre

> AUTOMNE

du samedi 7 octobre

au dimanche 22 octobre

[www.lausanne.ch/vacances](http://www.lausanne.ch/vacances)

## FUTUR·E·S ÉLÈVES DE 1re ANNÉE (1P)

Soirée d'information pour les parents:  
lundi 8 mai au Cinéma Capitole.  
Présentation à 19h  
stands d'informations dès 18h.