



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Direction de la santé et des affaires sociales DSAS
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD

Route des Cliniques 17, 1701 Fribourg

T +41 26 305 29 04, F +41 26 305 29 09
www.fr.ch/dsas

Programme cantonal fribourgeois « Je mange bien, je bouge bien »

2018–2021



Auteures :

Aurélie Archimi, collaboratrice scientifique universitaire, Service de la santé publique

Fabienne Plancherel, déléguée à la promotion de la santé et à la prévention, Service de la santé publique

Carine Vuitel, collaboratrice scientifique universitaire, Service de la santé publique

Septembre 2017

Table des matières

Partie I - Résumé	4
1. Vision.....	4
2. Groupes cibles et thèmes	4
3. Objectifs du programme	4
4. Durée.....	4
5. Budget du programme	4
Partie II - Concept	5
1. Contexte.....	5
1.1. Situation initiale au niveau national	5
1.1.1. Alimentation et activité physique des enfants et des jeunes	9
1.1.2. Alimentation, activité physique et chutes chez les seniors.....	10
1.2. Situation initiale au niveau cantonal.....	12
1.2.1. Contexte stratégique	12
1.2.2. Population générale : données chiffrées	14
1.2.3. Tendances démographiques	15
1.2.4. Enfants & jeunes : données chiffrées	15
1.2.5. Enfants & jeunes : état des lieux	16
1.2.6. Seniors : données chiffrées.....	17
1.2.7. Seniors : état des lieux.....	18
2. Justification du programme	20
3. Groupes cibles et settings d'intervention.....	21
3.1. Interventions.....	21
3.2. Actions structurelles (« policy »)	29
3.3. Actions de mise en réseau	30
3.4. Information du grand-public (« communication »)	31
4. Vision, objectifs et mesures	33
4.1. Vision	33
4.2. Objectifs du programme, objectifs détaillés et mesures	33
5. Organisation du programme et mise en réseau	43
6. Evaluation et monitoring	45
7. Calendrier	46
8. Budget.....	52
9. Méta-informations	53
10. Documents de références	54
10.1. Sources de données	54
10.2. Références nationales	55
10.3. Références cantonales	55
10.4. Sites et pages internet pertinents	55
11. Annexes	56

Abréviations

AES	Accueils extrascolaires
bpa	Bureau de prévention des accidents
CCPSP	Commission cantonale de promotion de la santé et de prévention
CPPS	Commission de prévention et de promotion de la santé (cantons latins)
DAEC	Direction de l'aménagement, de l'environnement et des constructions
DIAF	Direction des institutions, de l'agriculture et des forêts
DICS	Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport
DSAS	Direction de la santé et des affaires sociales
DOA	Amt für deutschsprachigen obligatorischen Unterricht
ESS	Enquête Suisse sur la santé
HBSC	Health Behavior in school-aged children
IMC	Indice de masse corporelle
IMR	Bureau de l'intégration des migrant-e-s et de la prévention du racisme
LEJ	Loi sur l'enfance et la jeunesse
LSen	Loi sur les Seniors
MNT	Maladies non transmissibles
OFS	Office fédéral de la statistique
OFSP	Office fédéral de la santé publique
OFSPPO	Office fédéral du sport
OMS	Organisation mondiale de la santé
PAC	Programmes d'action cantonaux
PER	Plan d'études romand
PSCH	Promotion Santé Suisse
SASoc	Service de l'action sociale
SEJ	Service de l'enfance et de la jeunesse
SEnOF	Service de l'enseignement obligatoire de langue française
SMC	Service du médecin cantonal
SPS	Service de la prévoyance sociale
SSP	Service de la santé publique

Partie I - Résumé

1. Vision

Le canton de Fribourg offre un cadre de vie favorable à l'adoption de comportements bénéfiques en matière de mouvement, d'activité physique et d'alimentation équilibrée pour les enfants, les adolescent-e-s, les jeunes adultes, les familles, les seniors et la collectivité dans son ensemble. Le programme favorise la collaboration avec les partenaires et valorise les actions existantes.

2. Groupes cibles et thèmes

Le Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien » comprend les modules alimentation et activité physique pour les enfants, les jeunes (module A) et les personnes âgées (module B), co-financés par Promotion Santé Suisse (PSCH).

3. Objectifs du programme

Objectifs nationaux	Objectifs du Programme cantonal
A1/B1/A4/B4	Les communes du canton de Fribourg offrent des conditions-cadres sociales et structurelles favorisant une activité physique et une alimentation bénéfiques pour la santé des enfants, des jeunes et des seniors.
B2	Le canton de Fribourg offre des conditions cadres pour l'aménagement de l'espace privé de manière à prévenir les chutes.
A2/A4	Dans l'environnement préscolaire, scolaire et extrascolaire (accueil extrafamilial, écoles obligatoires et post-obligatoires, structures extrascolaires, etc.) l'alimentation équilibrée, ainsi que l'activité physique régulière et l'image corporelle positive des enfants et des jeunes sont favorisées.
B3/B5/B6	Les seniors, leurs proches et les professionnel-le-s qui les entourent sont sensibilisés à l'importance de l'alimentation équilibrée et de l'activité physique suffisante ainsi qu'à la prévention des chutes par des mesures efficaces et accessibles.
A3/A5/A6	Les enfants, les jeunes, leurs parents et les professionnel-le-s qui les entourent sont sensibilisés à l'importance de l'alimentation équilibrée, de l'activité physique régulière et de l'image corporelle positive par des mesures efficaces et accessibles.

4. Durée

Le Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien » s'étend sur une durée de 4 ans, à savoir 2018-2021.

5. Budget du programme

Le budget total du Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien » 2018-2021 s'élève à Fr. 2'780'000.- sur une période de quatre ans pour les modules A et B.

La part attribuée au module A (enfants & jeunes) est ainsi de Fr. 458'000.- par année, 204'000.- provenant de PSCH et 254'000.- du canton de Fribourg, et celle attribuée au module B (personnes âgées) de Fr. 237'000.- par année (101'000.- de PSCH et 136'000.- du canton).

Partie II - Concept

1. Contexte

De 2007 à 2016, Promotion Santé Suisse (PSCH) proposait des programmes d'action cantonaux (PAC) Alimentation et activité physique pour les enfants et des adolescent-e-s. Depuis janvier 2017, PSCH élargit ses thèmes d'action et ses groupes cibles et propose désormais un programme d'action cantonal consacré aux thèmes de l'alimentation, de l'activité physique et de la santé psychique destiné aux enfants, aux adolescent-e-s ainsi qu'aux personnes âgées. Ce nouveau programme comprend les quatre modules suivants :

A/ Alimentation et activité physique chez les enfants et les adolescent-e-s ;

B/ Alimentation et activité physique chez les personnes âgées ;

C/ Santé psychique chez les enfants et les adolescent-e-s ;

D/ Santé psychique chez les personnes âgées.

Le présent concept concerne les modules A et B, à savoir la promotion de l'alimentation et de l'activité physique chez les enfants, les jeunes et les seniors¹.

Depuis 2010, le Programme cantonal fribourgeois « Je mange bien, je bouge bien » a permis de soutenir et de concrétiser différents projets en lien avec les thématiques de l'alimentation et de l'activité physique, dans une première phase à l'intention des enfants âgé-e-s de 0 à 6 ans et les personnes qui les entourent (2010 à 2013), puis dans une deuxième phase pour les enfants de 0 à 12 ans et les personnes qui les entourent (2013 à 2017). Grâce au soutien élargi de PSCH, la troisième phase (2018 à 2021) permet d'étendre les groupes cibles, de développer et de soutenir des projets relatifs aux enfants et jeunes âgé-e-s de 0 à 20 ans ainsi qu'aux personnes âgées de 65 ans et plus dans les domaines de l'alimentation et de l'activité physique.

1.1. Situation initiale au niveau national

Maladies non transmissibles

Les maladies non transmissibles (MNT) principales² sont les maladies cardiovasculaires, le diabète, le cancer, les maladies chroniques des voies respiratoires, les maladies musculo-squelettiques et les maladies psychiques. En Suisse, elles représentent un problème majeur de santé publique, dont souffre une part importante de la population. Elles affectent la société dans sa globalité, en termes de morbidité, dépendance, qualité de vie, mortalité et coûts de la santé. Elles entravent également son développement économique et social.

Les MNT représentent 90% de la charge de morbidité en Suisse. Elles apparaissent relativement tôt dans l'âge adulte et durent ainsi de très nombreuses années. En Suisse, 32% de la population de plus

¹ Dans le cadre du présent concept, le terme « seniors » a été privilégié en cohérence avec la politique en faveur des seniors « Senior+ » menée au niveau cantonal. Si ce terme fait référence à un cercle de personnes plus large que le terme de « personnes âgées » et est connoté de manière plus neutre, le présent Programme s'adresse à des personnes âgées de 65 ans et plus.

² Les principales MNT ont été déterminées en fonction des critères suivants : leur prévalence, leur charge de morbidité et leur évitabilité. Office fédéral de la santé publique, Une étude présente pour la première fois le calcul des coûts directs et indirects des principales maladies non transmissibles, in Spectra, Bulletin 27, Juin 2014, Berne, pp. 583-586.

de 15 ans souffre d'une maladie non transmissible, soit 2.2 millions de personnes, et, parmi elles, la moitié est âgée de 50 ans ou plus. Les politiques de santé publique actuelles tentent dès lors d'augmenter le nombre d'années vécues en bonne santé et de diminuer le nombre de décès prématurés, soit ceux survenant avant 70 ans.³ On estime également qu'en Suisse, le coût matériel des MNT représentait 80% des coûts directs de la santé en 2011⁴.

Par ailleurs, les MNT représentent la plus grande partie de la charge de morbidité chez les seniors. En effet, près d'une personne sur deux âgée de 65 ans ou plus en Suisse souffre d'au moins une MNT⁵. Selon les estimations de l'Office fédéral de la statistique (OFS) en matière d'évolution de la population, notre pays va connaître un rapide accroissement du nombre de personnes âgées lors des prochaines décennies. Ainsi, selon le scénario moyen de référence de l'évolution de la population de la Suisse, le nombre de personnes âgées de 65 ans et plus en Suisse passera de 1.5 million de personnes en 2015 à près de 2.7 millions d'ici à 2045. Plus d'un quart de la population en Suisse aura par conséquent plus de 64 ans en 2045⁶. Le nombre de personnes âgées de 80 ans ou plus passera de 420'000 en 2015 à plus d'un million de personnes en 2045⁷. Par conséquent, avec le vieillissement de la population, les MNT représenteront un défi majeur en matière de santé des seniors⁸.

Les chutes ont également une incidence élevée chez les seniors. En effet, entre 2009 et 2013, c'est parmi les personnes âgées de 65 ans et plus en Suisse que l'on observe la prévalence la plus élevée de personnes blessées lors d'une chute (environ 30%)⁹. Par ailleurs, selon les estimations du Bureau de prévention des accidents (bpa), entre 2009 et 2013, en moyenne, près de 96% des personnes tuées en Suisse dans une chute étaient âgées de 61 ans et plus¹⁰. Les chutes ont généralement un impact important sur la santé, étant donné qu'elles ont souvent pour conséquence une dégradation de la qualité de vie pour les personnes concernées, du fait notamment d'une perte durable de mobilité et des difficultés dans l'accomplissement des activités de la vie quotidienne¹¹. On estime que, parmi les personnes âgées de 65 ans et plus en Suisse, les chutes représentent plus de 80% de l'ensemble des coûts socio-économiques et matériels des accidents non professionnels dans les domaines de l'habitat et des loisirs (6.6 milliards pour les coûts socio-économiques et 1.4 milliard pour les coûts matériels)¹².

³ Observatoire suisse de la santé (Obsan), La santé en Suisse – Le point sur les maladies chroniques, in Rapport national sur la santé 2015, Berne, 2015, p. 20.

⁴ *Ibid.*

⁵ *Ibid.*

⁶ Office fédéral de la statistique (éd.) (2015), Les scénarios de l'évolution de la population de la Suisse 2015-2045, Neuchâtel, 2015.

⁷ *Ibid.*

⁸ Weber, D.; Abel, B.; Ackermann, G.; Biedermann, A.; Bürgi, F.; Kessler, C.; Schneider, J.; Steinmann, R. M.; Widmer Howald, F. (2016). Santé et qualité de vie des personnes âgées. Bases pour les programmes d'action cantonaux. Promotion Santé Suisse, Rapport 5, Berne et Lausanne

⁹ bpa – Bureau de prévention des accidents. STATUS 2016: statistique des accidents non professionnels de la source et du niveau de sécurité en Suisse; circulation routière, sport, habitat et loisirs. Berne: bpa; 2016

¹⁰ *Ibid.*

¹¹ Weber, D.; Abel, B.; Ackermann, G.; Biedermann, A.; Bürgi, F.; Kessler, C.; Schneider, J.; Steinmann, R. M.; Widmer Howald, F. (2016). *Op.cit.*

¹² Niemann S, Lieb C, Sommer H. Nichtberufsunfälle in der Schweiz: Aktualisierte Hochrechnung und Kostenberechnung. Bern: bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung; 2015. bfu-Report 71.

Stratégie nationale « Prévention des maladies non transmissibles »

En avril 2016, le Conseil Fédéral a approuvé la Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles 2017-2024 (Stratégie MNT), puis en novembre 2016, le plan de mesure MNT.

La Stratégie MNT s'est ainsi fixé quatre objectifs à long terme :

- > limiter l'augmentation de la charge de morbidité ;
- > freiner la hausse des coûts ;
- > réduire le nombre de décès prématurés ;
- > préserver et améliorer la participation de la population à la vie sociale et ses capacités productives.

Afin d'atteindre ces objectifs, la Stratégie MNT a fixé six objectifs spécifiques :

- > diminuer les facteurs de risque liés aux comportements ;
- > améliorer les compétences individuelles en matière de santé ;
- > développer des conditions-cadres propices à la santé ;
- > améliorer l'égalité des chances dans l'accès à la promotion de la santé et à la prévention ;
- > diminuer la part de la population présentant un risque accru de maladie ;
- > améliorer la qualité de vie et diminuer la nécessité de soins.

Les deux champs d'actions principaux dans lesquels sera déployée la Stratégie MNT sont la promotion de la santé et la prévention ainsi que la prévention dans le domaine des soins.¹³

Les programmes d'action cantonaux (PAC) déployés par les cantons en collaboration avec PSCH s'inscrivent ainsi dans le premier champ d'action.

Facteurs de risques des MNT

On retrouve quatre facteurs de risque à l'origine de la plupart des MNT : la consommation excessive d'alcool, l'alimentation déséquilibrée, le tabagisme et le manque d'activité physique.

Ces dernières années, les phénomènes du surpoids et de l'obésité ont pris une ampleur importante et sont devenus des thématiques incontournables en santé publique. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) parle à cet effet d'une épidémie¹⁴. En effet, depuis 1980, le nombre de personnes souffrant d'excès de poids ou d'obésité a doublé. En 2016, on comptabilisait plus de 1,9 milliard d'adultes âgés de 18 ans et plus en surpoids, dont plus de 650 millions obèses¹⁵.

La Suisse ne fait pas exception à ce phénomène puisque le nombre de personnes en surpoids, tous âges confondus, a augmenté au cours des dernières années. L'Enquête suisse sur la santé 2012 (ESS) montre que 41% de la population âgée de 15 ans et plus interrogée est en excès pondéral (51% des hommes et 32% des femmes) et que 10% souffrent d'obésité (11% des hommes et 9% des

¹³ Office fédéral de la santé publique (OFSP), Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS), Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles (Stratégie MNT) 2017-2024, Berne, 2016.

¹⁴ http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_what_can_be_done/fr/index.html

¹⁵ <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/fr/index.html>

femmes)¹⁶. L'évolution du nombre de personnes en excès pondéral, en constante augmentation entre 1992 et 2002, s'était stabilisée entre 2002 et 2007. « Depuis, le taux d'obésité a à nouveau augmenté, tandis que celui du surpoids est demeuré stable »¹⁷. La part des personnes en excès pondéral augmente avec l'âge. Elle augmente rapidement chez les hommes, avec la moitié de la population masculine concernée dès 35 ans, et le taux est le plus élevé chez les 50 à 64 ans. En ce qui concerne les femmes, « la hausse est plus régulière mais tout autant prononcée que chez les hommes ». Les données de l'ESS 2012 mettent en évidence de fortes disparités selon le statut socio-économique, les personnes ayant un faible niveau de formation et un bas revenu étant davantage concernées par l'excès pondéral. Il existe également une différence selon la nationalité, les personnes étrangères étant proportionnellement plus nombreuses que les personnes de nationalité suisse à présenter un excès pondéral¹⁸.

Il est actuellement estimé que le surpoids et l'obésité engendrent des coûts d'environ 8 milliards de francs par an en Suisse.¹⁹

A l'heure actuelle, l'indice de masse corporelle (IMC) est le principal critère utilisé pour classer et évaluer le poids corporel. Il se calcule en divisant le poids (kg) par la taille au carré (m²). Un IMC de 25 kg/m² ou plus est synonyme de surcharge pondérale, au-delà de 30 kg/m² on parle d'obésité. Néanmoins, il faut prendre en considération que l'IMC ne fait pas de distinction entre les différents facteurs que sont la masse musculaire, l'eau corporelle et la masse adipeuse et ne peut pas être utilisé en tant que tel pour ce qui concerne les enfants et les jeunes « puisque les valeurs limites pour détecter l'augmentation des risques de maladies secondaires, 25 kg/m² pour le surpoids et 30 kg/m² pour l'obésité, n'existent actuellement que pour les adultes »²⁰.

« Une activité physique régulière peut contribuer à prévenir l'excès pondéral et, associée à une alimentation saine, elle peut stabiliser, voire réduire, le poids corporel des personnes en surpoids. Entre 2002 et 2012, la proportion des personnes âgées de 15 ans et plus pratiquant une activité physique suffisante a augmenté de 63% à 72%. Durant la même période, la part des inactifs/ives a reculé de 18% à 11% ». ²¹ Selon les données de l'ESS 2012, les personnes n'ayant pas de formation postobligatoire étaient davantage nombreuses à être inactives ou partiellement actives, et elles étaient 71% à ne jamais faire de sport ou que rarement²².

En ce qui concerne l'attention accordée à l'alimentation, l'ESS 2012 montre qu'une personne sur trois en Suisse ne fait pas attention à son alimentation. Il apparaît néanmoins que les femmes y sont plus sensibles que les hommes (75% contre 61%). Les personnes ayant achevé une formation de degré tertiaire sont davantage attentives à leur alimentation que celles sans formation postobligatoire (75% contre 62%).

La population est concernée dans son ensemble par la thématique, néanmoins un accent en faveur des enfants, des jeunes et des familles est fondamental. De plus, des différences significatives ayant

¹⁶ Enquête suisse sur la santé 2012, Office Fédéral de la Statistique, Neuchâtel, 2016.

¹⁷ *Ibid.*

¹⁸ *Ibid.*

¹⁹ Promotion Santé Suisse, Argumentaire, p.1

²⁰ <http://www.swiss-paediatrics.org/sites/default/files/paediatrica/vol17/n6/pdf/19-24.pdf>

²¹ Enquête suisse sur la santé 2012, Office Fédéral de la Statistique, Neuchâtel, 2016.

²² *Ibid.*

été constatées en fonction du niveau socioéconomique de la population, il est important de soutenir et développer des actions dans lesquelles ces populations puissent s'inscrire²³.

Par ailleurs, « étant donné que les maladies non transmissibles peuvent réduire sensiblement la qualité de vie des personnes âgées, il apparaît nécessaire de renforcer les facteurs de protection et les ressources et réduire les facteurs de risque afin de maintenir et d'améliorer la santé et l'autonomie des personnes âgées. Les facteurs de risque influençables tels que l'alimentation ou l'activité physique peuvent modifier de manière importante le processus pathologique chez les personnes âgées²⁴. Pour finir, les mesures de prévention des chutes telles que la réduction des facteurs de risques intrinsèques (p.ex. perte musculaire et troubles de la mobilité) et extrinsèques (p.ex. risques liés à l'aménagement de l'environnement privé) contribuent également à maintenir l'autonomie et la qualité de vie des seniors.

1.1.1. Alimentation et activité physique des enfants et des jeunes

En ce qui concerne les enfants et les jeunes, l'étude internationale Health Behavior in School-aged Children (HBSC) de 2014²⁵ a montré qu'en Suisse 11.4% des jeunes de 11 à 15 ans présentent une surcharge pondérale (surpoids ou obésité) – 14.1% des garçons et 8.4% des filles. A noter que ces chiffres correspondent au statut pondéral basé sur l'IMC, lui-même estimé sur la base des déclarations faites par les enfants eux/elles-mêmes sur leur poids et leur taille.

Ainsi, si l'on considère les résultats du monitoring mené par les services de médecine scolaire des villes de Bâle, Berne et Zürich auprès d'enfants de 6 à 12 ans²⁶ les chiffres augmentent significativement et montrent qu'environ un enfant sur cinq est en excès de poids. Ce monitoring permet également de voir une stabilisation – à un niveau élevé – du surpoids entre 2005/06 (19.9%) et 2012/13 (19.0%) et de l'obésité (5.2% en 2005/06 et 4.7% en 2012/13).

En ce qui concerne l'activité physique, les études montrent qu'à l'heure actuelle les enfants et les jeunes ne bougent pas suffisamment. Selon l'enquête HBSC 2014, « la part d'élèves qui suivent la recommandation d'activité physique pour les enfants et les adolescent-e-s, c'est-à-dire de pratiquer une activité physique au moins 60 minutes par jour, est relativement faible. En effet, à l'âge de 11 ans, un quart des garçons (25.1%) et environ une fille sur six (15.8%) respectaient la recommandation et ont pratiqué au moins 60 minutes d'activité physique chaque jour au cours des sept jours précédant l'enquête. À l'âge de 15 ans, cette proportion concernait près d'un garçon sur neuf (11.9%) et moins d'une fille sur dix (7.3%)²⁷ ».

L'étude SOPHYA²⁸ montre que les jeunes de 6 à 16 ans passent 90% de leur temps assis, couché-e-s ou en activité physique de faible intensité. Néanmoins, il est à noter que 64% d'entre eux ont tout de même une activité physique suffisante, mais ce chiffre diminue fortement avec l'âge. En effet, si

²³ Schopper Doris, « Poids corporel sain » avant l'âge adulte qu'avons-nous appris de nouveau depuis 2005 ?, Promotion Santé Suisse, Berne et Lausanne, 2010.

²⁴ Weber et al., (2016), *Op. cit.*

²⁵ Archimi, A., Eichenberger, Y., Kretschmann, A., & Delgrande Jordan, M. (2016). Habitudes alimentaires, activité physique, usage des écrans et statut pondéral chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse - Résultats de l'enquête « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) 2014 et évolution au fil du temps (Rapport de recherche No 78). Lausanne: Addiction Suisse.

²⁶ Promotion Santé Suisse : Indicateurs pour le domaine « Poids corporel sain » - Actualisation 2014.

²⁷ Archimi et al., (2016). *Op. cit.*

²⁸ Bringolf-Isler, B., Probst-Hensch, N., Kayser, B. et Suggs, S. (2016): Rapport final sur l'étude SOPHYA. Bâle, Swiss Tropical and Public Health Institute.

94.5% des garçons et 84.1% des filles entre 6 et 10 ans respectent la recommandation d'effectuer au moins 60 minutes d'activité physique journalière, ces proportions chutent à un peu plus de la moitié chez les garçons et à un quart chez les filles de 11 à 16 ans.

En ce qui concerne les enfants de 0 à 6 ans, il existe peu de données suisses par rapport à l'activité physique. Des études internationales mettent cependant en évidence le fait que dans cette catégorie d'âge également le niveau d'activité physique a baissé. Ceci se répercute notamment sur les habitudes motrices au niveau de l'équilibre, de l'agilité, etc.

En termes d'alimentation, l'étude HBSC 2014 souligne que 46.7% des jeunes de 11 à 15 ans mangent des fruits au moins une fois par jour (41.1% des garçons et 52.6% des filles) et 45% mangent des légumes au moins une fois par jour (40% des garçons et 50.4% des filles). Chez les garçons, cette proportion a tendance à reculer avec l'âge alors que chez les filles elle reste stable. Par rapport à 2002, les tendances sont à l'augmentation de la consommation journalière de fruits et de légumes.

Outre les questions spécifiques d'activité physique régulière et d'alimentation équilibrée liées aux recommandations nationales, la thématique de l'image corporelle positive est à mettre en relation avec la question du poids corporel sain. En effet, l'étude HBSC 2014 montre qu'il existe chez les jeunes une « insatisfaction face au poids corporel »²⁹. On voit en effet que la part des élèves qui s'estiment un peu ou beaucoup trop gros-se-s ou un peu ou beaucoup trop maigres tend à augmenter entre les groupes d'âges chez les filles et également – mais dans une moindre mesure – chez les garçons. De plus, l'étude montre que 80.7% des filles de 15 ans s'estimant un peu ou beaucoup trop grosses ont un IMC indiquant un poids normal. La part est de 48.8% chez les garçons du même âge. Chez ces derniers, ce sont 79.8% qui s'estiment un peu ou beaucoup trop maigres alors que leur IMC indique qu'ils ont un poids normal. Cette part se monte à 37.5% des filles du même âge.

1.1.2. Alimentation, activité physique et chutes chez les seniors

Concernant les recommandations de la Société suisse de nutrition relatives à l'alimentation équilibrée, les recommandations édictées pour les adultes (pyramide alimentaire) sont également valables pour les seniors en bonne santé. Toutefois, afin de conserver la masse musculaire et osseuse, de maintenir les défenses immunitaires et de prévenir l'ostéoporose et la déshydratation, des recommandations additionnelles sont à observer pour les personnes âgées, à savoir notamment assurer un apport suffisant en protéines, en vitamine D, en calcium ainsi qu'en liquide (1 à 2 litres par jour)³⁰.

D'après les résultats de l'ESS 2012, 20.8% des 65-74 ans et 15.9% des 75 ans et plus mangent au moins 5 portions de fruits et légumes au moins 5 jours par semaine³¹. En outre, 8.4% des 65-74 ans ont déclaré en 2012 boire moins d'un litre de liquide par jour (hors boissons alcoolisées), cette proportion atteignant 12.2% chez les 75 ans et plus³². Ces résultats indiquent qu'une part

²⁹ Archimi et al., (2016). *Op. cit.*

³⁰ Société suisse de nutrition (SSN), Feuille d'information L'alimentation de la personne âgée, Bern, 2011.

³¹ Enquête suisse sur la santé 2012, Office Fédéral de la Statistique, Neuchâtel, 2016.

³² *Ibid.*

relativement importante de seniors ne s'hydrate pas de manière suffisante³³. La déshydratation est un facteur de morbidité important pour les personnes âgées qui peut notamment augmenter les risques de complications cardiovasculaires, ou causer des chutes. Une hydratation suffisante favorise entre autre aussi le fonctionnement intellectuel³⁴. Il a été estimé que la déshydratation représente l'un des dix causes les plus fréquentes pour une hospitalisation chez la personne âgée³⁵.

Selon les recommandations de base actuelles en matière d'activité physique destinée aux seniors élaborées par le Réseau suisse Santé et Activité physique hepa.ch, il est conseillé que les personnes robustes ayant l'âge de la retraite pratiquent « au moins deux heures et demie de mouvement par semaine, sous la forme d'activités quotidiennes ou de sport d'intensité moyenne au moins, ou une heure et quart de sport ou d'activité physique d'intensité élevée, ou une combinaison d'activités d'intensité différente »³⁶. Des recommandations complémentaires sont à observer, à savoir pratiquer des exercices physiques spécifiques, notamment pour prévenir les chutes, qui renforcent l'équilibre, la coordination, la souplesse et l'endurance.

Si ces recommandations s'adressent aux personnes âgées dites robustes, les seniors constituent cependant un groupe de population très hétérogène présentant de grandes différences d'état de santé. Ainsi, il est nécessaire d'adapter ces recommandations en fonction de chaque situation, en gardant à l'esprit que toute activité physique a un effet bénéfique pour la santé et que, par conséquent, les seniors devraient faire autant d'activité physique que possible, et ceci « même si elles ne sont plus en mesure d'atteindre complètement les recommandations de base »³⁷.

Au niveau national, les données de l'ESS 2012 montrent que 67.3% des personnes âgées de 65 ans et plus sont physiquement actives. De nettes différences existent cependant entre les âges. Parmi les personnes entre 65 et 74 ans, 82.4% des hommes et 71.5% des femmes pratiquent une activité physique, tandis que cette proportion diminue chez les 75 ans et plus à 64.4% chez les hommes et à 50.6% chez les femmes. Le pourcentage de personnes inactives augmente nettement entre ces deux groupes d'âge³⁸. Par rapport aux enquêtes réalisées en 2002 et 2007, la part des personnes de 65 ans et plus physiquement actives a augmenté, et ceci aussi bien chez les 65 à 74 ans, que chez les 75 ans et plus³⁹.

En ce qui concerne les victimes de chutes, les données de l'ESS mettent en évidence que près d'un quart des personnes de 65 ans et plus vivant dans un ménage privé a fait l'expérience d'une chute au moins une fois par année en 2012, et 9.6% ont connu des chutes répétées⁴⁰. La proportion de personnes victimes d'une chute s'élève à 24% chez les 65 à 79 ans et augmente à 30% chez les 80 ans et plus. Entre 2002 et 2012, la part des personnes de 65 ans et plus ayant chuté au moins une fois dans l'année a augmenté (de 21% en 2002 à 25% en 2012)⁴¹. De plus, les données de l'ESS

³³ Observatoire suisse de la santé (Obsan), La santé en Suisse – Le point sur les maladies chroniques, in Rapport national sur la santé 2015, Berne, 2015.

³⁴ Obsan (2015), *Op. cit.*

³⁵ Warren, J. L., Bacon, W. E., Harris, T., McBean, A. M., Foley, D. J., & Phillips, C. (1994). The burden and outcomes associated with dehydration among US elderly, 1991. *American Journal of Public Health*, 84(8), 1265–1269.

³⁶ Réseau suisse Santé et activité physique hepa.ch, *Activité physique et santé des aînés, Recommandations pour la Suisse*, Berne, 2013.

³⁷ *Ibid.*

³⁸ Obsan (2015), *Op. cit.*

³⁹ Enquête suisse sur la santé 2012, *Op. cit.*

⁴⁰ Obsan (2015), *Op. cit.*

⁴¹ *Ibid.*

2012 indiquent qu'une personne sur cinq âgée d'au moins 65 ans et vivant en ménage privé est concernée par des limitations dans les activités de la vie quotidienne⁴².

1.2. Situation initiale au niveau cantonal

1.2.1. Contexte stratégique

Stratégie cantonale de promotion de la santé et de prévention (Perspectives 2030)

En mars 2017, le Conseil d'Etat a validé la nouvelle Stratégie cantonale de promotion de la santé et de prévention (Perspectives 2030)⁴³. Dans ce cadre, les priorités de santé publique – dont font partie l'alimentation et le mouvement – ont été maintenues afin de continuer à renforcer les mesures mises en place depuis plusieurs années. La nouvelle stratégie permettra ainsi de travailler dans la continuité afin de poursuivre les travaux en cours. Elle s'inscrit en cohérence avec la Stratégie nationale de prévention des maladies non transmissibles.

Concept de santé à l'école

Le Concept de santé à l'école est le fruit de la collaboration de deux Directions de l'Etat de Fribourg : la Direction de la santé et des affaires sociales et la Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport. L'objectif est de mettre en œuvre une stratégie cohérente en termes de promotion de la santé et de prévention pour la santé à l'école.

Senior+

Le Concept Senior+, approuvé le 24 mars 2014 par le Conseil d'Etat, « définit les objectifs de la politique du canton de Fribourg relative aux senior-e-s ainsi que les axes de cette politique jugés prioritaires pour atteindre ces objectifs dans différents domaines »⁴⁴.

En mai 2016, le Grand Conseil du canton de Fribourg a adopté la Loi sur les Seniors (LSen), qui représente la base législative de la politique en faveur des seniors du canton. La Loi est entrée en vigueur le 1^{er} juillet 2016.

La politique sur les seniors vise trois objectifs : l'intégration des seniors dans la société, leur autonomie, et la reconnaissance de leurs besoins et de leurs compétences. Afin d'atteindre ces objectifs, le concept Senior+ propose de concentrer l'action des pouvoirs publics sur les cinq domaines d'intervention suivants : le travail ; le développement personnel ; la vie associative et communautaire ; les infrastructures, l'habitat et les services et les soins et l'accompagnement social à la personne fragilisée⁴⁵.

« Le Concept Senior+ ne prétend pas régler tous les problèmes et toutes les situations auxquels sont confrontés les senior-e-s. La politique des senior-e-s interagit en effet avec une multitude de politiques sectorielles [...]. »⁴⁶. Le Concept Senior+ identifie ainsi des interfaces avec le domaine

⁴² Office fédéral de la statistique, la santé fonctionnelle des personnes âgées vivant en ménage privé, Neuchâtel, 2014.

⁴³ Promotion de la santé et prévention – Stratégie cantonale Perspectives 2030, Direction de la santé et des affaires sociales, Fribourg, Février 2017

⁴⁴ Concept Senior+, Direction de la santé et des affaires sociales, Fribourg, http://www.fr.ch/sps/files/pdf89/5920_f.pdf

⁴⁵ *Ibid.*

⁴⁶ *Ibid.*

de la Promotion de la santé et sa Stratégie cantonale (Perspectives 2030), mais également spécifiquement avec les programmes cantonaux « Je mange bien, je bouge bien » et santé mentale. Ce cadre stratégique offre ainsi une opportunité de créer des synergies avec le Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien ». Au niveau stratégique, les deux secteurs prévoient ainsi une collaboration pour les différents domaines qui ont un impact sur la santé des seniors.

Ainsi, plusieurs axes d'intervention du Concept Senior+ participent également à la prévention et à la promotion de la santé des seniors. Par exemple, le domaine des infrastructures, de l'habitat et des services comporte des enjeux de santé dans lesquels la promotion de l'activité physique et la prévention des chutes peuvent s'inscrire, notamment l'aménagement de l'espace privé de manière à prévenir les chutes et l'aménagement de l'espace public favorable à l'activité physique des seniors. Le domaine de la vie associative et communautaire, dont un des enjeux est le fait de favoriser les échanges entre les générations, est également un domaine dans lequel des échanges intergénérationnels en lien avec la promotion d'une alimentation équilibrée et d'une activité physique bénéfique pour la santé peuvent s'inscrire.

Programme d'intégration cantonal (PIC)

Depuis 2014, l'encouragement de l'intégration est mis en œuvre sur la base de programmes d'intégration cantonaux PIC, négociés avec la Confédération pour une période de quatre ans. Après une première mise en œuvre du PIC en 2014-2017, la Confédération a décidé de confier aux cantons l'élaboration d'un deuxième PIC pour les années 2018-2021. Dans le canton de Fribourg, la politique d'intégration est définie et réalisée conjointement par le Bureau de l'intégration des migrant-e-s et de la prévention du racisme (IMR) et le Service de l'action sociale (SASoc). Les mesures prévues dans le PIC 2 sont réparties en trois piliers : « Information et conseil », « Formation et travail », et « Communication et intégration sociale ». Elles complètent l'offre ordinaire.

Des collaborations ont déjà été établies avec l'IMR et le SASoc notamment dans le cadre de co-financements d'associations (Education familiale, espacefemmes, etc.), du projet « fide grossesse » et de sujets tels que l'accès aux soins et l'interprétariat communautaire, l'encouragement précoce et le 3e âge. L'IMR est membre invité de la Commission cantonale de promotion de la santé et de prévention CCPSP et le SSP fait partie du « Groupe-réseau PIC ». D'autres collaborations peuvent être envisagées autour de mesures contribuant à la santé des enfants, des jeunes ou des seniors, telles que, par exemple, la diffusion des informations sur les offres relatives à la santé au sein des communautés migrante, la formation des interprètes communautaires ou de professionnel-le-s. Dans le cadre du projet-pilote de la Commission cantonale pour l'intégration des migrants et des migrantes et la prévention du racisme (CMR) « Migration et 3^e âge », des personnes-relais ont été formées et accompagnées pour réaliser des séances de conseil et d'information dans leurs communautés respectives. Ces personnes sont ainsi mobilisées comme médiatrices entre les institutions et la population. Dans le cadre du PIC 2, le rôle de ces personnes-relais sera amené à se développer et les synergies avec d'autres projets cantonaux seront renforcées, notamment avec le Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien » et le Programme cantonal de promotion de la santé mentale, en cours d'élaboration.

Stratégie enfance et jeunesse pour le canton de Fribourg – Perspectives 2030

La stratégie pour l'enfance et la jeunesse (en cours de développement) a pour but d'aider les décideurs et les spécialistes du domaine à identifier les enjeux actuels relatifs à l'enfance et à la

jeunesse, à mettre en œuvre des mesures renforçant les compétences des enfants et des jeunes et à réduire les risques et menaces qui pourraient peser sur leur épanouissement. Elle répond ainsi aux exigences de la loi sur l'enfance et la jeunesse du 12 mai 2006 (LEJ).

Définissant trois objectifs et neuf domaines d'action, elle sert de cadre d'orientation pour les collectivités publiques – services de l'Etat et communes – institutions et associations fribourgeoises qui s'engagent en faveur du développement harmonieux des enfants et des jeunes dans le canton de Fribourg.

Cette stratégie a pour ambition de développer une politique globale enfance et jeunesse et à cet effet entend promouvoir la collaboration interdirectionnelle ainsi que la coordination des dispositifs et des actions. Elle s'inscrit donc en cohérence avec la Stratégie cantonale de promotion de la santé et prévention (Perspectives 2030).

La Stratégie enfance et jeunesse identifie des domaines d'action dont la promotion de la santé et la prévention traitent également, notamment :

- > Soutien à la parentalité
- > Animation enfance-jeunesse
- > Conseil et soutien dans la vie quotidienne
- > Espace de vie et mobilité
- > Accueil extrafamilial
- > Nouveaux médias.

1.2.2. Population générale : données chiffrées

Dans le canton de Fribourg, le rapport fribourgeois de l'ESS 2012 montre que 29.3% des femmes et 51.1% des hommes présentent une surcharge pondérale (surpoids ou obésité). La part de personnes en excès pondéral est passée de 36.8% à 39.5% entre 1992 et 2014, ce qui situe Fribourg dans la moyenne suisse⁴⁷.

Au niveau de l'alimentation, 23.4% de la population fribourgeoise observe la recommandation de consommer au moins cinq portions de fruits et/ou légumes par jour au minimum 5 jours par semaine. Les femmes suivent plus facilement cette recommandation alimentaire que les hommes (31.7% contre 13.7%). De même, les personnes plus jeunes (15-49 ans – environ 25%) tendent à plus respecter cette recommandation que les personnes plus âgées (50 ans et plus – environ 20%).

En ce qui concerne l'activité physique, la part des personnes physiquement inactives a reculé de 20.6% à 11.5% entre 2002 et 2012, alors que la part des personnes physiquement actives a augmenté de 60.6% à 64.7% et celles partiellement actives de 18.8% à 23.8%. Cette évolution est similaire à celle de l'ensemble de la population suisse. Malgré cela, le canton de Fribourg se situe toujours en-dessous de la moyenne suisse en ce qui concerne la part des personnes physiquement actives (72.5% pour l'ensemble de la Suisse). Il n'y a presque plus de différences entre les femmes et les hommes sur le plan de l'activité physique en 2012 dans le canton de Fribourg. Cela s'explique principalement par l'augmentation de la part de femmes physiquement actives depuis 10 ans.

⁴⁷ Moreau-Gruet, F. (2015). Troisième rapport sur la santé dans le canton de Fribourg. Analyse des données de l'Enquête suisse sur la santé 2012 (Obsan Rapport 70). Neuchâtel : Observatoire suisse de la santé.

En outre, 71.7% de la population jeune (15-34 ans) est physiquement active. Dans les classes d'âge supérieures, ce taux plafonne à 60% environ. A noter que la part de personnes inactives augmente avec l'âge (7.0% chez les 15-34 ans, 17.7% chez les 65+).⁴⁸

1.2.3. Tendances démographiques

Par rapport à la Suisse, le canton de Fribourg est plutôt un canton dit « jeune », avec les parts les plus élevées d'habitant-e-s de moins de 14 ans (17.2%) et de personnes entre 15 à 34 ans (26.4%). C'est dans le canton de Fribourg que la part de personnes âgées de 65 ans et plus est la plus basse de Suisse (14.4%, situation en 2012⁴⁹). Cependant, tout comme la Suisse, le canton de Fribourg va voir sa population vieillir au cours des prochaines décennies. Selon le scénario moyen de référence de l'évolution de la population des cantons calculé par l'OFS, le nombre de personnes âgées de 65 ans et plus dans le canton va s'accroître de 115% en passant de 46 milliers en 2015 à 99 milliers en 2045⁵⁰. L'augmentation de la part des personnes en âge d'être à la retraite est estimée plus importante dans le canton de Fribourg qu'en Suisse (FR : +115%, CH : +80%). Sur l'ensemble de la population, la proportion de personnes âgées de 65 ans et plus dans le canton de Fribourg s'élèvera ainsi à 23% en 2045, contre 15% en 2015. Grâce à un solde migratoire positif, cette proportion restera en-dessous de celle de la majorité des cantons, qui se situe à 25%.

1.2.4. Enfants & jeunes : données chiffrées

Poids corporel

Selon les résultats de l'enquête HBSC réalisée dans le canton de Fribourg⁵¹, 13% des élèves de 11 à 15 ans présentent un excès de poids – surpoids ou obésité. Cela représente 17% des garçons et 9% des filles. C'est parmi les garçons de 15 ans (22%) et les filles de 13 ans (14%) que l'excès pondéral est le plus répandu. A noter que ces chiffres correspondent au statut pondéral basé sur l'IMC, lui-même estimé sur la base des déclarations faites par les enfants eux/elles-mêmes sur leur poids et leur taille. Il s'agit donc d'interpréter ces chiffres avec prudence.

Habitudes alimentaires

En ce qui concerne les habitudes alimentaires, selon les chiffres de l'enquête HBSC, par rapport à 2010, la consommation quotidienne de fruits est à la hausse parmi les jeunes fribourgeois-es de 11, 13 et 15 ans et ceci autant chez les garçons que chez les filles. En ce qui concerne la consommation quotidienne de légumes, elle est également plus élevée qu'en 2010, sauf chez les garçons de 11 ans dont la part est plutôt restée stable et chez les filles de 11 ans où elle montre une diminution.⁵²

Activité physique

Pour ce qui est de la pratique d'une activité physique régulière, selon l'enquête HBSC, 19.5% des garçons de 11 ans et 9.2% des filles du même âge dans le canton de Fribourg ont pratiqué une activité physique d'intensité modérée ou élevée au moins 60 minutes chaque jour au cours des sept

⁴⁸ *Ibid.*

⁴⁹ Moreau-Gruet, F. (2015). *Op. cit.*

⁵⁰ Office fédéral de la statistique (éd.) (2016), Scénarios de l'évolution de la population des cantons 2015-2045, Neuchâtel, 2016.

⁵¹ Archimi A. & Delgrande Jordan, M. (2016). La santé des élèves de 11 à 15 ans dans le canton de Fribourg. Analyse des données de l'enquête HBSC 2014 et comparaison au fil du temps (Rapport de recherche n° 81). Lausanne: Addiction Suisse.

⁵² *Ibid.*

jours précédant l'enquête. Chez les garçons de 15 ans, ils ne sont plus que 5.5% à pratiquer une telle activité quotidienne. Chez les filles, un recul avec l'âge est aussi à noter. Les garçons et les filles sont par contre proportionnellement beaucoup plus nombreux à pratiquer une activité physique pendant au moins 60 minutes cinq à six jours par semaine (entre 23% et 30% des garçons et entre 16% et 25% des filles de 11 à 15 ans).⁵³

Image corporelle

A côté du poids en tant que tel, la perception du « corps idéal » par les garçons est différente de celle des filles. Le rapport de travail de PSCH met en évidence, chez les filles, une importance accordée à la minceur. En comparaison, « les garçons semblent avoir des objectifs plus réalistes et des idéaux moins écrasants concernant leur corps. Leurs objectifs consistent soit à gagner de la masse musculaire ou du poids, soit à maigrir, soit à se maintenir tels qu'ils sont »⁵⁴. Dans le canton de Fribourg, ce phénomène apparaît également puisque « à l'âge de 11 ans, 32.9% des garçons et 40.4% des filles estiment ne pas être du bon poids (i.e. se sentent trop gros-ses ou trop maigres). A l'âge de 15 ans cette part s'élève à 42.9% chez les garçons et à 46% chez les filles »⁵⁵.

1.2.5. Enfants & jeunes : état des lieux

Bilan des phases précédentes

Dans le canton de Fribourg, le Programme cantonal fribourgeois « Je mange bien, je bouge bien » a été mis en œuvre par le Service de la santé publique depuis 2010 (première phase de 2010 à 2013, seconde phase de 2014 à 2017). Entre la première et la seconde phase, le public-cible a été élargi des enfants de 0-6 ans aux enfants de 0-12 ans.

Le Programme cantonal fribourgeois « Je mange bien, je bouge bien » 2014-2017 a ainsi permis de renforcer les mesures déjà développées durant les quatre premières années, de soutenir et de développer des mesures auprès d'un public-cible élargi (0-12 ans). Le travail s'est fait dans la continuité du premier programme, dans l'optique de consolider l'existant et de développer des mesures complémentaires en réponse aux besoins et manques identifiés.

Durant les huit années de mise en œuvre du programme cantonal fribourgeois, des actions ont été mises en place selon quatre niveaux correspondant à la stratégie de PSCH :

- > Interventions auprès de publics-cibles spécifiques, à savoir les enfants de 0 à 12 ans ainsi que leurs parents et les multiplicateurs/trices qui les entourent ;
- > Actions structurelles (policy) ;
- > Actions de mise en réseau (intra-cantonal, canton-communes, canton-associations/experts, etc.) ;
- > Information au grand-public (communication).

L'accent a ainsi été mis sur le renforcement de projets existants et le développement de projets et de formations complémentaires aux offres déjà présentes sur le terrain fribourgeois. De plus, la mise en réseau des différents partenaires ainsi que des actions ciblées ont été menées parallèlement tout au long du processus de mise en œuvre du programme.

⁵³ Archimi A. & Delgrande Jordan, M. (2016). *Op. cit.*

⁵⁴ Promotion santé Suisse (2013), L'image corporelle saine, Document de travail 3, Berne et Lausanne.

⁵⁵ Archimi A. & Delgrande Jordan, M. (2016). *Op. cit.*

Les principaux résultats obtenus par le programme fribourgeois sont résumés, selon les quatre niveaux, dans l'annexe I.

Etat des lieux auprès des partenaires

En 2017, un état des lieux a été mené auprès des partenaires du Programme afin de déterminer les attentes et besoins pour les quatre prochaines années. Un questionnaire en ligne a ainsi été envoyé à plus de 200 organismes et personnes en relation avec le Programme cantonal. Septante questionnaires ont été remplis, principalement par des organisations avec lesquelles le Service de la santé publique travaille déjà sur des projets spécifiques, mais également, pour quelques-uns, par de nouveaux partenaires potentiels.

De manière générale, la continuité est mise en avant par les partenaires qui travaillent déjà en collaboration avec le Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien ».

Parmi les diverses contributions envisagées dans une troisième phase de programme, on retrouve notamment la pérennité du soutien aux projets en cours, le développement de nouveaux projets, l'élargissement des projets aux adolescent-e-s et aux jeunes adultes, le renforcement des liens avec le réseau, l'amélioration de la sensibilisation du réseau et de l'entourage des publics-cibles, la visibilisation des actions menées ou encore le développement de liens avec d'autres programmes cantonaux et d'autres secteurs. Ces réponses vont ainsi dans le sens du développement envisagé par cette nouvelle phase de programme, notamment la continuité et l'ancrage des mesures menées et le développement des actions pour le public des jeunes de 12 à 20 ans.

En ce qui concerne les besoins identifiés par les répondant-e-s, ils se recoupent avec les possibilités de contribution au programme cantonal. Les éléments mis en évidence sont principalement : le financement et le soutien aux projets, la pérennisation des projets, le développement de brochures et de matériel d'information, la traduction de matériel en allemand, le développement de formations continues, la sensibilisation des parents, le développement de projets en lien avec l'image corporelle, la mise en réseau des projets, la coordination avec d'autres politiques cantonales ou encore la prise en compte de la population migrante, notamment par la traduction de matériel.

Suite à cet état des lieux, la demi-journée du réseau organisée le 22 mai 2017 a permis de mener des ateliers de travail avec les partenaires présents. Deux ateliers ont spécifiquement traité des besoins en lien avec le public-cible des enfants et des jeunes. Les discussions menées par les partenaires présent-e-s lors de cette rencontre ont permis de confirmer les éléments cités précédemment et d'affiner certaines propositions.

1.2.6. Seniors : données chiffrées

Alimentation, activité physique et chutes

En ce qui concerne les comportements de santé, d'une manière générale, la population du canton de Fribourg ne se différencie guère du reste de la Suisse, en prenant en considération les indicateurs disponibles relatifs à l'activité physique ou à l'alimentation.

Au niveau cantonal, les données de l'ESS 2012 montre que 60.4% des personnes âgées de 65 ans et plus dans le canton de Fribourg sont suffisamment actives physiquement, alors que cette part

s'élève à 67.3% au niveau suisse. La part de personnes inactives tend à augmenter entre les groupes d'âge et atteint 17.7% parmi les 65 ans et plus du canton de Fribourg⁵⁶.

Concernant les chutes, 23.9% de la population du canton de Fribourg âgée de 65 ans et plus ont chuté au moins une fois au cours des douze mois précédant l'enquête, une proportion similaire à celle enregistrée en Suisse (25.2%). Cette proportion n'a pas connu d'évolution importante depuis 2002 dans le canton de Fribourg⁵⁷.

La part des personnes âgées de 65 ans et plus dans le canton de Fribourg qui mangent au moins 5 portions de fruits et légumes au moins 5 jours par semaine s'élevait en 2012 à 20.0%, une proportion similaire à la Suisse (18.6%)⁵⁸.

Pour finir, relevons que 43.4% des personnes âgées de 65 ans et plus dans le canton de Fribourg ont une consommation de liquide non alcoolisé par jour de 1 litre et moins⁵⁹, ce qui montre qu'une part importante de la population fribourgeoise âgée ne boit pas suffisamment de liquide non alcoolisé.

1.2.7. Seniors : état des lieux

Les besoins spécifiques au canton de Fribourg par rapport aux thématiques « alimentation et mouvement » chez les seniors ont été déterminés dans le cadre d'un état des lieux et d'ateliers de travail avec les différents partenaires œuvrant entre autres dans le domaine de l'alimentation et du mouvement chez la personne âgée.

Plus précisément, entre janvier et mars 2017, la DSAS a lancé un état des lieux dans le canton de Fribourg au sujet de la thématique de l'alimentation et du mouvement chez la personne âgée. Les objectifs poursuivis par cet état des lieux étaient d'identifier les offres existantes dans le canton de Fribourg relatives à l'alimentation et au mouvement chez les seniors, et identifier les besoins subsistants dans ce domaine, afin de mettre en évidence les aspects prioritaires à renforcer.

Ainsi, environ 80 organismes et institutions du canton de Fribourg (Directions de l'Etat de Fribourg, Services et établissements du canton de Fribourg, Association des communes fribourgeoises, Commissions cantonales et institutions cantonales œuvrant dans le domaine de la santé des seniors (notamment l'Association fribourgeoise d'aide et de soins à domicile, les Ligues de la santé, La Croix-Rouge fribourgeoise, Pro Senectute, etc.) pouvant potentiellement œuvrer dans des projets relatifs aux thématiques de l'alimentation et/ou de l'activité physique des seniors ont été contactés par courrier électronique afin de répondre à un questionnaire au sujet de ces thématiques. Composé majoritairement de questions ouvertes, le questionnaire comportait deux parties principales : les questions relatives aux offres existantes et celles relatives aux besoins. Les paragraphes suivants mettent brièvement en évidence les résultats des 39 organismes ayant répondu à cet état des lieux.

Au niveau des offres existantes relatives à l'alimentation et au mouvement, l'état des lieux a mis en évidence qu'il existe de nombreuses prestations destinée aux seniors sur le territoire cantonal. Par

⁵⁶ Moreau-Gruet, F. (2015). *Op. cit.*

⁵⁷ Moreau-Gruet, F. (2015). *Op. cit.*

⁵⁸ Observatoire suisse de la santé (2014). Rapport de base sur la santé pour le canton de Fribourg. Exploitations standardisées des données de l'Enquête suisse sur la santé 2012 et d'autres bases de données (Obsan Dossier 32). Neuchâtel: Observatoire suisse de la santé.

⁵⁹ *Ibid.*

exemple, on peut citer les cours d'activité physique offerts par diverses institutions du canton. Des formations relatives à ces thématiques existent également pour certains groupes de professionnel-le-s.

Concernant les besoins exprimés, des aspects à renforcer ont été mentionnés, comme par exemple la collaboration et la mise en réseau des professionnel-le-s œuvrant dans le domaine de la santé des seniors, la coordination et la communication relatives aux offres déjà existantes, la formation des professionnel-le-s de la santé en lien avec les thématiques « alimentation et mouvement », l'inclusion des seniors dans la conception des projets, la promotion des actions locales ainsi que la collaboration avec les communes. La santé bucco-dentaire des seniors, essentielle pour une alimentation saine, a également été relevée comme un domaine d'action à renforcer. En termes de communication ou d'information, il a été soulevé que la communication et l'information autour de problématiques particulières, telles que la dénutrition de la personne âgée, devaient être renforcées. Il s'agit également de faire en sorte que les informations destinées aux seniors soient claires et facilement accessibles. Des besoins en matière de prévention structurelle ont également été mis en avant, notamment le besoin d'environnements publics et privés sécuritaires et propices au mouvement. Pour finir, des besoins de formation sur des thématiques spécifiques ont été formulés par des répondant-e-s, par exemple sur les besoins nutritionnels de la personne âgée et sur les risques de dénutrition et de chutes.

Des ateliers de travail avec différents partenaires œuvrant notamment dans le domaine de la santé des seniors ont été menés en mai 2017, afin, d'une part, de compléter cet état des lieux et d'autre part, de tenter de prioriser les mesures à mettre en place. Dans le cadre de ces ateliers, il a à nouveau été relevé que l'information au sujet des thématiques « alimentation et mouvement » devrait être renforcée, notamment grâce à des messages communs aux différents acteurs concernés. La collaboration et la mise en réseau des différents partenaires en lien avec les thématiques « alimentation et mouvement » ont également été mises en avant comme aspects prioritaires. La formation des professionnel-le-s a également été confirmée comme étant une priorité. Les réflexions issues des ateliers mettent en évidence l'importance d'élaborer des partenariats avec les communes, qui sont perçues comme les principaux « vecteurs » d'information. Pour finir, au-delà des champs d'action importants tels que la promotion de l'activité physique et de l'alimentation équilibrée, ces ateliers ont permis de souligner l'importance de l'intégration sociale et de son renforcement pour les personnes âgées fragilisées. Des liens à cet effet seront assurés entre le Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien » et le Programme cantonal de promotion de la santé mentale, en cours d'élaboration.

A noter pour finir que plusieurs réponses ont relevé les aspects sociaux liés aux thématiques « alimentation et mouvement ». Les participant-e-s ont souvent mis l'accent sur le fait que les futures mesures devraient également s'adresser aux personnes très âgées, vulnérables ou à mobilité réduite, vivant seules à domicile, ne faisant pas appel aux services d'aide et de soins à domicile, ou encore isolées géographiquement.

2. Justification du programme

Au travers des deux premières phases du Programme, le canton de Fribourg, via la DSAS, a soutenu et renforcé des projets et actions existants auprès des enfants de 0 à 12 ans et des personnes qui les entourent. Il a également développé de nouvelles mesures sur la base des expériences des autres cantons et des acteurs du terrain fribourgeois pour compléter les interventions déjà existantes. La stratégie du programme fribourgeois a été de favoriser la coordination et la mise en cohérence des différentes actions menées pour la promotion d'une alimentation équilibrée et d'une activité physique bénéfique à la santé.

Pour la troisième phase du programme, au vu du bilan des deux premières phases, mais également du contexte politique actuel (national et cantonal) ainsi que des deux états des lieux menés auprès des partenaires en lien avec les publics-cibles des enfants, des jeunes et des seniors, il apparaît nécessaire de travailler dans la continuité et la transversalité. La stratégie privilégie ainsi essentiellement la pérennisation, la multiplication et l'ancrage des mesures initiées et soutenues durant les deux premières phases de programmes à l'attention des enfants et des multiplicateurs/trices qui les entourent, mais également le développement et le soutien de mesures pour les seniors ainsi qu'auprès des multiplicateurs/trices qui les entourent. De plus, cette troisième phase entend renforcer davantage les liens avec d'autres programmes cantonaux (santé mentale, santé à l'école, Concept de médecine scolaire, Senior+, Programme d'intégration cantonal, Stratégie enfance et jeunesse). En cohérence avec la Stratégie cantonale de promotion de la santé et de prévention (Perspective 2030), elle favorisera une démarche intersectorielle, au sein de l'Etat et avec ses partenaires.

3. Groupes cibles et settings d'intervention

Le canton de Fribourg souhaite mettre en œuvre des mesures ciblées destinées à des groupes d'âge spécifiques, à savoir les enfants et les jeunes de 0 à 20 ans ainsi que les personnes âgées de 65 ans et plus, combinant alimentation, activité physique, promotion d'une image corporelle positive et prévention des chutes (pour les seniors). En accord avec la Stratégie cantonale de promotion de la santé et de prévention (Perspectives 2030), ces mesures visent tant à influencer les comportements qu'à agir au niveau des conditions de vie dans lesquelles évoluent les individus.

Le Programme cantonal fribourgeois « Je mange bien, je bouge bien » se structure en quatre niveaux d'actions, conformément au cadre de référence des programmes d'action cantonaux soutenus par PSCH, à savoir Interventions (I), Policy (P), Mise en réseau (MR) et Information du public (IP).

Les tableaux ci-dessous décrivent les mesures mises en place dans chacun des niveaux d'action, les groupes cibles principaux visés par les mesures, les settings d'intervention ainsi que les partenaires concernés.

3.1. Interventions

Le niveau Intervention (I) du Programme cantonal contient des paquets d'interventions complets et spécifiques à l'âge. Le Programme cantonal s'adresse ainsi aux publics-cibles des enfants et des jeunes de 0 à 20 ans (module A) ainsi qu'aux personnes âgées de 65 ans et plus (module B).

Une intervention vise des effets bien définis et s'adresse directement aux groupes-cibles visés par le Programme, tout en touchant leur environnement et leurs proches (p.ex. familles).

Module A

I1 : Education familiale	
Groupe-cible principal	Enfants de 0-7 ans, parents, professionnel-le-s du domaine éducatif, social, médical et interculturel
Settings	Locaux communautaires, centres commerciaux, salles d'attentes (pédiatres, puéricultrices), crèches, écoles, associations, domicile
Partenaires	Association pour l'éducation familiale (AEF)
Description du projet	<p>L'AEF poursuit l'objectif de promouvoir l'échange sur les thèmes éducatifs, en abordant les thèmes de manière directe, soit avec les parents, soit avec les professionnel-le-s. L'AEF a choisi la méthodologie de l'encouragement, basée sur l'accompagnement concret et l'expérience directe.</p> <p>L'AEF offre un dispositif varié de prestations, qui se veulent d'abord « légères » : ateliers et formations pour les parents ou les professionnel-le-s, permanences éducatives mobiles, accompagnements individuels des familles (visites à domicile, séances chez les pédiatres, à la crèche, à l'école, place de jeux, etc.), accompagnement des professionnel-le-s, permanences téléphoniques et e-mail, informations au travers des médias (radio, journal). Les prestations d'AEF sont conçues pour répondre aux besoins de tout type de parents (y compris les parents issus de la migration) et pour soutenir les professionnel-le-s et les personnes-ressources (multiplicateurs/trices) dans la co-éducation des enfants de 0 à 7 ans.</p>

I2 : Carambole (Croix-Rouge fribourgeoise)	
Groupe-cible principal	Enfants de 0-12 ans, parents, grands-parents, professionnel-le-s des structures d'accueil extrafamilial (crèche et accueils extrascolaires), parents
Settings	Crèches, structures d'accueil extrascolaire
Partenaires	Croix-Rouge fribourgeoise
Description du projet	<p>Carambole est une offre « à tiroirs » sur les thématiques de l'alimentation et du mouvement qui propose aux crèches et structures d'accueil extrascolaire diverses options possibles, à choix, selon leurs intérêts et besoins :</p> <ul style="list-style-type: none"> > Activité pour les familles : rallye, jardin, smoothies, à vos fourchettes à vos crayons, ... > Activités enfants : conte ; à vos marques, prêts, smoothies ; Top Chef ; Bouge !; rallye, 5 sens, ... > Activités parents : séance d'info-échanges avec liste de thèmes à choix > Activités pour les professionnel-le-s : Analyse et conseil en mouvement <p>Des activités et animations sont également proposées dans des lieux divers en fonction des demandes.</p>
I3 : PAPRICA & PAPRICA petite enfance	
Groupe-cible principal	Parents, enfants & jeunes, médecins, pédiatres, sages-femmes, puériculteurs et puéricultrices
Settings	Cabinets des médecins de premier recours, cabinets des médecins pédiatres, consultations de sages-femmes, centres de puériculture
Partenaires	Médecins de premier recours, pédiatres, sages-femmes, puériculteurs et puéricultrices, infirmier-ère-s en soins à domicile, Service du médecin cantonal
Description du projet	PAPRICA est une formation continue qui permet aux professionnel-le-s de la santé d'accroître leurs compétences en termes de conseils par rapport à l'activité physique régulière (entretien motivationnel).
I4 : Alimentation d'ici et d'ailleurs : ateliers d'échanges	
Groupe-cible principal	Familles (parents et enfants), mineurs non accompagnés
Settings	Centres de requérant-e-s d'asile
Partenaires	ORS (responsables des centres, infirmier-ère-s, animateur-trice-s), diététiciennes
Description du projet	Ateliers ludiques autour du thème de l'alimentation. Ces ateliers peuvent prendre différentes formes (cuisine, tests de différents aliments, activités ludiques, découverte des sens, etc.). Les activités doivent permettre l'échange entre les diététiciennes, les professionnel-le-s d'ORS et les personnes logées dans les centres d'accueil. La forme que prend l'atelier doit pouvoir ainsi s'adapter d'une fois à l'autre, afin de laisser la place aux différentes propositions des partenaires concernés.

I5 : Ecoles de cirque	
Groupe-cible principal	Enfants à partir de 7 ans, parents, familles entourant les enfants
Settings	Communes, espaces publics, places de jeu
Partenaires	Ecoles de cirque
Description du projet	Les écoles de cirque aident les enfants et les jeunes à se développer dans différents domaines : le mouvement (coordination, équilibre, souplesse et agilité), l'artistique (théâtre, expression, présentation au public, le social (travail en groupe, esprit de collaboration, respect des compétences de chacun-e) et l'émotionnel (confiance en soi, dépassement de ses peurs, endurance, gestion du trac).
I6 : Senso5	
Groupe-cible principal	Enfants de 4-12 ans, enseignant-e-s
Settings	Etablissements scolaires primaires
Partenaires	Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport, Haute Ecole pédagogique Fribourg, Fondation Senso5
Description du projet	Senso5 a pour objectif de promouvoir la santé au travers de la découverte de l'alimentation par la voie sensorielle et s'inscrit dans une démarche de promotion des compétences des enfants.
I7 : Sport scolaire facultatif	
Groupe-cible principal	Enfants en âge de scolarité obligatoire
Settings	Communes, écoles
Partenaires	Service du sport, enseignant-e-s, communes, entraîneurs de sport, Monitrices-teurs J+S, spécialistes du sport
Description du projet	Outre les leçons d'éducation physique et sportive obligatoires, les établissements scolaires et les communes qui le souhaitent peuvent faire bénéficier leurs élèves d'activités sportives facultatives en dehors des heures d'école, à savoir avant, sur les heures libres, ou encore après les cours.
I8 : Activités extrascolaires ouvertes	
Groupe-cible principal	Enfants de 6-12 ans
Settings	Communes
Partenaires	Communes, Service du sport, Service de l'enfance et de la jeunesse, Association FriTime, Fondation Idée :Sport
Description du projet	L'Etat de Fribourg soutient les projets de l'Association FriTime et de la Fondation Idée :Sport qui proposent aux communes fribourgeoises de mettre sur pied des activités extrascolaires pour les enfants et les jeunes.

I9 : Guide « bouger, manger à l'école » et sa promotion	
Groupe-cible principal	Enseignant-e-s, responsables d'établissements scolaires, directeur-trice-s des Cycles d'orientation
Settings	Etablissements scolaires
Partenaires	Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport du canton de Fribourg, cantons du Jura, Vaud, Valais et Neuchâtel
Description du projet	Le guide présente des recommandations pratiques et concrètes en matière d'alimentation et d'activité physique à destination des enseignant-e-s, responsables d'établissements et groupes de santé scolaires. Il se présente sous la forme d'un site Internet, regroupant des recommandations en matière d'alimentation et d'activité physique mais également des fiches pratiques de projets à réaliser, par thématiques et par degrés scolaires, avec des exemples d'activités et une sélection de supports d'information de qualité. Le but est également de collaborer et de créer des outils avec les cantons du Jura, Vaud, Valais et Neuchâtel.
I10 : Fleurs de chantier (image corporelle positive)	
Groupe-cible principal	Enfants et jeunes de 6 à 20 ans, professionnel-le-s des centres d'animation socioculturelle, professionnel-le-s en milieu institutionnel et sportifs
Settings	Centre d'animation socioculturelle, domaine extrascolaire
Partenaires	Animateur-trice-s socioculturel-le-s, REPER, coordinatrice du Plan cantonal fribourgeois en matière de santé mentale
Description du projet	<p>« Notre vie est parfois en chantier. Nous avons besoin de creuser, de créer de nouvelles fondations, d'expérimenter, de vivre des sensations. Nous cherchons la nouveauté pour qu'elle habite ces terrains et qu'elle dessine de nouvelles couleurs, tôt ou tard. »</p> <p>Comment se sentir bien dans sa tête ? Bien dans son corps ? Interagir positivement avec son environnement ? Oser se libérer au milieu des règles sociales ?</p> <p>« Fleurs de Chantier » est un projet qui permet d'aborder ces questions à travers la thématique de l'Image Corporelle Positive. Il propose une boîte de jeu qui sert d'outil méthodologique et didactique pour s'approprier le projet.</p> <p>Le projet et sa méthodologie permettront également de renforcer des activités actuelles menées par le secteur « information et projets » de REPER notamment en lien avec les thématiques des consommations à risques et des addictions dans les domaines du sport et dans le milieu institutionnel.</p>
I11 : Santé – Alimentation et Mouvement (SAM) - Espace femmes	
Groupe-cible principal	Migrantes suivant les cours de langues à espace femmes et leurs enfants
Settings	espace femmes , lieu de rencontre, d'information et de formation pour femmes suissesses et migrantes.
Partenaires	espace femmes

Description du projet	Les femmes suivant les cours de français à espacefemmes participent à des ateliers avec leurs enfants, en âge préscolaire, ayant pour but d'identifier les moyens accessibles et à leur disposition pour bouger et faire bouger leur famille ainsi que d'identifier les éléments importants qui contribuent à une alimentation équilibrée.
I12 : Les quatre saisons de l'arbre	
Groupe-cible principal	Parents et enfants de 0 à 12 ans, pharmaciens et pharmaciennes
Settings	Pharmacies, bibliothèques, cabinets médicaux
Partenaires	Pharmacien-en-s, bibliothécaires, médecins
Description du projet	Au fil de l'année, un arbre accueille les enfants et les parents dans les lieux partenaires. En guise de fruits, les arbres portent des rubans que les enfants peuvent cueillir pour les porter en bracelet ou les garder. Ces rubans rappellent comment bien manger et bien bouger. Chaque saison, l'arbre change et porte d'autres rubans. Douze rubans par saison, à attacher, échanger, partager. Douze bonnes idées pour devenir forts et vigoureux comme les arbres... Chaque saison, un nouveau livret est offert. Il donne des explications sur chaque ruban, des informations pour comprendre l'importance de bien manger et bien bouger. Il contient également des fiches pour les enfants qui proposent des activités à faire ensemble: recettes, expériences, jeux, idées de mouvements...

Module B

I13 : Passeport Découverte Activités Physiques	
Groupe-cible principal	Personnes âgées de 65 ans et plus
Settings	Pro Senectute Fribourg
Partenaires	Pro Senectute Fribourg
Description du projet	Pendant 15 jours, Pro Senectute Fribourg organise divers cours pour les seniors afin qu'ils/elles puissent découvrir gratuitement et sans engagement les divers cours d'activité physique offerts par Pro Senectute. Le but est de favoriser la découverte des diverses activités en lien avec l'activité physique proposées par Pro Senectute afin d'encourager dans un deuxième temps, l'inscription à une des activités. L'objectif est également de réduire les freins pour les seniors à s'inscrire à un cours. Cette mesure vise ainsi à faciliter la participation des personnes âgées aux divers cours de Pro Senectute.
I14 : Evaluation du logement	
Groupe-cible principal	Personnes âgées de 65 ans et plus
Settings	Domicile
Partenaires	Pro Senectute Fribourg, Service de la prévoyance sociale, Ligue fribourgeoise contre le rhumatisme

Description du projet	Dans le cadre du concept Senior+, afin de soutenir les personnes dans leur choix de continuer à vivre à domicile de manière autonome et les encourager à sécuriser et adapter leurs logements, un mandat est attribué à Pro Senectute pour évaluer, sur requête, les logements des seniors vivant à domicile et formuler une liste de propositions concrètes pour les adaptations simples de leur logement, avec une estimation des coûts et informations concernant les fournisseurs auxquels elles/ils peuvent faire appel. L'évaluation des logements est effectuée par des ergothérapeutes spécialement formé-e-s dans ce but.
I15 : Cours « alimentation équilibrée »	
Groupe-cible principal	Personnes âgées de 65 ans et plus
Settings	Lieux communautaires
Partenaires	Ligues de santé
Description du projet	<p>Dans le cadre du programme « Je mange bien, je bouge bien », des cours relatif à l'alimentation équilibrée destinés jusqu'à présent au grand public et aux personnes vivant avec une maladie chronique à des seniors (avec ou sans maladies chroniques) seront ouverts.</p> <p>L'objectif de la mesure est de compléter les cours de base sur l'alimentation équilibrée existants des Ligues de santé en adaptant les informations et conseils aux besoins des seniors. La promotion des cours sera renforcée afin d'atteindre le public cible spécifique des personnes âgées de 65 ans et plus.</p>
I16 : Alimentation et mouvement à domicile	
Groupe-cible principal	Personnes âgées fragilisées faisant appel à des aides à domicile, bénévoles de la Croix-Rouge fribourgeoise
Settings	Domicile
Partenaires	Croix-Rouge fribourgeoise
Description du projet	La mesure prévoit la formation des bénévoles de la CRF (visites, transports et alarme) pour les sensibiliser aux questions de l'alimentation des seniors. Il est également prévu de former les auxiliaires de santé CRS sur les thématiques « alimentation et mouvement » et de renforcer l'accompagnement pendant les repas à domicile (temps de préparation des repas et prise du repas en commun). La préparation et la prise des repas en commun se feront ainsi par des auxiliaires de santé CRS formé-e-s notamment à la thématique de l'alimentation équilibrée.
I17 : Tables d'hôtes	
Groupe-cible principal	Personnes âgées et bénévoles Pro Senectute
Settings	Lieux communautaires
Partenaires	Pro Senectute Fribourg
Description du projet	À l'heure actuelle, environ 30 bénévoles de Pro Senectute Fribourg organisent une ou plusieurs tables d'hôtes sur le canton. Dans le cadre du programme cantonal, un renforcement du poste de la coordinatrice des tables d'hôtes est prévu, dans

	<p>l'objectif d'augmenter le nombre de tables d'hôtes ouvertes.</p> <p>Une mesure complémentaire est élaborée dans le cadre du programme cantonal, à savoir la formation des bénévoles des tables d'hôtes aux aspects de l'alimentation équilibrée pour les seniors. Outre les aspects de l'alimentation équilibrée, les formations aborderont d'autres thèmes, à définir en concertation avec Pro Senectute Fribourg.</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Modules A & B

I18: Formation continue des multiplicateurs/trices	
Groupe-cible principal	Enfants et jeunes de 0-20 ans, personnes âgées de 65 ans et plus, multiplicateurs et mutiplicatrices
Settings	Hôpitaux (maternités, pédiatrie), centres de puériculture, maisons de naissance, services d'aide et soins à domicile, cabinets de gynécologie, cabinets de médecins pédiatres, pharmacies, centres d'animation socioculturelle
Partenaires	Puéricultrices, sages-femmes, infirmier-ère-s, assistant-e-s en soins et santé communautaire, pédiatres, gynécologues, diététicien-ne-s, ergothérapeutes, animateurs/trices socioculturel-le-s, interprètes communautaires, personnes-relais
Description du projet	<p>Un état des lieux est réalisé auprès des multiplicateurs/trices afin de connaître leurs besoins en termes de formation et d'information pour y répondre au mieux.</p> <p>Les multiplicateurs/trices reçoivent des formations en lien avec l'alimentation, l'activité physique, resp. l'image corporelle qui répondent à leurs besoins.</p>
I19 : Soutien au développement de mesures intergénérationnelles	
Groupe-cible principal	Enfants, jeunes, seniors
Settings	Lieux communautaires
Partenaires	Service de la prévoyance sociale, toutes institutions/organisations répondant à l'appel d'offre
Description du projet	Le manque de contact entre les diverses générations en dehors du cercle familial contribue au développement de préjugés et accentue les cloisonnements au sein de la société. Pour favoriser l'échange de compétences et le soutien entre les senior-e-s et les générations plus jeunes en dehors du cadre familial, l'Etat accorde un soutien financier aux projets intergénérationnels. Cette aide financière est accordée selon un procédé d'appel de projets. Une partie des projets financés sera en lien avec les questions d'alimentation et/ou de mouvement.
I20 : Couleur Jardin	
Groupe-cible principal	Population migrante, seniors, écolier-ère-s, enfants, toute population avoisinante du jardin
Settings	Espace public
Partenaires	Croix-Rouge fribourgeoise, communes

Description du projet	Le jardin est un point de rencontre pour organiser des ateliers aux jardins sur les thèmes du jardinage écoresponsable et de la promotion de santé (alimentation équilibrée et mouvement régulier). Le jardin favorise la cohésion sociale avec les groupes de population environnants (interactions).
I21 : Pédibus	
Groupe-cible principal	Enfants en âge de scolarité, parents, grands-parents, seniors
Settings	Chemin de l'école
Partenaires	Associations de parents, école, communes, police, ATE, Fédération des retraités, ProSenectute
Description du projet	Le Pédibus est un système d'accompagnement des enfants à pied à l'école, sous la conduite des parents ou de grands-parents. Le projet encourage les déplacements à pied des enfants sur le chemin de l'école et est axé principalement sur la santé, la sécurité, l'écologie ou encore la convivialité.
I22 : Fourchette Verte tout-petits, juniors & seniors (repas à domicile)	
Groupe-cible principal	Enfants accueillis dans les crèches et les accueils extrascolaires, leurs parents ainsi que éducateurs-trices de la petite enfance, cuisinier-ère-s, fournisseurs de repas, personnes âgées de 65 ans et plus, professionnel-le-s des soins à domicile
Settings	Crèches, accueils extrascolaire Domicile
Partenaires	Fourchette Verte Fribourg, Croix-Rouge fribourgeoise, Association des soins à domicile, prestataires de repas
Description du projet	Fourchette Verte est un label de qualité qui s'adresse à tous les types d'établissements de restauration, dont les services de livraison de repas à domicile. Ce label vise à promouvoir une alimentation équilibrée dans un environnement sain. La Fédération Suisse Fourchette Verte prévoit un projet pilote d'extension du label aux repas à domicile pour les seniors. Le Programme cantonal envisage de se coordonner avec ces réflexions.

3.2. Actions structurelles (« policy »)

L'objectif principal des mesures structurelles (P) est d'agir sur le cadre de vie par la promotion et le soutien aux mesures existantes ou novatrices. Il s'agit aussi de promouvoir les changements dans les conditions de la vie quotidienne, du travail et de l'environnement plus large des individus.

Mesure	Description de la mesure	Public-cible
P1 : Coordination du programme au sein des structures d'accueil extrafamiliales	Le personnel des crèches et des milieux d'accueil extrafamiliaux est sensibilisé à l'importance d'une alimentation équilibrée et d'une activité physique régulière. Le personnel des crèches et des milieux d'accueil extrafamiliaux transmet le plaisir de manger de manière équilibrée et de se dépenser aux enfants et informe les parents.	Personnel des crèches et milieux d'accueil extrafamiliaux
P2 : Concept de santé à l'école	Le concept est conçu comme une politique publique visant à avoir un impact durable dans la société. En ce sens, des buts stratégiques décrivant le résultat de cet impact ont été fixés : autour de la santé des individus (élèves et enseignants), et autour des structures (organisation des établissements scolaires et du canton). La qualité de l'enseignement et l'information de base, pour les élèves et pour les personnes qui les forment, en termes de promotion de la santé et de prévention jouent également un rôle prépondérant. Mais la qualité de la politique générale de formation ainsi que de la politique de santé publique ont aussi une influence sur la qualité de l'enseignement et de la vie à l'école.	Enfants et jeunes en âge de scolarité obligatoire Responsables d'établissements Directeur-trice-s des Cycles d'orientation Enseignant-e-s
P3 : Soutien à la promotion de l'allaitement maternel	Les multiplicateurs/trices (maternités, pharmacies, personnel de santé, employeurs, professionnel-le-s de la santé au travail) et les parents sont sensibilisés à l'importance de l'allaitement maternel comme un facteur protecteur du surpoids.	Personnel de santé
P4 : Portefeuille développement durable pour les communes	Les projets jeunesse, sportifs, santé (promotion de la santé et prévention), écologiques, etc. sont promus auprès des communes fribourgeoises dans le cadre de la stratégie « développement durable » du canton de Fribourg. Des actions et projets à l'attention des seniors viendront renforcer les mesures déjà proposées. Les responsables des communes connaissent les actions qu'elles peuvent mener afin que leur commune entre dans une démarche de développement durable.	Communes
P5 : Label « Commune en santé »	Le label « Commune en santé » cherche à valoriser les mesures de prévention et de promotion de la santé soutenues ou mises en œuvre par une commune. Les mesures de promotion de santé peuvent aussi bien toucher les enfants et les jeunes que les seniors. Les mesures seront créées en coordination avec les autres cantons.	Population en général
P6 : Ancrage du projet Purzelbaum	Les enseignant-e-s ayant mené Purzelbaum, mis en œuvre dans les classes d'école enfantine germanophones du canton de Fribourg continuent à appliquer les principes du projet dans leur classe.	Etablissements scolaires alémaniques (classes de 1H – 2H)

3.3. Actions de mise en réseau

La mise en réseau (MR) poursuit différents objectifs, notamment un large déploiement du Programme cantonal, un renforcement de la cohérence des messages transmis par les différents organismes, une augmentation de la visibilité des actions entreprises et des organismes qui les mettent en place et le développement d'un meilleur partenariat. Ces actions de mise en réseau concernent aussi bien le module A que le module B.

La mise en réseau se fera ainsi sur différents niveaux :

- > au niveau national ;
- > entre les cantons ;
- > à l'intérieur du canton (intra-cantonal) ;
- > entre le canton et les communes ;
- > entre les différents organismes / acteurs.

Mesures	Description de la mesure
MR1 : Collaboration nationale et intercantonale	La collaboration et l'échange d'informations entre les cantons latins sont poursuivis notamment via la Commission de prévention et promotion de la santé du GRSP (CPPS). Echanges au sujet de différents projets via PSCH Différents projets sont menés en collaboration avec un ou plusieurs autres cantons latins. L'échange de bonnes pratiques se fait régulièrement avec les cantons latins, mais aussi avec les cantons alémaniques via l'Association suisse des responsables cantonaux pour la promotion de la santé (ARPS).
MR2 : Collaboration intracantonale (interdirectionnelle, interservices)	Concernant le module A : deux Directions (ICS et SAS) sont représentées au sein du comité de pilotage du programme cantonal et mènent, en étroite collaboration, des actions en faveur d'une alimentation et d'une activité physique favorables à la santé de l'ensemble de la population fribourgeoise. Concernant le module B, deux services (SSP et SPS) sont représentés au sein du comité de pilotage du programme. Des collaborations interdirectionnelles sont également assurées au travers de la mise en œuvre de projets spécifiques, notamment avec la Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport (DICS), la Direction des institutions, de l'agriculture et de la forêt (DIAF), la Direction de l'aménagement, de l'environnement et des constructions (DAEC). D'autres Directions sont ou peuvent être impliquées dans les groupes d'experts ou dans les groupes d'accompagnement de projets spécifiques.
MR3 : Collaboration canton – communes	Les communes sont un setting du programme cantonal. Des collaborations spécifiques sont mises en place avec certaines communes, dans le cadre de mesures déployées par le programme cantonal. Une collaboration sera notamment assurée dans la cadre de la mise en œuvre de label Commune en santé.
MR4 : Collaboration canton – partenaires	Le réseau du programme cantonal fribourgeois est entretenu durablement, notamment par l'organisation de rencontres annuelles et la diffusion d'informations par e-mail. Des groupes de travail sur des thématiques spécifiques, p.ex. la santé bucco-dentaire des seniors et l'alimentation, seront mis sur pied et réunis plusieurs fois par année.
MR5 : Coordination avec d'autres stratégies	Les synergies avec les autres programmes cantonaux et stratégies en place et/ou en cours de développement sont renforcées, la coordination au niveau

Mesures	Description de la mesure
cantonaux	cantonal est renforcée (notamment Senior+, le Programme d'intégration cantonal, la Stratégie enfance et jeunesse, le programme cantonal de promotion de la santé mentale, etc.)
MR6 : Journée réseau du Programme cantonal	Les actions de mise en réseau des différents acteurs doivent permettre de fédérer les forces afin, notamment, d'assurer un large déploiement du Programme cantonal, de renforcer la cohérence des messages transmis et d'augmenter la visibilité des actions entreprises et des organismes. Dans ce cadre, une rencontre du réseau fribourgeois est organisée annuellement afin de favoriser les échanges entre les différents partenaires du Programme.
MR7 : Pool d'expert-e-s	Un pool d'expert-e-s en lien avec les thématiques « alimentation et mouvement » et le public cible des seniors sera créé dans le cadre du programme cantonal. L'objectif est que les personnes de ce pool puissent être sollicitées lorsque qu'une formation est demandée, pour soutenir la création de matériel ou afin de pouvoir donner des conseils à d'autres professionnel-le-s les sollicitant.

3.4. Information du grand-public (« communication »)

Ce niveau d'action (IP) est destiné à encourager une attitude positive par rapport à la thématique, de permettre de promouvoir les connaissances nécessaires à l'adoption de comportements favorables à la santé et de faire connaître les offres existantes. Ces actions d'information concernent aussi bien le module A que le module B.

Mesures	Description de la mesure	Public-cible
IP1 : Site Internet « Je mange bien, je bouge bien » www.fr.ch/pcs	Le site Internet est complété avec la partie du programme concernant les jeunes de 12 à 20 ans et les personnes âgées de 65 ans et plus. La partie informative et les actualités de la page Internet sont régulièrement mise à jour	Partenaires du programme cantonal Professionnel-le-s en lien avec les thématiques du programme cantonal Tout public
IP2 : Plateforme BAME – www.bame-fr.ch	BAME est un site d'informations et d'échanges sur les thèmes de l'alimentation et du mouvement des enfants de 0 à 12 ans. Il est amené à se développer dans le cadre la troisième phase du programme pour pouvoir répondre aux questions en lien avec l'alimentation et le mouvement des seniors.	Professionnel-le-s travaillant avec les enfants Professionnel-le-s travaillant avec les seniors Parents et proches
IP3 : Guide places de jeux	Le Guide des places de jeux et de mouvement en Suisse romande – réalisé par RADIX Suisse romande dans le cadre des programmes « Alimentation et activités physique » des cantons romands – est un document de référence pour les communes qui souhaitent	Communes

	<p>promouvoir le mouvement par les places de jeux.</p> <p>Le guide place de jeux sera traduit en allemand afin d'en permettre l'accès à toutes les communes fribourgeoises.</p>	
IP4 : Communication presse et réseaux sociaux	<p>Les projets du programme cantonal font l'objet d'une communication presse régulière, via des communiqués de presse ou des conférences de presse.</p> <p>Les médias – y compris les réseaux sociaux – sont considérés comme un vecteur important d'information au grand public sur les thématiques « alimentation et activité physique » ainsi que sur les activités du programme cantonal et sont utilisés comme tels.</p>	Population en général
IP5 : Evènements et promotion	<p>Des événements sont organisés chaque année pour présenter les activités du programme au grand public.</p> <p>Des synergies avec les activités de communication de PSCH sont proposées.</p>	Enfants, parents, jeunes et seniors
IP6 : Communication par l'intermédiaire de partenaires ayant un accès direct au grand-public / familles (pharmacies, bibliothèques, ...)	<p>Du matériel d'information sur l'alimentation et le mouvement est régulièrement proposé aux partenaires ayant un contact privilégié avec les familles et les seniors</p>	Enfants, parents, seniors
IP7 : Mesure de sensibilisation à la problématique des chutes	<p>Des réflexions sont menées en collaboration avec le Service de la prévoyance sociale afin de concevoir une mesure de sensibilisation à la problématique des chutes en lien avec la politique Senior+.</p>	Population en général
IP8 : Cycles de conférences publiques	<p>Chaque année, deux à quatre conférences publiques (« Tous en forme ! ») sont organisées sur des thématiques en lien avec l'alimentation et le mouvement.</p>	<p>Parents, proches, seniors</p> <p>Professionnel-le-s de la santé</p> <p>Population en général</p>

4. Vision, objectifs et mesures

4.1. Vision

Le Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien » participe à la mise en œuvre de la Stratégie cantonale fribourgeoise de promotion de la santé et de prévention (Perspective 2030) et s'inscrit ainsi en cohérence avec la vision générale de la planification cantonale de promotion de la santé et de prévention :

« La société attribue une importance majeure à l'amélioration de la santé de la population, car elle contribue au bien-être collectif et individuel. En ce sens, chaque acteur sociétal (par exemple des domaines politique, économique, éducatif, santé, social, culturel), de même que chaque résident-e du canton de Fribourg, intègre la promotion de la santé et la prévention dans ses stratégies ou ses pratiques. »

Le Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien » 2018-2021 propose une déclinaison de cette vision en lien avec les priorités spécifiques des thématiques « alimentation et mouvement » :

« Le canton de Fribourg offre un cadre de vie favorable à l'adoption de comportements bénéfiques en matière de mouvement, d'activité physique et d'alimentation équilibrée pour les enfants, les adolescent-e-s, les jeunes adultes, les familles, les seniors et la collectivité dans son ensemble. Le programme favorise la collaboration avec les partenaires et valorise les actions existantes. »

4.2. Objectifs du programme, objectifs détaillés et mesures

Le tableau ci-dessous présente les objectifs du Programme cantonal, les objectifs détaillés ainsi que les mesures relatives aux quatre niveaux d'action du Programme cantonal.



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Direction de la santé et des affaires sociales DSAS
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD

Route des Cliniques 17, 1701 Fribourg

T +41 26 305 29 04, F +41 26 305 29 09
www.fr.ch/dsas

Tableau des objectifs et des mesures

Obj. nat.	Objectifs du Programme cantonal		Mesures aux quatre niveaux			
N°	Objectifs du Programme	Objectifs détaillés	Interventions	Policy	Mise en réseau	Information du public
A1/B1/A4/B4	Les communes du canton de Fribourg offrent des conditions-cadres sociales et structurelles favorisant une activité physique et une alimentation bénéfiques pour la santé des enfants, des jeunes et des seniors.	D'ici 2021, les communes du canton de Fribourg connaissent les différentes offres disponibles pour mettre en place des mesures et savent où s'adresser pour les développer		<p>P4 : Portefeuille développement durable pour les communes D'ici fin 2018, le portefeuille DD pour les communes sera complété avec de nouvelles propositions pour les jeunes et les seniors. D'ici 2019, toutes les communes ont reçu la nouvelle version du portefeuille DD. Le portefeuille est mis à jour chaque année selon les propositions des communes.</p> <p>P5 : Label Commune en santé D'ici fin 2018, la possibilité de mettre en place le Label commune en santé dans le canton de Fribourg est étudiée auprès des partenaires concernés. A partir de 2019, 3 communes sont labellisées chaque année.</p>		<p>IP3 : Guide places de jeux D'ici fin 2018, le guide place de jeux est traduit en allemand et transmis à toutes les communes du canton de Fribourg. Chaque année, au moins deux animations alimentation et mouvement sur les places de jeux sont organisées avec les communes qui en font la demande.</p>
B2	Le canton de Fribourg offre des conditions cadres pour l'aménagement de l'espace privé de manière à prévenir les chutes.	Dans le canton de Fribourg, les seniors ont accès à un conseil personnalisé pour l'aménagement sécuritaire de leur logement.	<p>I14 : Evaluation du logement (Senior+) Chaque année : > 150 personnes sont sensibilisées à la problématique au cours d'un entretien par le service concerné de Pro Senectute > 100 logements sont évalués > 50 logements sont adaptés</p>			
A2/A4	Dans l'environnement préscolaire, scolaire et extrascolaire (accueil extrafamilial, écoles obligatoires et post-	D'ici 2021, le personnel des crèches et des milieux d'accueil extrafamiliaux est sensibilisé à l'importance d'une alimentation équilibrée et d'une activité	<p>I2 : Carambole Chaque année, 30 activités Caramboles sont organisées dont au moins 25 dans les structures crèches ou AES.</p>	<p>P2 : Concept de santé à l'école Le comité de pilotage interdirectionnel se réunit au moins 3 fois / année. La coordinatrice du programme « je mange bien, je</p>		<p>IP2 : Plateforme BAME Le site internet est maintenu et complété trois fois par année Les questions du site internet sont traitées 1 fois par semaine</p>

Obj. nat.	Objectifs du Programme cantonal		Mesures aux quatre niveaux			
N°	Objectifs du Programme	Objectifs détaillés	Interventions	Policy	Mise en réseau	Information du public
	obligatoires, structures extrascolaires, etc.) l'alimentation équilibrée, ainsi que l'activité physique régulière et l'image corporelle positive des enfants et des jeunes sont favorisées	physique régulière et il transmet le plaisir de manger de manière équilibrée et de se dépenser aux enfants et informe les parents.	I22 : Fourchette Verte 2 nouvelles structures (crèches ou accueils extrascolaires) labellisées / année Maintien du nombre de structures labellisées annuellement.	bouge bien » participe aux rencontres du groupe « éducation nutritionnelle ». Les actions en lien avec l'alimentation, le mouvement et l'image corporelle sont coordonnées entre les deux directions concernées. P3 : Soutien à la promotion de l'allaitement maternel Un soutien financier annuel est octroyé à la Fondation pour la promotion de l'allaitement maternel. Les parents, les professionnel-le-s de santé et les employeurs sont sensibilisés à l'importance de l'allaitement maternel prolongé comme facteur protecteur de l'obésité.		2 newsletters publiées / année 5 activités (en allemand et français) organisées / année sur un thème en lien avec l'alimentation et/ou le mouvement
		D'ici à 2021, les établissements scolaires qui le souhaitent ont eu la possibilité de mettre sur pied des mesures en lien avec la promotion d'une alimentation équilibrée, le mouvement régulier et/ou de l'image corporelle positive.	I6 : Senso5 En 2018 > 200 enseignant-e-s de 1H à 4H sont formés > tous les enseignant-e-s 5H-6H des établissements déjà dans le processus sont formés Dès 2019 > 100 enseignant-e-s 1H à 4H sont formés chaque année > tous les enseignant-e-s 5H-6H des établissements déjà dans le processus sont formés chaque année > tous les enseignant-e-s 7H-8H des établissements déjà dans le processus sont formés	P6 : Ancrage du projet Purzelbaum Les enseignant-e-s ayant mené Purzelbaum, mis en œuvre dans les classes d'école enfantine germanophones du canton de Fribourg continuent à appliquer les principes du projet dans leur classe. Une formation est proposée aux nouveaux/nouvelles enseignant-e-s des établissements scolaires menant le projet.		
		D'ici à 2021, l'offre d'activités extrascolaires pour les enfants et les jeunes s'est développée dans le canton de Fribourg.	I5 : Ecoles de cirque 3 ateliers de découverte du cirque / année 1 offre de stage « mouvement par le cirque » / année I7 : Sport scolaire facultatif 3 à 5 nouvelles communes par année proposent des activités de sport scolaire facultatif Les communes proposant déjà du sport scolaire facultatif augmentent leur offre.			

Obj. nat.	Objectifs du Programme cantonal		Mesures aux quatre niveaux			
N°	Objectifs du Programme	Objectifs détaillés	Interventions	Policy	Mise en réseau	Information du public
			I8 : Activités extrascolaires ouvertes Chaque année, 2-3 nouvelles communes démarrent un projet avec FriTime ou Idée :Sport			
B3/B5/B6	Les seniors, leurs proches et les professionnel-le-s qui les entourent sont sensibilisés à l'importance de l'alimentation équilibrée et de l'activité physique suffisante ainsi qu'à la prévention des chutes par des mesures efficaces et accessibles.	À fin 2021, l'ensemble des seniors du canton de Fribourg peuvent bénéficier d'offres et de conseils relatifs à l'activité physique régulière, à l'alimentation équilibrée, et à la prévention des chutes.	I13 : « Passeport Découverte » Activités physiques En 2018, les modalités en vue de la création d'un « Passeport Découverte » sont examinées avec Pro Senectute Fribourg. À fin 2019, une quinzaine est organisée pour 3'000 seniors pour leur faire découvrir environ 10 activités physiques. Cette quinzaine « Découverte » est réitérée chaque année d'ici fin 2021. I15 : Cours « alimentation équilibrée » D'ici fin 2018, les modalités d'extension des cours en lien avec l'alimentation équilibrée à des seniors sont examinées avec Les Lignes de santé. D'ici fin 2018, les contenus et supports des cours sont déterminés. D'ici fin 2019, un cours pilote est donné en français. Les cours sont adaptés pour le public germanophone. Un plan de communication pour promouvoir les cours auprès du public cible est élaboré. En 2020-2021 : quatre nouveaux cours avec deux thématiques différentes sont donnés chaque année. I16 : Alimentation et mouvement à domicile Chaque année, 2 à 4 formations pour 10 à 20 bénévoles de la CRF sont mises en place afin de les sensibiliser sur le thème de l'alimentation et le mouvement des seniors. D'ici à 2021, 180 bénévoles actifs à la CRF sont			IP7 : Mesure de sensibilisation à la problématique des chutes En 2018, des réflexions sont menées en collaboration avec le Service de la prévoyance sociale afin de concevoir une mesure de sensibilisation à la problématique des chutes en lien avec la politique Senior+. D'ici 2020, la mesure de sensibilisation sera mise en œuvre. IP8 : Cycles de conférences publiques Chaque année, deux à quatre conférences publiques sont organisées pour les enfants et les seniors (« Tous en forme ! ») sur des thématiques en lien avec l'alimentation et le mouvement.

Obj. nat.	Objectifs du Programme cantonal		Mesures aux quatre niveaux			
N°	Objectifs du Programme	Objectifs détaillés	Interventions	Policy	Mise en réseau	Information du public
			<p>formés. Chaque année, une formation de 3h pour 10 à 15 auxiliaires de santé du service Aide aux proches est mise en place afin de les former au thème de l'alimentation équilibrée et du mouvement régulier. En 2018, les modalités de renforcement de l'accompagnement (préparation et prise des repas) des repas à domicile sont formalisées. Les années suivantes, 800 à 1'000 repas à domicile sont accompagnés par un-e auxiliaire de santé du service Aide aux proches formé-e aux aspects de l'alimentation équilibrée.</p> <p>I17 : Tables d'hôtes Dès 2018, la coordination des tables d'hôtes est renforcée. Chaque année, 5 tables d'hôtes supplémentaires sont ouvertes sur 5 communes. En 2018, 30 bénévoles des tables d'hôtes ont été formés sur le thème de l'alimentation équilibrée ainsi que sur d'autres thématiques en lien avec l'activité physique ou l'alimentation. Une formation est réitérée chaque année pour les bénévoles, en fonction des besoins. Le thème est choisi en collaboration avec Pro Senectute Fribourg.</p> <p>I19 : Soutien au développement de mesures intergénérationnelles Chaque année, les thèmes de l'alimentation et du mouvement figureront parmi les thèmes des appels à projets intergénérationnels menés dans le cadre concept Senior +. Un quart des moyens financiers attribués à ces projets porteront sur les thèmes alimentation et mouvement.</p>			

Obj. nat.	Objectifs du Programme cantonal		Mesures aux quatre niveaux			
N°	Objectifs du Programme	Objectifs détaillés	Interventions	Policy	Mise en réseau	Information du public
			<p>I20 : Couleur Jardin Dès 2018, 2 à 3 communes intéressées développent le projet chez elles avec le soutien de l'équipe Couleur Jardin Dès 2019, le projet se développe dans la partie alémanique du canton auprès d'au moins une commune.</p> <p>I21 : Pédibus D'ici fin 2018, les modalités de soutien à l'accompagnement des lignes Pédibus par des seniors seront examinées avec la coordination Pédibus Fribourg.</p>			
		D'ici fin 2021, la possibilité d'implémenter le Label Fourchette Verte pour les repas livrés à domicile a été examinée, du point de vue de la faisabilité et des besoins, et, le cas échéant, au moins 1 prestataire aura été labellisé (projet pilote).	<p>I22 : Fourchette Verte Seniors (repas à domicile) D'ici fin 2019, une étude de faisabilité et de pertinence de la labellisation Fourchette Verte pour les repas livrés à domicile dans le canton de Fribourg est réalisée. Selon les résultats de l'étude et si le comité de FV Fribourg accepte de mettre en place cette nouvelle déclinaison, une demande de subvention sera formulée. En 2020, un projet pilote est mené avec un à deux fournisseur de repas.</p>			
		D'ici 2021, les professionnel-le-s qui entourent les seniors disposent de formations continues et de conseils centralisés relatifs aux besoins spécifiques des seniors dans les domaines de l'alimentation, du mouvement et de la prévention des chutes.	<p>I18 : Formation continue des multiplicateurs/trices En 2018, un état des lieux est réalisé afin de déterminer les besoins en termes de formation du personnel soignant des services d'aide et de soins à domicile (infirmier-ère-s, assistant-e-s en soins et santé communautaire, etc.). Le contenu de la formation et les professionnel-le-s visés sont choisis en fonction des résultats de l'état des lieux. D'ici fin 2020, 2 formations pour le personnel soignant des soins à domicile en lien avec les thématiques sont mises en place.</p>		<p>MR4 : Collaboration canton – partenaires Dès 2018, la coordination entre les mesures du programme est renforcée grâce à la collaboration avec les acteurs-trices clés du domaine alimentation et activité physique, notamment avec le Gérontopôle.</p> <p>MR6 : Journée réseau du Programme cantonal Une demi-journée du réseau est organisée chaque année</p> <p>MR7 : Pool d'expert-e-s En 2018, la création d'un</p>	<p>IP1 : Site Internet « Je mange bien, je bouge bien » Entre 2018 et 2019, le site Internet du programme cantonal est complété avec les informations concernant les seniors. Le site Internet est régulièrement mis à jour.</p> <p>IP2 : BAME En 2018, des réflexions sur la possibilité d'extension du site Internet bame-fr.ch pour les seniors sont entreprises. Dès 2019, le site Internet est complété avec les</p>

Obj. nat.	Objectifs du Programme cantonal		Mesures aux quatre niveaux			
N°	Objectifs du Programme	Objectifs détaillés	Interventions	Policy	Mise en réseau	Information du public
					pool d'expert-e-s en lien avec les thématiques « alimentation et mouvement » et le public cible des seniors est formalisée. Dès 2019, les personnes de ce pool peuvent être sollicitées lorsque qu'une formation est demandée, pour soutenir la création de matériel ou afin de pouvoir donner des conseils à d'autres professionnel-le-s les sollicitant.	informations relatives aux seniors. Les questions du site Internet sont traitées 1 fois par semaine. 2 newsletters sont publiées chaque année. IP6 : Communication par l'intermédiaire de partenaires (p.ex. pharmacies) En 2018, un état des lieux relatif aux besoins des pharmaciens-ne-s par rapport aux thématiques « alimentation et mouvement » des seniors est réalisé. Un projet en lien avec les pharmacies du canton de Fribourg est développé et mis en œuvre dès 2019 par le programme. Le personnel des pharmacies est formé pour pouvoir fournir des conseils et des informations sur les activités favorables à la santé.
A3/A5/A6	Les enfants, les jeunes, leurs parents et les professionnel-le-s qui les entourent sont sensibilisés à l'importance de l'alimentation équilibrée, de l'activité physique régulière et de l'image corporelle positive par des mesures efficaces et accessibles.	D'ici à 2021, les parents et professionnel-le-s accordent une attention conjointe supérieure à la question « alimentation-mouvement-éducation » des enfants.	II : Education familiale L'Association pour l'Education familiale aborde les thématiques de l'alimentation, du mouvement et/ou de l'image corporelle dans une partie de ses activités et en fonction des demandes en utilisant la méthodologie de l'encouragement, basée sur l'accompagnement concret et l'expérience directe. Avec les parents (par année) : > 200 ateliers > 600 permanences mobiles > 500 accompagnements individuels > 200 permanences téléphoniques-mails En milieu institutionnel, avec des			

Obj. nat.	Objectifs du Programme cantonal		Mesures aux quatre niveaux			
N°	Objectifs du Programme	Objectifs détaillés	Interventions	Policy	Mise en réseau	Information du public
			<p>professionnel-le-s en contact avec les parents (par année) :</p> <ul style="list-style-type: none"> > 60 ateliers > 30 accompagnements spécifiques en milieu Institutionnel (individuel) > 150 permanences téléphoniques-mails <p>Dans les médias (par année) :</p> <ul style="list-style-type: none"> > 2 émissions Radio Fribourg (1/2 h) > 2 émissions Radio Freiburg (2 min.) > 2 Chroniques sur le site internet de La Liberté <p>I12 : Les quatre saisons de l'arbre Le matériel du projet est distribué 4x /année dans les pharmacies et les bibliothèques intéressées D'ici à 2021, 8 nouvelles fiches sont développées De nouveaux professionnel-le-s sont approchés pour utiliser le matériel (pédiatres, centres de puériculture, ...).</p>			
		D'ici à 2021, les enfants et leurs parents connaissent les bienfaits des déplacements à pied sur le chemin de l'école.	<p>I21 : Pédibus Au moins 8 nouvelles lignes Pédibus par année Maintien du nombre de lignes existantes Le nombre de parents et d'enfants qui se rendent à pied à l'école augmente chaque année Tous les districts du canton de Fribourg ont des lignes Pédibus ouvertes</p>			
		D'ici à 2021, les multiplicateurs/trices dans le canton de Fribourg connaissent les principes d'une alimentation équilibrée et d'une activité physique régulière pour les femmes enceintes, les enfants et les jeunes.	<p>I18 : Formation continue des multiplicateurs/trices Au moins une formation par année, si possible basée sur les résultats d'un état des lieux, est organisée</p> <p>I3 : PAPRICA 1 formation pour les médecins de premiers recours / année 1 formation pour les professionnel-le-s des soins et</p>	<p>P1 : Coordination structures petite enfance 1 formation / 2 ans pour toutes les structures d'accueil extrafamilial 1 module de formation continue pour les assistantes parentales / année 1 réunion du groupe de partenaires / année</p>	<p>MR6 : Journée réseau du Programme cantonal Une demi-journée du réseau est organisée chaque année</p>	

Obj. nat.	Objectifs du Programme cantonal		Mesures aux quatre niveaux			
N°	Objectifs du Programme	Objectifs détaillés	Interventions	Policy	Mise en réseau	Information du public
			médicaux en lien avec la petite enfance / année I9 : Guide école Participation active du canton de Fribourg au développement de l'outil intercantonal « Guide Ecole » qui recense les bonnes pratiques et informations « alimentation et & activité physique » destinées aux établissements scolaires Valorisation du Guide Ecole au moins 1 fois par an auprès des établissements scolaires fribourgeois			
		D'ici 2021, les parents, les mineurs non accompagnés et les responsables des centres de requérant-e-s d'asile et les infirmier-ère-s qui y travaillent sont sensibilisés à l'importance d'une alimentation équilibrée pour le développement des enfants. Ils connaissent des manières ludiques de faire découvrir les aliments à leurs enfants.	I4 : Alimentation d'ici et d'ailleurs : ateliers d'échanges 6 ateliers par année dans deux centres différents			
		D'ici 2021, les multiplicateurs/trices disposent d'outils pour aborder les questions d'image de soi, d'image du corps, d'estime de soi avec les enfants et les jeunes. Ces derniers développent de nouvelles compétences pour thématiser leur ressenti en termes d'image corporelle.	I10 : Fleurs de chantier 1 nouveau centre d'animation entre dans la démarche chaque année 12 activités spécifiques à la thématique de l'image corporelle positive sont proposées par les centres d'animations partenaires 1 rencontre d'échange de bonne pratique est organisée chaque année Le projet est déployé en lien avec d'autres publics-cibles (foyers, clubs sportifs)			

Obj. nat.	Objectifs du Programme cantonal		Mesures aux quatre niveaux			
N°	Objectifs du Programme	Objectifs détaillés	Interventions	Policy	Mise en réseau	Information du public
		<p>Les participantes des cours de français d'espacefemmes établissent des liens entre une alimentation déséquilibrée et des problèmes de santé. Elles identifient les problématiques touchant leur famille, découvrent des pistes et adaptent leurs habitudes quotidiennes.</p> <p>Les enfants des participantes reconnaissent des aliments propices à un goûter sain et participent à la confection d'un goûter équilibré.</p>	<p>III : Projet Santé – alimentation et mouvement (SAM), Espace femmes Chaque année, environ 150 femmes et leurs enfants en âge préscolaire participent à 2 ateliers annuels de deux heures chacun. Elles reçoivent un dossier d'une dizaine de pages par atelier (matériel visuel en français simplifié accessible au public cible). Chaque année, des jeux de type « memory » sur les thèmes du projet « santé, alimentation et mouvement » (SAM) sont distribués à toutes les participantes des ateliers et atteignent les proches des usagères (enfants, partenaire, famille proche).</p>			



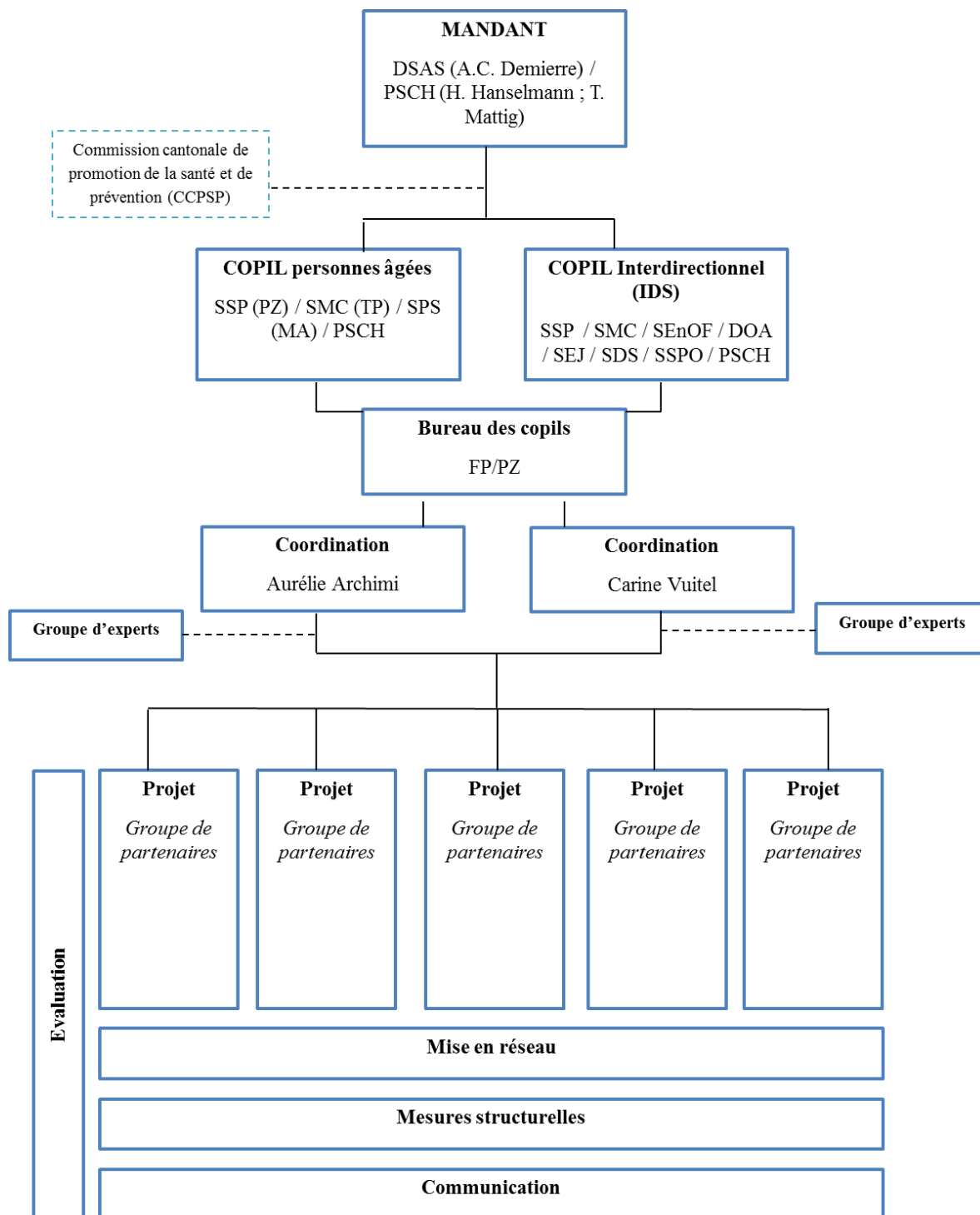
ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Direction de la santé et des affaires sociales DSAS
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD

Route des Cliniques 17, 1701 Fribourg

T +41 26 305 29 04, F +41 26 305 29 09
www.fr.ch/dsas

5. Organisation du programme et mise en réseau



Le canton de Fribourg, par le Service de la santé publique, est responsable du Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien ». Il conçoit le Programme et les activités en collaboration avec les différents partenaires (PSCH, les autres cantons, les partenaires cantonaux, les partenaires institutionnels, etc.) et garantit le contact et la communication avec eux.

Le Programme cantonal fribourgeois « Je mange bien, je bouge bien » est porté par la Déléguée à la promotion de la santé et à la prévention, Madame Fabienne Plancherel, directrice du programme, ainsi que par Mesdames Carine Vuitel et Aurélie Archimi, respectivement coordinatrices pour les modules A et B.

La gestion du module A incombe à un comité de pilotage (copil) présidé par le chef du Service de la santé publique, Monsieur Patrice Zurich. Les autres membres sont les suivants : le médecin cantonal, Monsieur le Dr. Chung-Yol Lee, les deux chefs de Services de l'enseignement obligatoire (francophone et germanophone) Messieurs Hugo Stern et Andreas Maag, le chef du Service de l'enfance et de la jeunesse, Monsieur Stéphane Quéru, le chef du Service des sport, Monsieur Benoît Gisler, la cheffe du Service dentaire scolaire, Madame Carole Plancherel, et le chef du Service de l'enseignement spécialisé et des mesures d'aide, Monsieur Herbert Wicht. En ce qui concerne le module B, l'organisation de projet s'appuie sur celle mise en place pour le concept Senior+ et le comité de pilotage correspond au Bureau de projet de Senior+. Le copil est ainsi présidé par le chef du Service de la santé publique, Monsieur Patrice Zurich, et les autres membres sont Madame Maryse Aebischer, Cheffe du Service de la prévoyance sociale ainsi que Monsieur le Dr. Thomas Plattner, médecin cantonal adjoint au Service du médecin cantonal. Les comités de pilotage représentent l'instance décisionnelle du programme. PSCH peut être l'invité ad hoc de ces comités en cas de besoin. Les comités de pilotages sont préparés et organisés par le bureau du copil, composé du chef du Service de la santé publique, de la déléguée à la prévention et à la promotion de la santé du canton de Fribourg ainsi que des coordinatrices du programme.

Un groupe d'expert-e-s a été mis en place et continuera à suivre le programme pour le module A. Il est composé d'expert-e-s de différents domaines : éducation, alimentation, mouvement, sport, pharmacie, agriculture, migration et pédiatrie. Ce groupe peut être amené à évoluer et à s'agrandir en fonction des besoins du programme. Il a un rôle d'organe consultatif et favorise l'ancrage du programme auprès des institutions concernées. En ce qui concerne le module B, un nouveau groupe d'expert-e-s sera constitué afin de répondre aux objectifs spécifiques en lien avec le public-cible des personnes âgées de 65 ans et plus.

Différents groupes de partenaires suivent les projets développés et soutenus par le programme. Ces derniers sont composés de personnes pouvant soutenir le développement d'un projet spécifique et ont pour objectif une meilleure transmission des informations dans les réseaux concernés.

En cas de besoin, des groupes de travail sur des thèmes spécifiques peuvent être constitués.

Les actions et projets déjà existants sont poursuivis au sein des institutions qui en ont la charge. Celles-ci peuvent être soutenues et suivies spécifiquement si besoin (réorientation, développement, etc.).

Le travail est effectué en grande partie par les multiplicateurs/trices du réseau au travers des projets déployés dans le canton. Un appui du Service de la santé publique peut leur être apporté en termes d'information, de suivi et de soutien.

Les ressources humaines pour la coordination du programme cantonal sont constituées d'un poste de cheffe de projet à 0.1 EPT pour l'ensemble du programme ; d'une coordinatrice de programme à 0.5 EPT et d'une coordinatrice pour les mesures liées aux structures d'accueil de la petite enfance à 0.3 EPT pour le module A, et d'une coordinatrice de programme à 0.4 EPT pour le module B.

6. Evaluation et monitoring

Pour évaluer chaque année le degré de réalisation des objectifs du Programme cantonal, PSCH met à disposition un outil standardisé. Ce bilan est utilisé par PSCH et le canton pour piloter en permanence la mise en œuvre du Programme. Chaque année, un rapport sera transmis à PSCH concernant l'ensemble des indicateurs avec leur niveau d'évolution et une réunion en milieu d'année complètera cette évaluation interne. Chaque projet sera évalué à l'interne par les partenaires porteurs des projets.

L'évaluation finale de l'atteinte des objectifs de tous les programmes d'action a lieu après quatre ans dans l'évaluation nationale des programmes. PSCH confie l'évaluation nationale du programme d'action cantonal à un institut d'évaluation indépendant.

Lors de la phase de mise en œuvre du Programme, le canton participera au reporting des indicateurs (nombre d'enfants, de jeunes et de seniors atteints, les multiplicateurs/trices atteint-e-s, settings atteints) et de la réalisation des objectifs, au développement de la qualité, et à l'évaluation des projets. Dans la phase d'évaluation nationale des programmes, le canton participera aux enquêtes. Dans la phase de pilotage et valorisation, le canton de Fribourg participera à des entretiens de pilotage, et à la valorisation du reporting et des résultats d'évaluation et de monitoring.

En collaboration avec Promotion Santé Suisse, un projet spécifique du programme sera évalué et bénéficiera des ressources financières ad hoc (8'000 CHF par an).



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Direction de la santé et des affaires sociales DSAS
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD

Route des Cliniques 17, 1701 Fribourg

T +41 26 305 29 04, F +41 26 305 29 09
www.fr.ch/dsas

7. Calendrier

	Mesures	2018	2019	2020	2021
I1	Education familiale	<ul style="list-style-type: none">- Avec les parents :<ul style="list-style-type: none">> 200 ateliers> 600 permanences mobiles> 500 accompagnements individuels> 200 permanences téléphoniques-mails- En milieu institutionnel, avec des professionnel-le-s en contact avec les parents :<ul style="list-style-type: none">> 60 ateliers> 30 accompagnements spécifiques en milieu institutionnel (individuel)> 150 permanences téléphoniques-mails- Dans les médias :<ul style="list-style-type: none">> 2 émissions Radio Fribourg (1/2 h)> 2 émissions Radio Freiburg (2 min.)> 2 Chroniques sur le site internet de La Liberté	<ul style="list-style-type: none">- Avec les parents :<ul style="list-style-type: none">> 200 ateliers> 600 permanences mobiles> 500 accompagnements individuels> 200 permanences téléphoniques-mails- En milieu institutionnel, avec des professionnel-le-s en contact avec les parents :<ul style="list-style-type: none">> 60 ateliers> 30 accompagnements spécifiques en milieu institutionnel (individuel)> 150 permanences téléphoniques-mails- Dans les médias :<ul style="list-style-type: none">> 2 émissions Radio Fribourg (1/2 h)> 2 émissions Radio Freiburg (2 min.)> 2 Chroniques sur le site internet de La Liberté	<ul style="list-style-type: none">- Avec les parents :<ul style="list-style-type: none">> 200 ateliers> 600 permanences mobiles> 500 accompagnements individuels> 200 permanences téléphoniques-mails- En milieu institutionnel, avec des professionnel-le-s en contact avec les parents :<ul style="list-style-type: none">> 60 ateliers> 30 accompagnements spécifiques en milieu institutionnel (individuel)> 150 permanences téléphoniques-mails- Dans les médias :<ul style="list-style-type: none">> 2 émissions Radio Fribourg (1/2 h)> 2 émissions Radio Freiburg (2 min.)> 2 Chroniques sur le site internet de La Liberté	<ul style="list-style-type: none">- Avec les parents :<ul style="list-style-type: none">> 200 ateliers> 600 permanences mobiles> 500 accompagnements individuels> 200 permanences téléphoniques-mails- En milieu institutionnel, avec des professionnel-le-s en contact avec les parents :<ul style="list-style-type: none">> 60 ateliers> 30 accompagnements spécifiques en milieu institutionnel (individuel)> 150 permanences téléphoniques-mails- Dans les médias :<ul style="list-style-type: none">> 2 émissions Radio Fribourg (1/2 h)> 2 émissions Radio Freiburg (2 min.)> 2 Chroniques sur le site internet de La Liberté
I2	Carambole (Croix-Rouge fribourgeoise)	<ul style="list-style-type: none">- Organisation de 30 activités- Evaluation- Développement de nouvelles activités en fonction des besoins	<ul style="list-style-type: none">- Organisation de 30 activités- Evaluation- Développement de nouvelles activités en fonction des besoins	<ul style="list-style-type: none">- Organisation de 30 activités- Evaluation- Développement de nouvelles activités en fonction des besoins	<ul style="list-style-type: none">- Organisation de 30 activités- Evaluation- Développement de nouvelles activités en fonction des besoins
I3	PAPRICA & PAPRICA petite enfance	<ul style="list-style-type: none">- Organisation d'une formation pour les médecins de premiers recours et d'une formation pour les professionnel-le-s des soins et médicaux en lien avec la petite enfance- Réflexions concernant la promotion de la formation PAPRICA pour les médecins de premiers recours alémaniques	<ul style="list-style-type: none">- Organisation d'une formation pour les médecins de premiers recours et d'une formation pour les professionnel-le-s des soins et médicaux en lien avec la petite enfance	<ul style="list-style-type: none">- Organisation d'une formation pour les médecins de premiers recours et d'une formation pour les professionnel-le-s des soins et médicaux en lien avec la petite enfance	<ul style="list-style-type: none">- Organisation d'une formation pour les médecins de premiers recours et d'une formation pour les professionnel-le-s des soins et médicaux en lien avec la petite enfance

	Mesures	2018	2019	2020	2021
I4	Alimentation d'ici et d'ailleurs : ateliers d'échanges	- Organisation de 6 ateliers dans 2 centres différents	- Organisation de 6 ateliers dans 2 centres différents	- Organisation de 6 ateliers dans 2 centres différents	- Organisation de 6 ateliers dans 2 centres différents
I5	Ecoles de cirque	- Organisation de 3 ateliers découverte - Mise sur pied d'un stage « mouvement par le cirque »	- Organisation de 3 ateliers découverte - Mise sur pied d'un stage « mouvement par le cirque »	- Organisation de 3 ateliers découverte - Mise sur pied d'un stage « mouvement par le cirque »	- Organisation de 3 ateliers découverte - Mise sur pied d'un stage « mouvement par le cirque »
I6	Senso5	- Formation de 200 enseignant-e-s 1H-4H - Formation des enseignant-e-s 5H-6H des établissements déjà dans le processus	- Formation de 200 enseignant-e-s 1H-4H - Formation des enseignant-e-s 5H-6H des établissements déjà dans le processus	- Formation de 200 enseignant-e-s 1H-4H - Formation des enseignant-e-s 5H-6H des établissements déjà dans le processus	- Formation de 200 enseignant-e-s 1H-4H - Formation des enseignant-e-s 5H-6H des établissements déjà dans le processus
I7	Sport scolaire facultatif	- Promotion du sport scolaire facultatif auprès des communes - Soutien à la mise en place du sport scolaire facultatif dans les communes	- Promotion du sport scolaire facultatif auprès des communes - Soutien à la mise en place du sport scolaire facultatif dans les communes	- Promotion du sport scolaire facultatif auprès des communes - Soutien à la mise en place du sport scolaire facultatif dans les communes	- Promotion du sport scolaire facultatif auprès des communes - Soutien à la mise en place du sport scolaire facultatif dans les communes
I8	Activités extrascolaires ouvertes	- Promotion des projets auprès des communes	- Promotion des projets auprès des communes	- Promotion des projets auprès des communes	- Promotion des projets auprès des communes
I9	Guide « bouger, manger à l'école »	- Participation aux rencontres liées au Guide Ecole - Promotion du Guide Ecole auprès des établissements scolaires	- Participation aux rencontres liées au Guide Ecole - Promotion du Guide Ecole auprès des établissements scolaires	- Participation aux rencontres liées au Guide Ecole - Promotion du Guide Ecole auprès des établissements scolaires	- Participation aux rencontres liées au Guide Ecole - Promotion du Guide Ecole auprès des établissements scolaires
I10	Fleurs de chantier (image corporelle positive)	- 1 nouveau centre d'animation entre dans la démarche - 12 activités spécifiques à la thématique de l'image corporelle positive sont proposées par les centres d'animations partenaires - 1 rencontre d'échange de bonne pratique	- 1 nouveau centre d'animation entre dans la démarche - 12 activités spécifiques à la thématique de l'image corporelle positive sont proposées par les centres d'animations partenaires - 1 rencontre d'échange de bonne pratique	- 1 nouveau centre d'animation entre dans la démarche - 12 activités spécifiques à la thématique de l'image corporelle positive sont proposées par les centres d'animations partenaires - 1 rencontre d'échange de bonne pratique	- 1 nouveau centre d'animation entre dans la démarche - 12 activités spécifiques à la thématique de l'image corporelle positive sont proposées par les centres d'animations partenaires - 1 rencontre d'échange de bonne pratique
I11	Projet Santé – Alimentation et Mouvement (SAM) – Espace femmes	- Organisation de 2 ateliers - Distribution des jeux de type « memory »	- Organisation de 2 ateliers - Distribution des jeux de type « memory »	- Organisation de 2 ateliers - Distribution des jeux de type « memory »	- Organisation de 2 ateliers - Distribution des jeux de type « memory »
I12	Les quatre saisons de l'arbre	- Distribution du matériel 4x/année auprès des partenaires intéressés (pharmacies, bibliothèques) - Proposition du matériel à de nouveaux partenaires	- Distribution du matériel 4x/année - Proposition du matériel à de nouveaux partenaires - Développement de nouvelles fiches	- Distribution du matériel 4x/année - Proposition du matériel à de nouveaux partenaires	- Distribution du matériel 4x/année - Proposition du matériel à de nouveaux partenaires - Développement de nouvelles fiches
I13	Passeport découverte activités physiques	- Formalisation du projet avec Pro Senectute	- Organisation du Passeport sur 15 jours 1x/année - Bilan	- Organisation du Passeport sur 15 jours 1x/année - Bilan	- Organisation du Passeport sur 15 jours 1x/année - Bilan
I14	Evaluation du logement	- Sensibilisation de 150 personnes	- Sensibilisation de 150 personnes	- Sensibilisation de 150 personnes	- Sensibilisation de 150 personnes

	Mesures	2018	2019	2020	2021
		- Evaluation de 100 logements - Adaptation de 50 logements	- Evaluation de 100 logements - Adaptation de 50 logements	- Evaluation de 100 logements - Adaptation de 50 logements	- Evaluation de 100 logements - Adaptation de 50 logements
I15	Cours « alimentation équilibrée »	- Formalisation du projet avec les Ligues de santé - Définition des contenus et supports des cours	- Organisation d'un cours pilote en français - Bilan - Adaptation du cours pour le public germanophone - Elaboration d'un plan de communication	- Organisation de 4 cours - Promotion du cours auprès du public cible	- Organisation de 4 cours - Promotion du cours auprès du public cible - Bilan
I16	Alimentation et mouvement à domicile	- Organisation de 2 à 4 formations pour les bénévoles de la CRF et d'une formation pour les auxiliaires CRF - Formalisation du renforcement de l'accompagnement aux repas	- Organisation de 2 à 4 formations pour les bénévoles de la CRF et d'une formation pour les auxiliaires CRF - Accompagnement de 800 à 1'000 repas à domicile	- Organisation de 2 à 4 formations pour les bénévoles de la CRF et d'une formation pour les auxiliaires CRF - Accompagnement de 800 à 1'000 repas à domicile	- Organisation de 2 à 4 formations pour les bénévoles de la CRF et d'une formation pour les auxiliaires CRF - Accompagnement de 800 à 1'000 repas à domicile
I17	Tables d'hôtes	- Renforcement de la coordination des tables d'hôtes - Ouverture de 5 nouvelles tables d'hôtes - Organisation d'une formation pour les bénévoles des tables d'hôtes - Bilan	- Ouverture de 5 nouvelles tables d'hôtes - Organisation d'une formation pour les bénévoles des tables d'hôtes	- Ouverture de 5 nouvelles tables d'hôtes - Organisation d'une formation pour les bénévoles des tables d'hôtes	- Ouverture de 5 nouvelles tables d'hôtes - Organisation d'une formation pour les bénévoles des tables d'hôtes
I18	Formation continue des multiplicateur/trices	- Réalisation d'un état des lieux des besoins en termes de formation auprès des multiplicateurs/trices (notamment pour le personnel soignant des services d'aide et de soins à domicile) - Organisation d'une formation pour le personnel soignant des SAD - Organisation d'au moins une formation pour divers professionnel-le-s	- Organisation d'au moins une formation pour divers professionnel-le-s	- Organisation d'au moins une formation pour divers professionnel-le-s - Organisation d'une formation pour le personnel soignant des SAD	- Organisation d'au moins une formation pour divers professionnel-le-s
I19	Soutien au développement de mesures intergénérationnelles	- Lancement de l'appel d'offre - Soutien financier de 2 à 4 projets en lien avec l'alimentation ou le mouvement	- Soutien financier de 2 à 4 projets en lien avec l'alimentation ou le mouvement	- Soutien financier de 2 à 4 projets en lien avec l'alimentation ou le mouvement	- Soutien financier de 2 à 4 projets en lien avec l'alimentation ou le mouvement
I20	Couleur Jardin	- Continuité du projet dans le jardin pilote de Bulle - Développement de lignes directrices pour la réalisation d'un projet « jardin communautaire » - Soutien à l'aménagement	- Soutien à l'aménagement d'un nouveau jardin dans 2 à 3 communes - Développement du projet dans les communes alémaniques	- Soutien à l'aménagement d'un nouveau jardin dans 2 à 3 communes	- Soutien à l'aménagement d'un nouveau jardin dans 2 à 3 communes

	Mesures	2018	2019	2020	2021
		d'un nouveau jardin dans 2 à 3 communes francophones			
I21	Pédibus	<ul style="list-style-type: none"> - Maintien des lignes existantes - Ouverture d'au moins 8 nouvelles lignes - Formalisation du soutien à l'accompagnement des lignes par des seniors avec la coordination Pédibus Fribourg 	<ul style="list-style-type: none"> - Maintien des lignes existantes - Ouverture d'au moins 8 nouvelles lignes 	<ul style="list-style-type: none"> - Maintien des lignes existantes - Ouverture d'au moins 8 nouvelles lignes 	<ul style="list-style-type: none"> - Maintien des lignes existantes - Ouverture d'au moins 8 nouvelles lignes
I22	Fourchette Verte tout-petits, juniors & seniors (repas à domicile)	<ul style="list-style-type: none"> - Labellisation de deux nouvelles structures (crèche, AES) - Promotion du label auprès des prestataires - Accompagnement et suivi - Réalisation d'une étude de faisabilité et de pertinence de la labellisation Fourchette Verte pour les repas livrés à domicile 	<ul style="list-style-type: none"> - Labellisation de deux nouvelles structures (crèche, AES) - Promotion du label auprès des prestataires - Accompagnement et suivi 	<ul style="list-style-type: none"> - Labellisation de deux nouvelles structures (crèche, AES) - Promotion du label auprès des prestataires - Accompagnement et suivi - Réalisation d'un projet pilote avec 1 à 2 fournisseurs de repas à domicile 	<ul style="list-style-type: none"> - Labellisation de deux nouvelles structures (crèche, AES) - Promotion du label auprès des prestataires - Accompagnement et suivi
P1	Coordination du programme au sein des structures d'accueil extrafamiliales	<ul style="list-style-type: none"> - Organisation d'une formation pour les structures d'accueil extrafamiliales - Organisation d'un module de formation continue pour les assistantes parentales - Organisation d'une réunion du groupe de partenaires 	<ul style="list-style-type: none"> - Organisation d'un module de formation continue pour les assistantes parentales - Organisation d'une réunion du groupe de partenaires 	<ul style="list-style-type: none"> - Organisation d'une formation pour les structures d'accueil extrafamiliales - Organisation d'un module de formation continue pour les assistantes parentales - Organisation d'une réunion du groupe de partenaires 	<ul style="list-style-type: none"> - Organisation d'un module de formation continue pour les assistantes parentales - Organisation d'une réunion du groupe de partenaires
P2	Concept de santé à l'école	<ul style="list-style-type: none"> - Coordination des mesures du programme en lien avec la scolarité obligatoire avec la Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport - Mise en œuvre de la politique cantonale de promotion de la santé à l'école 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordination des mesures du programme en lien avec la scolarité obligatoire avec la Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport - Mise en œuvre de la politique cantonale de promotion de la santé à l'école 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordination des mesures du programme en lien avec la scolarité obligatoire avec la Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport - Mise en œuvre de la politique cantonale de promotion de la santé à l'école 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordination des mesures du programme en lien avec la scolarité obligatoire avec la Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport - Mise en œuvre de la politique cantonale de promotion de la santé à l'école
P3	Soutien à la promotion de l'allaitement maternel	<ul style="list-style-type: none"> - Renouvellement du soutien financier à la Fondation pour la promotion de l'allaitement maternel - Sensibilisation des partenaires du programme à la thématique (transmission des informations) 	<ul style="list-style-type: none"> - Renouvellement du soutien financier à la Fondation pour la promotion de l'allaitement maternel - Sensibilisation des partenaires du programme à la thématique (transmission des informations) 	<ul style="list-style-type: none"> - Renouvellement du soutien financier à la Fondation pour la promotion de l'allaitement maternel - Sensibilisation des partenaires du programme à la thématique (transmission des informations) 	<ul style="list-style-type: none"> - Renouvellement du soutien financier à la Fondation pour la promotion de l'allaitement maternel - Sensibilisation des partenaires du programme à la thématique (transmission des informations)
P4	Portefeuille développement durable pour les communes	<ul style="list-style-type: none"> - Intégration de nouvelles propositions de mesures pour les enfants, les jeunes et les seniors - Lancement du nouveau site 	<ul style="list-style-type: none"> - Promotion auprès de toutes les communes du canton de Fribourg - Mise à jour 	<ul style="list-style-type: none"> - Promotion - Mise à jour 	<ul style="list-style-type: none"> - Promotion - Mise à jour

	Mesures	2018	2019	2020	2021
		internet du portefeuille			
P5	Label Commune en santé	- Identification de la possibilité de proposer le label dans le canton de Fribourg - Préparation du catalogue de mesures	- Labellisation de 3 communes - Accompagnement des communes - Intégration de mesures supplémentaires au catalogue	- Labellisation de 3 communes - Accompagnement des communes - Intégration de mesures supplémentaires au catalogue	- Labellisation de 3 communes - Accompagnement des communes - Bilan
P6	Ancrage du projet Purzelbaum	- Mise en œuvre dans les établissements ayant suivi la démarche - Formation des nouveaux/nouvelles enseignant-e-s des établissements scolaires menant le projet	- Mise en œuvre dans les établissements ayant suivi la démarche - Formation des nouveaux/nouvelles enseignant-e-s des établissements scolaires menant le projet	- Mise en œuvre dans les établissements ayant suivi la démarche - Formation des nouveaux/nouvelles enseignant-e-s des établissements scolaires menant le projet	- Mise en œuvre dans les établissements ayant suivi la démarche - Formation des nouveaux/nouvelles enseignant-e-s des établissements scolaires menant le projet
MR1	Collaboration nationale et intercantonale	- Echanges réguliers avec Promotion Santé Suisse - Echanges réguliers avec la CPPS ou l'ARPS	- Echanges réguliers avec Promotion Santé Suisse - Echanges réguliers avec la CPPS ou l'ARPS	- Echanges réguliers avec Promotion Santé Suisse - Echanges réguliers avec la CPPS ou l'ARPS	- Echanges réguliers avec Promotion Santé Suisse - Echanges réguliers avec la CPPS ou l'ARPS
MR2	Collaboration intracantonale (interdirectionnelle, interservices)	- Echanges réguliers avec les Directions et Services impliqués	- Echanges réguliers avec les Directions et Services impliqués	- Echanges réguliers avec les Directions et Services impliqués	- Echanges réguliers avec les Directions et Services impliqués
MR3	Collaboration canton – communes	- Information sur les projets en développement - Collaboration dans le cadre du développement du projet Label Commune en santé	- Information sur les projets en développement - Collaboration dans le cadre du développement du projet Label Commune en santé	- Information sur les projets en développement - Collaboration dans le cadre du développement du projet Label Commune en santé	- Information sur les projets en développement - Collaboration dans le cadre du développement du projet Label Commune en santé
MR4	Collaboration canton – partenaires	- Echanges réguliers avec les partenaires	- Echanges réguliers avec les partenaires	- Echanges réguliers avec les partenaires	- Echanges réguliers avec les partenaires
MR5	Coordination avec d'autres stratégies cantonales	- Echanges réguliers avec les partenaires développement des stratégies cantonales en lien avec le programme « je mange bien, je bouge bien » - Créations de synergies entre les projets connexes	- Echanges réguliers avec les partenaires développement des stratégies cantonales en lien avec le programme « je mange bien, je bouge bien » - Créations de synergies entre les projets connexes	- Echanges réguliers avec les partenaires développement des stratégies cantonales en lien avec le programme « je mange bien, je bouge bien » - Créations de synergies entre les projets connexes	- Echanges réguliers avec les partenaires développement des stratégies cantonales en lien avec le programme « je mange bien, je bouge bien » - Créations de synergies entre les projets connexes
MR6	Journée réseau du Programme cantonal	- Organisation d'une demi-journée	- Organisation d'une demi-journée	- Organisation d'une demi-journée	- Organisation d'une demi-journée
MR7	Pool d'expert-e-s	- Formalisation du projet - Recherche d'expert-e-s	- Sollicitation des expert-e-s au moins 3x - Organisation d'une réunion du groupe d'expert-e-s	- Sollicitation des expert-e-s au moins 3x - Organisation d'une réunion du groupe d'expert-e-s	- Sollicitation des expert-e-s au moins 3x - Organisation d'une réunion du groupe d'expert-e-s
IP1	Site internet « Je mange bien, je bouge bien » www.fr.ch/pcs	- Ajout des informations concernant le public cible des seniors - Mises à jour régulières du site	- Ajout des informations concernant le public cible des seniors - Mises à jour régulières du site	- Mises à jour régulières du site	- Mises à jour régulières du site
IP2	Plateforme BAME – www.bame-fr.ch	- Promotion de la plateforme - Réponses aux demandes - Publication de 2 newsletters	- Promotion de la plateforme - Réponses aux demandes - Publication de 2 newsletters	- Promotion de la plateforme - Réponses aux demandes - Publication de 2 newsletters	- Promotion de la plateforme - Réponses aux demandes - Publication de 2 newsletters

	Mesures	2018	2019	2020	2021
		- Organisation de 5 activités - Formalisation du projet de compléter la plateforme avec des informations destinées aux seniors	- Organisation de 5 activités - Ajout des informations destinées aux seniors	- Organisation de 5 activités	- Organisation de 5 activités
IP3	Guide places de jeux	- Traduction et publication du guide en allemand - Organisation d'au moins deux animations dans 2 communes	- Organisation d'au moins deux animations dans 2 communes	- Organisation d'au moins deux animations dans 2 communes	- Organisation d'au moins deux animations dans 2 communes
IP4	Communication presse et réseaux sociaux	- Communication régulière sur les projets du programme via des communiqués de presse et les réseaux sociaux	- Communication régulière sur les projets du programme via des communiqués de presse et les réseaux sociaux	- Communication régulière sur les projets du programme via des communiqués de presse et les réseaux sociaux	- Communication régulière sur les projets du programme via des communiqués de presse et les réseaux sociaux
IP5	Evènements et promotion	- Organisation d'un à deux évènement promotionnel du programme auprès du grand public	- Organisation d'un à deux évènement promotionnel du programme auprès du grand public	- Organisation d'un à deux évènement promotionnel du programme auprès du grand public	- Organisation d'un à deux évènement promotionnel du programme auprès du grand public
IP6	Communication par l'intermédiaire de partenaires ayant un accès direct au grand-public / familles (pharmacies, bibliothèques, ...)	- Réalisation d'un état des lieux des besoins, notamment auprès des pharmacies - Développement d'un projet avec les pharmacies	- Mise en œuvre du projet avec les pharmacies - Bilan	- Mise en œuvre du projet avec les pharmacies - Bilan	- Mise en œuvre du projet avec les pharmacies - Bilan
IP7	Mesure de sensibilisation à la problématique des chutes	- Formalisation d'une mesure de sensibilisation à la problématique des chutes en collaboration avec le Service de la prévoyance sociale	- Mise en œuvre de la mesure de sensibilisation	- Mise en œuvre de la mesure de sensibilisation	- Mise en œuvre de la mesure de sensibilisation - Bilan
IP8	Cycles de conférences publiques	- Organisation de deux à quatre conférences	- Organisation de deux à quatre conférences	- Organisation de deux à quatre conférences	- Organisation de deux à quatre conférences



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Direction de la santé et des affaires sociales DSAS
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD

Route des Cliniques 17, 1701 Fribourg

T +41 26 305 29 04, F +41 26 305 29 09
www.fr.ch/dsas

8. Budget

Le Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien » 2018-2021 comprend les modules A et B et représente un montant total de Fr. 2'780'000.- sur une période de quatre ans. Par année, la part attribuée au module A (enfants & jeunes) est de Fr. 458'000.- (204'000.- PSCH / 254'000.- canton de Fribourg), et celle attribuée au module B (personnes âgées) de Fr. 237'000.- (101'000.- PSCH / 136'000.- canton de Fribourg).

9. Méta-informations

Organisme responsable du programme

Le programme cantonal fribourgeois « Je mange bien, je bouge bien » est rattaché à la Direction de la santé et des affaires sociales (DSAS) et mis en œuvre par l'intermédiaire du Service de la santé publique (SSP).

Représentant de l'organisme responsable

Patrice Zurich
Chef de Service
Service de la santé publique
Rte des Cliniques 17, 1700 Fribourg
Tel : +41 26 305 29 13

Directrice du programme

Fabienne Plancherel
Déléguée à la promotion de la santé et à la prévention, Cheffe de secteur
Service de la santé publique
Rte des Cliniques 17, 1700 Fribourg
Tel : +41 26 305 29 13
E-mail : fabienne.plancherel@fr.ch

Coordinatrice du programme enfants et jeunes

Carine Vuitel
Collaboratrice scientifique universitaire
Service de la santé publique
Rte des Cliniques 17, 1700 Fribourg
Tel : +41 26 305 29 13
E-mail : carine.vuitel@fr.ch

Coordinatrice du programme seniors

Aurélié Archimi
Collaboratrice scientifique universitaire
Service de la santé publique
Rte des Cliniques 17, 1700 Fribourg
Tel : +41 26 305 29 13
E-mail : aurelie.archimi@fr.ch

10. Documents de références

10.1. Sources de données

Archimi, A., Eichenberger, Y., Kretschmann, A., & Delgrande Jordan, M. (2016). Habitudes alimentaires, activité physique, usage des écrans et statut pondéral chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse - Résultats de l'enquête « Health Behaviour in School-aged Children » (HBSC) 2014 et évolution au fil du temps (Rapport de recherche No 78). Lausanne : Addiction Suisse.

Archimi A. & Delgrande Jordan, M. (2016). La santé des élèves de 11 à 15 ans dans le canton de Fribourg. Analyse des données de l'enquête HBSC 2014 et comparaison au fil du temps (Rapport de recherche n° 81). Lausanne: Addiction Suisse.

bpa – Bureau de prévention des accidents. STATUS 2016: statistique des accidents non professionnels de la source et du niveau de sécurité en Suisse; circulation routière, sport, habitat et loisirs. Berne: bpa; 2016

Bringolf-Isler, B., Probst-Hensch, N., Kayser, B. et Suggs, S. (2016): Rapport final sur l'étude SOPHYA. Bâle, Swiss Tropical and Public Health Institute.

Enquête suisse sur la santé 2012, Office fédéral de la statistique, Neuchâtel, 2016.

Promotion Santé Suisse : Indicateurs pour le domaine « Poids corporel sain » - Actualisation 2014.

Observatoire suisse de la santé (Obsan), La santé en Suisse – Le point sur les maladies chroniques, in Rapport national sur la santé 2015, Berne, 2015

Observatoire suisse de la santé (2014). Rapport de base sur la santé pour le canton de Fribourg. Exploitations standardisées des données de l'Enquête suisse sur la santé 2012 et d'autres bases de données (Obsan Dossier 32). Neuchâtel: Observatoire suisse de la santé.

Office fédéral de la statistique (éd.), Les scénarios de l'évolution de la population de la Suisse 2015-2045, Neuchâtel, 2015.

Office fédéral de la statistique (éd.), Scénarios de l'évolution de la population des cantons 2015-2045, Neuchâtel, 2016.

Office fédéral de la statistique, la santé fonctionnelle des personnes âgées vivant en ménage privé, Neuchâtel, 2014.

Moreau-Gruet, F. (2015). Troisième rapport sur la santé dans le canton de Fribourg. Analyse des données de l'Enquête suisse sur la santé 2012 (Obsan Rapport 70). Neuchâtel : Observatoire suisse de la santé.

Niemann S, Lieb C, Sommer H. Nichtberufsunfälle in der Schweiz: Aktualisierte Hochrechnung und Kostenberechnung. Bern: bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung; 2015. bfu-Report 71.

Warren, J. L., Bacon, W. E., Harris, T., McBean, A. M., Foley, D. J., & Phillips, C. (1994). The burden and outcomes associated with dehydration among US elderly, 1991. American Journal of Public Health, 84(8), 1265–1269.

10.2. Références nationales

Réseau suisse Santé et activité physique hepa.ch, Activité physique et santé des aînés, Recommandations pour la Suisse, Berne, 2013.

Office fédéral de la santé publique (OFSP), Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS), Stratégie nationale Prévention des maladies non transmissibles (Stratégie MNT) 2017-2024, Berne, 2016.

Promotion santé Suisse (2013), L'image corporelle saine, Document de travail 3, Berne et Lausanne.

Schopper Doris, « *Poids corporel sain* » avant l'âge adulte qu'avons-nous appris de nouveau depuis 2005 ?, Promotion Santé Suisse, Berne et Lausanne, 2010.

Société suisse de nutrition (SSN), Feuille d'information L'alimentation de la personne âgée, Bern, 2011.

Weber, D.; Abel, B.; Ackermann, G.; Biedermann, A.; Bürgi, F.; Kessler, C.; Schneider, J.; Steinmann, R. M.; Widmer Howald, F. (2016). Santé et qualité de vie des personnes âgées. Bases pour les programmes d'action cantonaux. Promotion Santé Suisse, Rapport 5, Berne et Lausanne

10.3. Références cantonales

Cordey M., Gil M., Efionayi-Mäder D., Kaya B., Pecoraro M., Analyse des besoins en matière de promotion de la santé et de prévention pour la population issue de la migration, Etat des lieux pour les cantons de Fribourg, de Neuchâtel et du Jura, Forum suisse pour l'étude des migrations et de la population, Université de Neuchâtel, 2012.

Concept Senior+, Direction de la santé et des affaires sociales, Fribourg, 2015.

Concept de « Santé à l'école » 2014-2017, Direction de la santé et des affaires sociales, Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport, Fribourg, 2013

Programme cantonal fribourgeois « Je mange bien, je bouge bien » - 2014-2017, Direction de la santé et des affaires sociales, Fribourg, 2013.

Promotion de l'intégration des migrant-e-s et prévention du racisme dans le canton de Fribourg, Programme d'intégration cantonal pour les années 2014 à 2017, Direction de la sécurité et de la justice, Direction de la santé et des affaires sociales, Fribourg, 2013.

Promotion de l'intégration des migrant-e-s et prévention du racisme dans le canton de Fribourg, Programme d'intégration cantonal pour les années 2018 à 2021, Direction de la sécurité et de la justice, Direction de la santé et des affaires sociales, Fribourg, 2017.

Stratégie cantonale de promotion de la santé et prévention : Perspectives 2030, Direction de la santé et des affaires sociales, Fribourg, 2017.

10.4. Sites et pages internet pertinents

Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport (DICS) : <http://www.fr.ch/dics>

Direction de la santé et des affaires sociales (DSAS) : <http://www.fr.ch/dsas>

World Obesity/Policy & Prevention : <http://www.worldobesity.org/what-we-do/policy-prevention/>

Migration: <http://www.migesplus.ch/fr/>

Promotion santé suisse : <https://promotionsante.ch/>

Office fédéral de la santé publique (OFSP) : www.bag.admin.ch

Organisation mondiale de la santé (OMS) : <http://www.who.int/dietphysicalactivity>

Service de l'enfance et de la jeunesse : www.fr.ch/sej

Service de la santé publique : www.fr.ch/ssp

Service du médecin cantonal : www.fr.ch/smc

Service de la prévoyance sociale : <http://www.fr.ch/sps>

Société suisse de pédiatrie : <http://www.swiss-paediatrics.org>

11. Annexes

Résumé des résultats du précédent programme cantonal

Budget

Annexe I : bilan du Programme cantonal fribourgeois « Je mange bien, je bouge bien » 2014-2017

Interventions auprès de publics cibles spécifiques

Association pour l'Education familiale

L'Association pour l'éducation familiale (AEF) poursuit l'objectif de promouvoir l'échange sur les thèmes éducatifs, en abordant les thèmes – dont l'alimentation et le mouvement – de manière directe, soit avec les parents, soit avec les professionnel-le-s. L'AEF a choisi la méthodologie de l'encouragement, basée sur l'accompagnement concret et l'expérience directe : « on prépare ensemble un goûter – un repas, on mange ensemble, on réfléchit ensemble à comment mettre en place des petits changements selon les contextes de vie avec tous les membres de la famille ou du réseau ».

L'AEF offre une grande palette de prestations bas-seuil : ateliers et formations pour les parents ou les professionnel-le-s, permanences éducatives mobiles, accompagnements individuels des familles (visites à domicile, séances chez les pédiatres, à la crèche, à l'école, place de jeux, etc.), accompagnement des professionnel-le-s, permanences téléphoniques et e-mail, informations au travers des médias (radio, journal). Les prestations d'AEF sont conçues pour répondre aux besoins de tout type de parents et pour soutenir les professionnel-le-s (multiplicateurs) dans leur travail avec les familles d'enfants de 0 à 7 ans.

Les collaborations menées avec des diététiciennes se sont poursuivies tout au long de la seconde phase du programme, l'AEF proposant ainsi plusieurs fois par année des « cafés parents » spécifiquement sur le thème de l'alimentation. Depuis 2012, une collaboration s'est formalisée avec une diététicienne francophone afin de mener

De manière générale, les thématiques de l'alimentation, du mouvement et du poids corporel en lien avec l'éducation sont abordées de manière transversale tout au long de l'année selon les demandes des parents.

L'AEF met en évidence les trois niveaux d'intervention nécessaire :

- > répondre aux questions que parents et professionnels se posent ;
- > stimuler parents et professionnels à expliciter les thématiques auxquelles elles sont confrontées chaque jour, et qui ne sont pas reconnues et/ou valorisées ;
- > accompagner parents et professionnels dans des situations de la vie quotidienne (goûter, repas, sorties, alternance bouger-être immobile, etc.), à mettre en place un encadrement qui soit éducatif.

Ce projet est une mesure phare pour le canton de Fribourg car il permet d'atteindre de nombreux parents et leurs enfants, c'est pourquoi le soutien à Education familiale sera ainsi poursuivi lors de la troisième phase du programme.

Purzelbaum

Lors de la fusion de la Suchtpräventionstelle avec REPER en 2015, le secteur Information & Projets a hérité du projet « Purzelbaum ». Ce projet, destiné aux jardins d'enfants, promeut le mouvement dans les activités quotidiennes.

Après deux ans de suivi du projet REPER a constaté une absence de besoin de promotion du projet d'une part et, de développement d'activités au niveau fribourgeois d'autre part. En effet, concernant la promotion de Purzelbaum, tous les jardins d'enfants dans la partie alémanique du canton ont été rencontrés et le projet leur a été présenté. Pour la partie francophone, le projet Purzelbaum ne peut pas être développé car les activités de mouvement sont déjà instaurées dans les jardins d'enfants.

Quant au maintien d'activités au niveau régional (formation, journée réseau, contact régulier, site internet), il s'avère que ces besoins sont couverts par le réseau national (journée réseau, site internet et plateforme d'information). Concernant la formation de base, un lien a été établi avec la HEP Berne et les enseignant-e-s peuvent aller s'y former chaque année grâce au financement du programme fribourgeois « je mange bien, je bouge bien ». La formation continue est quant à elle assurée par la HEP fribourg.

Fort de ces constats, REPER reste à disposition des jardins d'enfants pour répondre à leur demande ponctuelle, mais ne développe plus d'activités ou de supports existants au niveau cantonal.

Pédibus

Le Pédibus est un système d'accompagnement des enfants à pied à l'école, sous la conduite des parents. Le Pédibus permet à l'enfant d'intégrer des règles de sécurité et de comportement et aide à mettre en évidence les dangers sur le chemin de l'école et à trouver des solutions pour résoudre ces problèmes. De plus, le Pédibus permet de réduire, par l'entraide, la pression reposant sur les parents. Des liens se créent sur le chemin de l'école entre parents et entre enfants. La démarche s'inscrit également dans un cadre plus large de préservation de l'environnement en diminuant les trajets en voiture.

Avec le soutien du Programme cantonal « Je mange bien, je bouge bien », la Coordination Pédibus Fribourg a été créée en 2010 au sein de l'ATE Association transports et environnement. Elle est active à un taux d'activité de 45%.

Fin 2016, le canton de Fribourg comptait 73 lignes actives. Au total, les Pédibus de cette année scolaire assurent l'accompagnement d'environ 560 enfants et effectuent en moyenne 12 trajets hebdomadaires.

A des fins de coordination, un réseau de partenaires rassemblant des institutions et des personnes actives dans les domaines de la santé et de la sécurité des enfants et de l'école se rencontre une fois par année. Ses membres sont informés en priorité des actions menées. Les stratégies de promotion et d'information sont discutées afin de s'assurer de leur cohérence avec d'autres campagnes menées dans le canton.

Pour assurer la pérennisation des lignes existantes et la mise en place de nouvelles lignes, le travail d'information doit être reconduit chaque année. En effet, à chaque rentrée scolaire de nouvelles familles sont concernées alors que d'autres dont les enfants sont devenus autonomes mettent un terme à leur engagement pour le fonctionnement des lignes Pédibus. Certaines lignes se

renouvellent spontanément, d'autres s'arrêtent, de nouvelles se créent. Afin d'assurer la pérennité de l'action et le développement de nouvelles lignes Pédibus, le projet sera poursuivi durant la 3e phase du programme.

Formation continue des multiplicateur-trice-s

Puéricultrices

En 2016, une formation a été organisée à l'intention des puéricultrices sur le thème des compétences en santé en février 2016

Depuis 2012, le Guide Notre enfant de ProJuventute a été proposé aux puéricultrices du canton chaque année.

Sages-femmes

La formation pilote intercantonale pour les sages-femmes a été mise sur pied (alimentation et mouvement de la femme enceinte et du nourrisson) en collaboration avec la Fédération suisse des sages-femmes et en coordination avec les cantons de VD, JU, NE. Une formation a eu lieu en 2015 dans le canton de Vaud. Une seconde formation a été annulée en janvier 2016 faute de participantes. Une prise de contact a à nouveau été faite en début d'année 2017 avec la Fédération suisse des sages-femmes afin de déterminer les possibilités de collaboration autour de cette formation continue.

Pharmacien-ne-s

En 2015, une formation à l'attention des pharmaciens-ne-s du canton de Fribourg a été organisée dans le cadre du projet « les quatre saisons de l'arbre ». Cette formation avait pour objectifs de présenter les outils développés dans le cadre du projet, mais également de rappeler certaines bases en lien avec la promotion d'une alimentation équilibrée et du mouvement régulier.

PAPRICA et PAPRICA petite enfance

La formation PAPRICA pour les médecins de premier recours a été proposée chaque année depuis 2014 dans le canton de Fribourg. Cette formation rencontre un bon succès avec plus de 40 médecins formés à ce jour et des évaluations très positives.

La formation PAPRICA petite enfance a été proposée depuis 2016 aux professionnel-le-s du domaine de la santé travaillant avec les enfants. Cette formation a également remporté un bon succès, les cours étant à chaque fois complets. Les personnes inscrites proviennent principalement des professions suivantes : puéricultrices, pédiatres, sages-femmes, diététiciennes.

Au vu de leur succès, ces formations continueront d'être proposées pour la suite du programme.

Carambole

Le projet a été développé en collaboration avec les structures d'accueil extrafamilial de jour du canton de Fribourg, sur la base de l'analyse de besoins effectuée en 2010 dans le cadre du Programme « Poids corporel sain ». Premièrement proposé au crèche, le projet a été ouvert dès 2014 aux accueils extrascolaires (AES) du canton. Afin de garantir l'intérêt d'un maximum de

structures, l'investissement en temps demandé au personnel de la structure pour la mise en place du projet est réduit au minimum. Le projet s'adapte aux possibilités des structures.

Le projet Carambole est une offre « à tiroirs » qui propose aux crèches et aux AES diverses activités à choix, tant sur le domaine de l'alimentation que du mouvement. Le choix des activités peut se faire selon les intérêts et besoins du personnel des structures d'accueil et/ou des parents :

- Activité famille : Rallye-familles qui pourrait animer des portes ouvertes ou des journées thématiques. Il existe en 2 versions, adaptées aux âges des enfants
- Conte: Charlotte, l'aventurière colorée (un exemplaire du livre est offert à chaque structure qui accueille cette activité)
- Activité « l'assiette colorée » (très souvent associée au conte)
- Analyses et conseils en mouvement. Activité visant à favoriser le mouvement dans et autour de la crèche, sans ou avec peu de dépenses (avec une psychomotricienne).
- Créer son propre jardin en ville (mode d'emploi / fiche de légumes à planter) – cuisiner les légumes de son jardin (fiches de recettes par saisons), (aussi pour les plus petits)
- Atelier de dégustation sensorielle « les 5 sens en éveil »
- Jeu de l'assiette équilibrée
- 2 nouvelles activités alimentations ont été créées en 2015 : « A vos marques, prêts, smoothies ! » et « A vos fourchettes, à vos crayons »
- 1 nouvelle activité mouvement a aussi été conçue en 2015 : « Bouge ! »
- > Séance d'info-échanges avec les parents ou les professionnel-le-s la structure d'accueil avec liste de thèmes à choix (à définir par la crèche ou l'AES, selon ses besoins).

Les thèmes proposés sont les suivants :

- Alimentation des 0-1 ans : la diversification alimentaire
- Alimentation des 1-6 ans : à la découverte des goûts
- Prévention du surpoids: les pièges de notre alimentation
- Refus alimentaires ou néophobie ou comment donner envie aux enfants de goûter
- L'importance du jeu pour le développement psychomoteur
- 0-18 mois, de la naissance à la marche
- Etre courageux, oser bouger sans se mettre en danger

Durant le programme 2014-2017, de nouvelles activités ont ainsi été proposées aux structures participantes. Une promotion a été ciblée sur la partie alémanique du canton afin de déployer l'offre dans tout le territoire fribourgeois. Ce démarchage a permis également de proposer une formation des cuisiniers des crèches alémaniques, puis francophones.

Dès 2018, une réflexion sera menée pour l'ancrage des apports du projet dans les crèches et AES du canton de Fribourg.

Fourchette Verte des tout-petits et junior

Au 31 décembre 2016, 22 crèches sont labellisées, ainsi que 7 accueils extrascolaires (AES), 2 cafétérias d'écoles primaires et 8 cafétérias d'écoles secondaires (CO).

Au total, en 2016, Fourchette Verte Fribourg a décerné 7 nouveaux labels, dont 5 dans le public-cible des enfants de 0 à 12 ans (4 crèches et un AES). 2 CO ont renoncé au label FV pour cause de difficulté à la mise en application. Une des crèches labellisées en 2016 a déjà renoncé au label pour cause de changement de cuisinier et réorganisation à l'interne. Il y a eu au total 6 retraits de label en 2016.

Les demandes émanant de crèches ou d'accueils extrascolaires sont prises et labellisées en priorité, ce qui est en cohérence avec les objectifs fixés par le Programme Je mange bien, je bouge bien.

De manière générale, le nombre d'organisations labellisées est en très légère augmentation.

Couleur Jardin

Suite à la volonté de réorienter le projet Cuisine de saison qui était proposé depuis plusieurs années aux participant-e-s aux cours de langues de la Croix-Rouge fribourgeoise, la réflexion les a mené à la conclusion suivante : l'alimentation végétale commence par une graine dans la terre. Comment donc mieux familiariser un public de migrants à l'alimentation équilibrée, à la connaissance des produits locaux et de saison que par le jardinage ?

Les objectifs complémentaires sont :

- Amélioration de la langue française
- Cohésion sociale, interculturelle et intergénérationnelle
- Apprentissage des bases de la culture respectueuse de l'environnement (sans produits chimiques)
- Promotion de santé : alimentation équilibrée et mouvement

C'est donc sur cette idée de base qu'a germé ce nouveau projet et sa phase pilote en 2015 à Fribourg « Couleur Jardin ». Dès la fin de la phase pilote en 2015 au Port de Fribourg, l'équipe s'est mise à la recherche d'un terrain en pleine terre pour y réaliser son projet, comme initialement imaginé. Après différents échanges, la ville de Bulle a mis à disposition le terrain du jardin des Capucins. Son emplacement est idéal : proche des écoles, des EMS de la région, mais aussi de la gare.

La séance d'information a eu beaucoup de succès et les inscriptions étaient complètes à la fin de celle-ci. L'équipe a également eu l'avantage de trouver un couple de bénévoles, ayant de grandes connaissances en herboristerie et en enseignement pour l'épauler dans les activités hebdomadaires et l'encadrement du groupe.

4 classes des écoles primaires de Bulle ont participé au projet. L'EMS le Foyer de Bouleyres est venu avec ses résidents à plusieurs reprises.

Chaque famille ou participant dispose d'une parcelle personnelle qu'il cultive selon ses envies. Cette année une parcelle communautaire a été ajoutée pour les gens « de passage », les écoles ou les

EMS. Les récoltes de cette parcelle sont partagées entre les participants ou utilisées lors de fêtes communes.

Pour la suite du projet, la Croix-Rouge continuera d'exploiter le Jardin des Capucins de Bulle comme « modèle », mais soutiendra en parallèle le développement de nouveaux jardins dans le canton de Fribourg. Une réflexion sur la manière de proposer ce projet aux communes et associations est en cours de réflexion.

Actions structurelles (policy)

Coordination du programme au sein des structures d'accueil extrafamiliales

Depuis 2010, une coordinatrice pour les mesures du programme touchant aux structures d'accueil extrafamilial a été engagée à 20%. Après avoir effectué une analyse de besoins en 2010 auprès de toutes les différentes structures d'accueil du canton (plus de 230 structures d'accueil sollicité pour l'étude), la coordinatrice a développé un programme d'action sur la durée du programme. Pour répondre aux besoins formulés par les structures, le programme d'activité compte des actions de formations, la mise à disposition de matériel ainsi que le développement d'un projet coordonné à l'attention des structures d'accueil (voir projet Carambole et BAME).

Un groupe de partenaires, composé de représentant-e-s des structures d'accueil extrafamilial (Fédération des crèches et garderie fribourgeoise, Fédération fribourgeoise d'accueil familial de jour, Fédération fribourgeoise des accueils extrascolaires, Association fribourgeoises des écoles maternelles, Spielgruppe) et de représentant-e-s des Associations de parents d'élèves a participé à la définition des activités développées. L'implication du groupe de partenaires permet au projet de développer des offres adaptées aux besoins, attentes et possibilités du terrain. Le groupe de partenaires a participé activement au développement à la diffusion des offres au sein des milieux d'accueil.

Durant le programme 2014-2017, la mise en œuvre du programme dans les structures d'accueil extrafamilial du canton de Fribourg s'est poursuivie. Ainsi, différents projets et actions ont été menés et soutenus parallèlement durant toute la durée du programme.

Activités développées dans le cadre de la coordination :

a. Formations continues des assistantes parentales et des coordinatrices d'accueil familial de jour :

Formations développées en collaboration avec la Fédération fribourgeoise d'accueil familial de jour et intégrées dans les programmes de formation continues des Associations d'accueil familial de jour de district.

En coordination avec la Fédération fribourgeoise d'accueil familial de jour, les 9 Associations d'accueil familial de jour de district ont été contactées pour savoir quels étaient leurs besoins de formation pour les années 2015 à 2017. La proposition leur a été faite :

- > Soit d'organiser une journée entière de formation sur les thèmes alimentation et mouvement (1 journée par district)
- > Soit de continuer à fonctionner selon des modules de formation continue (modules de 2 heures intégrés dans leur programme de formation continue)
- > Soit de renforcer la formation de base.

Durant le programme, les associations des districts de la Sarine, de la Glâne, de la Veveyse et de la Broye ont ainsi proposé une journée entière de formation à leurs assistant-e-s parentaux sur les thèmes de l'alimentation et du mouvement. Durant ces journées, des apports théoriques et pratiques étaient proposés. Chaque formation a été évaluée et de manière générale les participant-e-s ont apprécié les contenus.

L'association du District de la Gruyère a pour sa part fait le choix d'organiser des formations continues sur les thèmes de l'alimentation (2016) et du mouvement (2017) sous forme de modules de deux heures intégrés à leur programme de formation continue.

En termes de formation de base, une collaboration avec l'Association d'accueil familial de jour de la Broye a été mise sur pied.

b. Journées de formation à l'attention des structures d'accueil extrafamilial du canton de Fribourg :

Le canton de Fribourg compte plus de 230 structures d'accueil extrafamilial (crèches, Associations d'accueil familial de jour, accueil extrascolaires, écoles maternelles, ateliers de jeux, ateliers nature, Spielgruppen).

En 2016, une demi-journée de formation sur le thème « L'alimentation et les enfants : des repères qui se co-construisent » a été proposée l'ensemble des structures francophones. La même formation a également été offerte aux structures alémaniques en 2017.

Les journées de formation sont évaluées. Les résultats des évaluations servent de base à la conception des prochaines journées de formation.

c. Collaboration avec la Haute école de travail social en vue de renforcer les thèmes alimentation et mouvement dans la formation des intervenant-e-s en accueil extrascolaire

Les contacts ont été pris dans le but d'instaurer une collaboration entre la Haute Ecole de travail social de Givisiez et le programme cantonal fribourgeois « je mange bien, je bouge bien » sur le long terme pour la formation des intervenant-e-s en accueil extrascolaire.

Concept de santé à l'école

Le Concept de santé à l'école est le fruit de la collaboration de deux directions de l'Etat de Fribourg : la Direction de la santé et des affaires sociales et la Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport. L'objectif est de mettre en œuvre une stratégie cohérente en termes de promotion de la santé et de prévention pour la santé à l'école.

Un bureau cantonal pour la santé à l'école est chargé de suivre l'avancement du concept et sa mise en œuvre. Il comprend des représentants des deux directions mentionnées précédemment. Cette collaboration formalisée permet, dans le cadre du programme « Je mange bien, je bouge bien » de développer des synergies avec différents projets liés au setting « école », de mettre en lien les attentes de l'école et celles des organismes œuvrant dans le domaine de la promotion de la santé et de la prévention, d'avoir une cohérence dans les actions entreprises. A noter que le comité de pilotage pour le concept de santé à l'école est le même que celui du programme « Je mange bien, je bouge bien », ce qui permet de prendre des décisions sur des thématiques transversales aux deux sujets.

Une prolongation du Concept de santé à l'école est prévue jusqu'à la fin de la législature en cours.

Portefeuille développement durable pour les communes

Le Portefeuille développement durable pour les communes est le fruit d'une collaboration entre l'Etat de Fribourg (Direction de l'aménagement, de l'environnement et des constructions – Développement durable, Direction de l'instruction publique de la culture et du sport – Service des sports, Direction de la santé et des affaires sociales – Service de l'enfance et de la jeunesse et Service de la santé publique) et l'Association des communes fribourgeoises. De cette collaboration sont nés les outils suivants :

- > Informations « Développement durable communal » sur internet en vue de renforcer l'information pour les communes. Il s'agit principalement d'un Portefeuille d'actions Développement durable pour les communes, qui sera constitué de fiches simples, ludiques et contenant les adresses utiles, sous forme de .pdf téléchargeables individuellement. Y sont intégrés, dans la mesure du possible, de bons exemples communaux.
- > Séminaires et rencontres Développement durable dans les communes : il est prévu, dans la mise en œuvre du projet, de mettre sur pied un ou des séminaires d'information annuels pour les communes afin de favoriser l'échange de bonnes pratiques.

Ces outils sont disponibles en français et en allemand. Les fiches ont été publiées mises à jour en 2014. Des réflexions ont également démarré en 2016 pour la création d'un site internet propre au projet afin de permettre une meilleure visibilité du projet.

Des fiches présentant des projets de promotion de la santé, y inclus des projets en lien avec le programme Je mange bien, je bouge bien, ont été insérées dans les propositions pour le guide. Le projet n'est ainsi pas directement intégré au programme, mais est une plateforme d'informations sur certains des projets qui y sont développés. Le portefeuille a également pour objectif d'être réactif aux nouveautés et permettra ainsi, dans le futur, d'y ajouter de nouvelles fiches de projets, ce que la nouvelle plateforme devrait permettre.

ORS – requérant-e-s d'asile

Le projet propose des ateliers ludiques autour du thème de l'alimentation. Ces ateliers peuvent prendre différentes formes (cuisine, tests de différents aliments, activités ludiques, découverte des sens, etc.). Les activités doivent permettre l'échange entre les diététiciennes, les professionnel-le-s d'ORS et les personnes logées dans les centres d'accueil. La forme que prend l'atelier doit pouvoir ainsi s'adapter d'une fois à l'autre, afin de laisser la place aux différentes propositions des partenaires.

Le projet a été lancé en 2014 suite à une Evaluation d'impact sur la santé effectuée dans le canton de Fribourg en lien avec la question de l'ouverture d'un centre de requérant-e-s d'asile. Depuis lors, chaque année (sauf en 2016 pour cause de congé maternité), des ateliers sont proposés dans les centres qui accueillent des familles ainsi que des requérant-e-s d'asiles mineurs non accompagnés.

Senso5

En 2013, le comité de pilotage du Programme avait validé la mise en œuvre du projet Senso5 (pilote) dans le canton de Fribourg.

Début 2014, différents contacts ont été pris avec la DICS afin de déterminer la manière de mettre en œuvre le projet et un calendrier d'exécution. Un projet pilote a ainsi été lancé dans l'établissement scolaire de la Condémine à Bulle. Tou-te-s les enseignant-e-s de cet établissement scolaire ont ainsi suivi une formation d'une demi-journée donnée par des collaboratrices de Senso5 à la rentrée scolaire 2014. Ils-elles ont reçu le matériel et les informations devant leur permettre de démarrer le projet avec leurs classes.

Une collaboration avec la Haute Ecole Pédagogique (HEP) a été mise sur pied. Une collaboratrice de la HEP ayant suivi la formation Senso5 en Valais a obtenu des heures de décharges pour suivre l'établissement scolaire pilote et ses enseignant-e-s dans la mise en œuvre du projet.

Après deux ans de pilote et une évaluation positive des enseignant-e-s formés, au printemps 2017, les établissements scolaires qui le souhaitaient ont participé à une formation sur l'utilisation des outils de Senso5. Cette formation a rassemblé 16 établissements scolaires et sera à nouveau proposée en 2018.

Une réflexion a été entamée avec le Service de l'enseignement obligatoire de langue allemande pour déterminer la possibilité de lancer le projet également auprès des établissements germanophones.

Sport scolaire facultatif

En 2014, avec le soutien du programme, une coordinatrice pour la promotion du sport scolaire facultatif dans les communes fribourgeoises a été engagée au Service du sport.

Depuis lors, cette personne (remplacée par un nouveau coordinateur en 2016) a pris contact avec le terrain pour évaluer l'existant et développé un concept de mise en œuvre pour soutenir les communes dans la mise en œuvre du sport scolaire facultatif, répondu aux questions et demandes des communes sur le sujet et promu le projet auprès de ces dernières.

Image corporelle positive

Un questionnaire a été envoyé en 2015 à l'ensemble des porteurs de projets du programme cantonal fribourgeois « je mange bien, je bouge bien » ainsi qu'aux centres d'animation socioculturelle francophones et germanophones du canton. L'objectif de ce questionnaire était d'identifier « ce qui se fait déjà » autour du thème de l'image de soi et de déterminer si des besoins complémentaires de formation et de soutien sont formulés autour de cette problématique.

Une collaboration avec les Centres d'animation socioculturelle a ainsi démarré suite à cet état des lieux.

Projet les Fleurs de chantier

En 2016, une formation a été proposée aux animateur-trice-s des centres d'animation socioculturelle du canton de Fribourg. Elle a permis une première sensibilisation à la thématique, mais également la présentation du projet « Fleurs de chantier ». Les Centres intéressés à intégrer le projet ont pu se manifester suite à cette formation. Deux centres ont montré un intérêt : Bulle et Kerzers. Ce dernier étant germanophone, cela devrait permettre une réflexion plus large pour le développement du projet en allemand. Fin 2016, le centre de Schmitten a également fait part de son intérêt de démarrer le projet.

En 2017, un outil de mise en œuvre du projet a été développé sous forme de jeu. Il a pour objectif la prise en main facilitée de la méthodologie « Fleurs de chantier ». Une rencontre des professionnel-le-s travaillant dans les centres d'animation socioculturelle participants est prévue en décembre afin de le présenter ainsi que d'échanger autour des bonnes pratiques développées dans le cadre du projet.

Actions de mise en réseau

Les actions de mise en réseau déployées par le programme 2014-2017 avaient pour objectifs un large déploiement du programme cantonal, un renforcement de la cohérence des messages transmis par les différents organismes, une augmentation de la visibilité des actions entreprises et des organismes qui les mettent en place et le développement d'un meilleur partenariat.

Chaque année, le Programme cantonal organise une rencontre du réseau qui réunit les partenaires autour de différents thèmes en lien avec l'alimentation et le mouvement. Les thématiques proposées lors de ces différentes rencontres étaient : l'image de soi, le développement durable, les compétences en santé. La rencontre de 2017 a plutôt servi de réflexion pour le déploiement du prochain programme.

La mise en réseau passe également par différents niveaux. Ainsi, au niveau national, les responsables du programme participent chaque année à la rencontre annuelle de Promotion Santé Suisse, mais également à différents colloques et journées de formations qui permettent d'élargir les perspectives. Au niveau intercantonal, la déléguée à la promotion de la santé et à la prévention est membre de la Commission de prévention et de promotion de la santé des cantons latins (CPPS) ainsi que de l'Association des responsables cantonaux pour la promotion de la santé (ARPS) ce qui permet des échanges intéressants sur le déroulement des programmes d'actions et les projets qui y sont liés.

Au niveau cantonal, mises à part les rencontres du réseau qui permettent d'inviter et de faire se rencontrer un public large et varié, différents groupes se rencontrent plus spécifiquement autour de projets du programme. Ainsi, le comité de pilotage qui suit le programme est composé de chefs de services de la Direction de l'instruction publique, de la culture et du sport et de la Direction de la santé et des affaires sociales. Le programme est également soutenu par un groupe d'experts regroupant différents corps de métiers ou différentes thématiques en lien avec le programme (diététique, psychomotricité, asile, migration, sport, instruction publique, pharmacie, agroalimentaire, pédiatrie). De plus, des groupes d'accompagnements qui suivent et soutiennent la promotion des projets menés ont été créés.

Depuis le début du programme, un véritable réseau s'est formé autour des thématiques de l'alimentation et du mouvement, ce qui permet une bonne diffusion des informations, une meilleure vision des activités présentes sur le terrain fribourgeois et dès lors une meilleure coordination afin que les messages transmis soient les plus cohérents possibles.

Information au grand public (communication)

La communication autour du programme cantonal est un élément important de la stratégie. L'information se fait selon différents niveaux : au travers des médias, à la population, aux professionnel-les et multiplicateurs-trices, aux élus politiques.

Le renforcement de la communication a été déployé au travers de la mise sur pied d'un site internet spécifique au programme (www.fr.ch/pcs) en 2014, afin d'y présenter les projets, les partenaires, mais également de faire la promotion des offres ponctuelles menées dans le programme. Un flyer d'information a également été développé afin de diffuser ces informations – celui-ci est plutôt orienté vers les projets. Ces deux moyens d'informations sont utilisés en continu (mise à jour régulière du site internet, création de nouvelles pages et distribution du flyer lors de chaque manifestation).

La communication grand-public a été notamment faite au travers de la presse : différents projets et actions en lien avec le programme ont ainsi été mis en avant (communiqués de presse, bulletin d'information de la DSAS). Des activités d'informations et de découvertes ont également été menées dans le cadre de différentes manifestations publiques. Le fait de s'intégrer dans des manifestations déjà existantes ou de répondre à une demande externe (d'une commune, d'une institution, d'une organisation) est une bonne piste pour toucher un grand nombre de personnes et visibiliser le programme et ses partenaires.

En ce qui concerne les professionnel-le-s et les multiplicateurs-trices, l'information se fait notamment au travers d'e-mails d'informations, des rencontres de mise en réseau annuelle ou encore par la mise à disposition de matériel d'information. De plus, le canton de Fribourg a continué à collaborer au projet intercantonal Guide-école afin de soutenir le développement et la transmission d'informations aux responsables d'établissements et aux enseignant-e-s.

Le projet d'information à l'intention des pharmacies du canton de Fribourg (« Les quatre saisons de l'arbre ») a été lancé en 2015. Le matériel se compose d'un arbre, de livrets ainsi que de bracelets avec des messages sur l'alimentation et le mouvement. Le projet a également suscité l'intérêt d'autres partenaires comme les bibliothèques, les enseignant-e-s et les médecins.

Le site internet BAME (www.bame-fr.ch) a été développé par la Croix-Rouge fribourgeoise dans le cadre du Programme et est destiné principalement aux multiplicateurs qui entourent les enfants de 0 à 6 ans (parents ainsi que les professionnels des structures d'accueil de la petite enfance du canton de Fribourg). Le projet est développé en français et en allemand afin d'avoir une couverture cantonale. Il a été lancé en 2012 et a continué à être actif tout au long du programme 2014-2017. Des actions concrètes d'information en sont nées afin d'informer le public de manière ludique (Goûters Youpi et Ateliers infos-échanges).