



Journée intercantonale

Youp'là bouge

21 novembre 2026 – CHUV - Lausanne

Youp'là bouge un projet pour ma crèche

Entretenir son projet pour promouvoir la santé physique et psychique au quotidien



Journée intercantonale Youp'la bouge 2026

Les premières structures Youp'la bouge ont vu le jour en 2009. Depuis, plus de 400 structures romandes ont mis en place le projet — ou plutôt, leur projet Youp'la bouge. Car initier un projet, c'est insuffler un nouvel élan dans son quotidien, mais aussi partager une vision commune avec l'ensemble de sa structure.

Au fil des ans, nous avons pu constater votre intérêt pour la promotion du mouvement et le renforcement de la santé psychique. C'est toujours avec motivation et engagement que les personnes de référence font vivre le projet au sein de leur structure et l'adaptent aux réalités de leur contexte. Cet élan initial est essentiel à la création du projet.

Si nous considérons vos projets Youp'la bouge sous l'angle de la santé publique, comme des leviers favorisant la santé des enfants qui fréquentent vos structures, mais aussi celle des adultes qu'ils deviendront demain, leur efficacité repose également sur leur capacité à s'inscrire dans la durée. Il nous paraît donc essentiel de réfléchir à la manière d'entretenir et de faire évoluer son projet afin de le rendre aussi pérenne que possible.

C'est autour de cette thématique que nous vous proposons de nous retrouver pour une journée de réflexion et d'échanges. La matinée sera introduite par Mme Alexia Fournier, qui questionnera notre pouvoir d'agir à la lumière des apports actuels sur les déterminants de la santé. Pour poursuivre la réflexion autour de l'ancrage du projet, Mme Fabienne Stoll nous invitera à réfléchir à la manière d'entretenir nos projets en cultivant leur élan dans la durée. Enfin, Mme Monica Balzano, du CVE La Borde à Lausanne, nous permettra de faire le lien avec les réalités du terrain.

L'après-midi sera consacré aux 15 ateliers qui vous permettront de prolonger les réflexions de la matinée, d'explorer les possibilités de diffusion de vos projets ou encore de découvrir des idées concrètes pour les faire vivre et les enrichir, tant dans le domaine de la promotion du mouvement que dans celui du renforcement de la santé psychique. Vous aurez la possibilité de participer à deux ateliers différents.

Nous nous réjouissons d'ores et déjà de partager cette journée avec vous, de poursuivre les échanges et de nourrir ensemble l'élan de vos projets Youp'la bouge !

Malika Baioia, coordinatrice Youp'la bouge

Inscriptions

Cette journée est ouverte à toutes et tous les professionnel·le·s de la petite enfance travaillant au sein d'une crèche labellisée Youp'la bouge (ou en cours de labellisation). Le nombre de places étant limité, les inscriptions sont traitées par ordre d'arrivée directement en ligne.

Date	Le 21 novembre 2026 - de 8h30 à 16h30
Lieu	Centre Hospitalier Universitaire Vaudois Lausanne (CHUV)
Inscriptions	En ligne sur notre plateforme
+ d'infos	https://www.youplabouge.ch/journee-intercantonale/
Prix	CHF 120.- par personne (collation et repas de midi inclus) Le paiement s'effectue via la plateforme d'inscription. Pour des raisons d'organisation, nous vous informons que toutes les inscriptions qui seront annulées moins de 10 jours avant la journée ne seront pas remboursées.
Repas	Le repas sera servi sous forme de buffet et sera constitué de crudités et d'un plat chaud végétarien.

Programme (sous réserve de modifications)

8h30 – 9h15	Accueil café - croissants
9h15 – 9h30	Mot de bienvenue et introduction de la journée
9h30 – 9h55	Conférence 1 – Déterminants de la santé : comment votre quotidien façonne leur bien-être ?
9h55 – 10h05	Questions conférence 1
10h05 – 10h50	Conférence 2 – Entretenir son projet : cultiver l'élan dans la durée
10h50 – 11h05	Questions conférence 2
11h05 – 11h30	Conférence 3 – Faire vivre un projet en équipe : de l'idée à la dynamique collective
11h30 – 11h45	Questions conférence 3 et conclusion de la matinée
11h45 – 13h00	Pause de midi (buffet)
13h00 – 13h15	Déplacement vers les ateliers (1 ^{ère} session d'ateliers)
13h15 – 14h30	1^{ère} session d'ateliers
14h30 – 15h00	PAUSE - Déplacement vers les ateliers (2 ^{ème} session d'ateliers)
15h00 – 16h15	2^{ème} session d'ateliers
16h15 – 16h30	Evaluation à remplir
16h30	Fin

Répartition des ateliers

Atelier 1	Le Starfish : un outil pour maintenir la dynamique d'un projet
Atelier 2	Compétences psychosociales : un socle important pour la santé des enfants
Atelier 3	Le projet comme espace de rencontre avec les familles
Atelier 4	Mallette sensorielle : enrichir sa pratique grâce au profil sensoriel
Atelier 5	Pleine conscience et ergonomie au quotidien
Atelier 6	Découverte des outils de CAA
Atelier 7	« Exploration de la lumière » Processus créatifs ouverts et éveil artistique dans la petite enfance
Atelier 8	Accompagner le développement psychomoteur de la naissance à la marche
Atelier 9	En musique... jouer, chanter, bouger !
Atelier 10	Diversifier nos propositions ludiques avec les "loose parts"
Atelier 11	Traduire le langage du corps des enfants avec les parents
Atelier 12	Remobiliser le plaisir à bouger
Atelier 13	Bouger, jouer + explorer
Atelier 14	Le défi des 10
Atelier 15	Des repas en « Libre Exploration Educative »

Pensez à prendre une tenue confortable, en fonction de l'atelier choisi, vous serez amené-es à bouger.

Conférences – matin

Conférence 1 – Auditoire César-Roux

Alexia Fournier, coordinatrice – Commission de Prévention et de Promotion de la Santé des cantons latins (CPPS)

Déterminants de la santé : comment votre quotidien façonne leur bien-être ?

Cette conférence introductive abordera la notion des déterminants de la santé et leur importance dans la promotion du bien-être du jeune enfant. Qu'entend-on par déterminants de la santé et quelle est leur influence ? Quels sont les déterminants de la santé du jeune enfant ? Que peut faire une structure d'accueil de la petite enfance pour agir sur ces déterminants ? Quel est mon pouvoir d'agir en tant que professionnel-le ? Voilà quelques questions qui seront abordées lors de cette conférence, parce qu'au final notre état de santé est loin d'être une affaire strictement individuelle...

Conférence 2 – Auditoire César-Roux

Fabienne Stoll, multi-entrepreneure d'impact, stratège et façonneuse de futurs – La Stoll

Entretenir son projet : cultiver l'élan dans la durée

Lancer un projet est une étape. Le faire vivre, évoluer et durer en est une autre. Entre les réalités du terrain et les contraintes du quotidien, comment préserver le sens, l'engagement et la dynamique collective autour d'un projet ? Cette conférence propose un regard renouvelé sur la vie des projets dans les structures d'accueil. En s'appuyant sur des principes issus des approches agiles et du développement organisationnel, elle présentera des leviers concrets pour entretenir une dynamique dans la durée : ajuster le cap collectivement, créer des espaces d'apprentissage et renforcer l'appropriation du projet. A travers des outils et une posture inspirée des organisations adaptatives et de l'économie comportementale, découvrez comment faire d'un projet une démarche vivante, capable de s'adapter aux évolutions sans perdre sa raison d'être.

Conférence 3 – Auditoire César-Roux

Monica Balzano, directrice CVE Borde et co-directrice CVE Grancy

Faire vivre un projet en équipe : de l'idée à la dynamique collective

Cette conférence propose de réfléchir aux conditions qui favorisent la naissance, le maintien et la dynamique des projets au sein d'une équipe. Elle s'appuiera sur des expériences concrètes, notamment autour du projet « Paroles de parents », pour montrer comment l'écoute, l'encouragement et la confiance accordée aux idées de l'équipe peuvent devenir de véritables leviers d'innovation et d'engagement.

Nous aborderons également les facilitateurs qui permettent au projet de s'inscrire dans le quotidien : comment organiser le travail collectivement, soutenir la mobilisation de chacun, faire évoluer le projet en fonction des besoins et mettre en place une évaluation continue sans perdre le sens initial ?

Enfin, nous nous intéresserons à la manière de faire cohabiter et dialoguer plusieurs projets au sein d'une même structure. À celui de projets menés parallèlement, nous verrons comment créer des passerelles, éviter les cloisonnements et faire de cette diversité une richesse pour l'équipe et pour les personnes accompagnées. L'objectif est de partager des repères concrets et transférables, mais aussi d'ouvrir une réflexion collective sur la place du projet dans la vie d'une structure : un projet ne se décrète pas, il se construit, se partage, s'évalue et se réinvente avec l'équipe.

Ateliers – après-midi

Atelier 1

Fabienne Stoll, multi-entrepreneure d'impact, stratège et façonneuse de futurs – La Stoll

Le Starfish : un outil pour maintenir la dynamique d'un projet

Et si vous repartiez avec un outil simple, visuel et immédiatement réutilisable pour entretenir la dynamique de votre projet ? A la suite de la conférence de Fabienne Stoll, cet atelier vous invite à découvrir et expérimenter la méthode de rétrospective Starfish, un format co-créatif issu des approches agiles et adaptatives. Vous explorerez une manière ludique et structurée de prendre du recul, valoriser ce qui fonctionne, identifier ce qui mérite d'évoluer et définir des pistes d'action pour entretenir et faire vivre un projet. Une expérience courte, interactive et inspirante pour enrichir votre boîte à outils et repartir avec une méthode facilement transposable dans votre structure et dans vos équipes.

Atelier 2

Alexia Fournier Fall, Coordinatrice – Commission de Prévention et de Promotion de la Santé des cantons latins (CPPS)

Compétences psychosociales : un socle important pour la santé des enfants

Les compétences psychosociales (CPS) sont un facteur protecteur important pour la santé des enfants. Leur acquisition nécessite un travail dès le plus jeune âge. Cet atelier permettra de mieux comprendre ce que sont ces CPS et comment il est possible de les travailler dès le plus jeune âge au sein des structures d'accueil de la petite enfance. Différentes idées seront proposées et discutées de manière interactive pour pouvoir mobiliser, valoriser et travailler ces CPS au quotidien avec les jeunes enfants.

Atelier 3

Monica Balzano, directrice CVE Borde et co-directrice CVE Grancy

Le projet comme espace de rencontre avec les familles

Comment faire des parents de véritables partenaires de la vie de la structure ? Comment créer des occasions de rencontre, d'échange et de participation qui ont du sens pour les familles comme pour les professionnel·le·s ? A travers le partage d'expériences concrètes, cet atelier vous invite à découvrir comment les projets peuvent devenir un véritable levier pour renforcer la relation avec les parents. Nous aborderons les conditions favorisant l'émergence de projets en collaboration avec les familles, les facteurs qui permettent de les faire vivre dans le temps et les pistes pour les adapter aux besoins et aux réalités de chacun·e. Un temps d'échange et de réflexion qui permettra à chacun·e de repartir avec des idées inspirantes et des outils pour développer, au sein de sa structure, des projets favorisant une collaboration durable avec les parents.

Atelier 4

Fanny Reynard, psychomotricienne – Flos Carmeli

Mallette sensorielle : enrichir sa pratique grâce au profil sensoriel

Comment proposer des activités sensorielles qui répondent réellement aux besoins des enfants ? A partir du profil sensoriel de Dunn, découvrez une mallette d'activités simples et concrètes pour enrichir votre pratique. Cet atelier alterne courtes notions théoriques, manipulations et échanges afin de repartir avec des idées facilement transférables dans votre quotidien auprès des enfants de 0 à 4 ans.

Atelier 5

Lise Mischler, psychomotricienne – Youp'la bouge

Pleine conscience et ergonomie au quotidien

Cet atelier propose une alternance entre expérimentations corporelles et apports théoriques. Il a pour but principal de situer la place de l'expérientiel comme facteur d'adaptation et de résilience face aux différents vécus rencontrés lors de la pratique professionnelle. Quelques notions d'ergonomie seront abordées avec un focus spécifique sur certains gestes quotidiens liés au domaine de la petite enfance.

Atelier 6

Paula Martins, formatrice et accompagnante en parentalité – Éducation spécialisée & Conseil en parentalité

Découverte des outils de CAA

Cet atelier propose une sensibilisation à la Communication Alternative et Améliorée (CAA) : un ensemble de moyens qui permettent d'enrichir les échanges autrement que par la parole. Les participant-e-s découvriront différents outils de communication visuelle (tableaux de communication, emplois du temps visuels, supports de routines, livres adaptés, classeurs de communication, etc.) qui favorisent la compréhension, l'expression des besoins et la participation de tous les enfants.

Durant cet atelier participatif, les participant-e-s développeront des stratégies simples et concrètes pour intégrer la CAA dans leur structure.

Atelier 7

Helena Petersen, professionnelle de l'éveil artistique et de la participation culturelle du jeune enfant – art.ku

« Exploration de la lumière » Processus créatifs ouverts et éveil artistique dans la petite enfance

À travers une installation immersive autour du thème de l'exploration de la lumière, les participant-e-s sont invité-es à vivre une expérience sensorielle et artistique où chacun-e peut expérimenter librement. Ombres, projections, matériaux et lumières deviennent autant de supports à la curiosité, à l'émerveillement et à la création. À partir de cette expérience partagée, nous échangerons autour des conditions qui soutiennent les processus créatifs ouverts chez les jeunes enfants : espaces de liberté, posture d'accompagnement, matériaux ouverts/transformables et importance du processus plutôt que du résultat. Une invitation à découvrir comment ces éléments peuvent nourrir l'éveil artistique et culturel dans le quotidien de la petite enfance.

Atelier 8

Lê-Hanh Ko, psychomotricienne – Le Monde de Lê-Hanh

Accompagner le développement psychomoteur de la naissance à la marche

Fondé sur l'approche psychomotrice, cet atelier théorico-pratique propose de mieux comprendre les étapes qui conduisent le bébé vers une marche autonome, stable et sécurisée. Des premiers retournements au ramper, puis aux quatre pattes jusqu'aux premiers pas, nous explorerons les besoins moteurs, sensoriels et psychiques propres à chaque étape. À travers des expérimentations concrètes, nous découvrirons l'importance des appuis, des transferts de poids et de l'organisation du mouvement, ainsi que les gestes et les conditions favorisant un accompagnement respectueux du développement, de l'autonomie et de la confiance de l'enfant.

Atelier 9

Marie-Francine Mauroux, professeure de musique – Les Ateliers Musique

En musique... jouer, chanter, bouger !

Un atelier pour expérimenter des activités en musique et mouvement tout en mobilisant son corps, sa voix et en utilisant divers instruments de musique et accessoires. Nous résumerons quelques principes de pédagogies musicales actives tels que Willems, Orff et Montessori. Ensemble, l'objectif sera d'enrichir sa pratique avec de nouvelles idées, de nouveaux outils et d'étoffer son répertoire de chansons et comptines.

Atelier 10

Sabine Germann, conseillère pédagogique et éducatrice sociale

Diversifier nos propositions ludiques avec les "loose parts"

Les "pièces détachées" sont des objets « ouverts » à diverses utilisations, qui éveillent la curiosité et stimulent la créativité. Ce sont des éléments que l'on manipule, assemble, transforme, aligne, combine à d'autres matériaux, de multiples façons. Sans consignes, l'enfant explore, se pose des questions, imagine des pistes, trouve des solutions, et recommence avec d'autres éléments.

Dans cet atelier, nous allons explorer une variété de matériaux résiduels extraordinaires, nous amuser avec des mises en scènes inspirantes et poétiques, et identifier ce que l'utilisation de ce matériel permet à l'enfant de développer.

Atelier 11

Claire Le Bas Despeisse, thérapeute en psychomotricité

Traduire le langage du corps des enfants avec les parents

Comment observer et comprendre ce que le langage du corps des enfants nous raconte ? Comment trouver le besoin caché derrière ? Et comment partager tout cela avec les parents ? C'est ce que nous allons expérimenter pendant cet atelier à la fois pratique et théorique.

Atelier 12

Anne Thorens, psychomotricienne – Unisanté

Remobiliser le plaisir à bouger

La routine et les contraintes du quotidien engendrent de nombreux freins au mouvement : peu de temps, pas d'énergie, aucune zone dédiée au mouvement accessible rapidement. Au travers de cette formation, nous allons chercher ensemble des solutions qui s'intègrent directement à nos contraintes - sans les nier - afin de faire renaître le plaisir de bouger au sein de la famille.

Atelier 13

Nicole Rubitschon, coordinatrice Valais UAPE en mouvement

Bouger, jouer + explorer

Le mouvement est une clé importante dans le développement de l'enfant. Dans cet atelier nous allons découvrir diverses formes d'activités ludiques et créatives qui peuvent être mises en place dans des contextes simples. Le but est de récolter de nouvelles idées qui peuvent enrichir le quotidien avec les enfants.

Gardons toujours en tête : *Lorsque nous bougeons, nous nous construisons et nous nous façonnons nous et le monde autour de nous.*

Atelier 14

Eve L'Eplattenier, directrice pédagogique et Rachel Fréville, enseignante – Educalis

Le défi des 10

Le Défi des 10 est un projet qui accompagne des enfants de 18 mois à 4 ans dans la préparation progressive d'un défi allant jusqu'à 10 kilomètres. À travers la marche, la draisienne, la trottinette ou le vélo, les enfants expérimentent l'effort, la persévérance, leurs capacités et leurs limites. Cet atelier présentera le projet, sa préparation et les réflexions pédagogiques qu'il soulève autour du mouvement, de l'autonomie et de la place laissée à l'enfant dans l'expérience.

Atelier 15

Sarah Marques et Léa Moncalvo, Educatrices ES – Structure Jeunesse Collombey-Muraz (VS)

Des repas en « Libre Exploration Educative »

Et si le repas devenait un véritable espace d'exploration, d'autonomie et de plaisir ? A travers ce projet, découvrez comment repenser le temps du repas pour mieux respecter le rythme, les besoins et les choix de chaque enfant. Organisation de l'espace, liberté de mouvement, choix de sa place, self-service et posture de l'adulte : autant de leviers pour favoriser l'autonomie et la convivialité. Inspirée des recherches en neurosciences et des travaux de l'Institut Petite Enfance Boris Cyrulnik, cette approche propose de passer d'un repas « tous en même temps » à un accompagnement plus individualisé, où l'enfant devient acteur de ses expériences.

Aspects pratiques

Arrivée

L'accueil du matin se déroulera devant l'auditoire César Roux au niveau 8 du CHUV.

Modalités d'accès

CHUV, Centre Hospitalier Universitaire Vaudois

Nous vous conseillons vivement de prendre les transports en commun.

En transports en commun

Depuis la gare de Lausanne ou le parking relais d'Ouchy, prendre le métro M2 en direction de Croisettes ou Sallaz et descendre à la station CHUV.

Depuis le parking relais de Vennes, prendre le métro M2 en direction d'Ouchy et descendre à la station CHUV.

Depuis les parkings relais de Valmont et Feuillère, prendre le bus 41, descendre à la station Sallaz, puis prendre le métro M2 en direction d'Ouchy et descendre à la station CHUV.

En voiture

Depuis l'autoroute, prendre la sortie Lausanne-Vennes/Hôpitaux et descendre la route de Berne. Le parcours jusqu'au CHUV est indiqué.

Attention : Le parking du CHUV est payant : Fr. 1.50 toutes les 28 minutes.

Etant donné le nombre limité de places de parc, vous pouvez laisser votre voiture dans un parking relais et emprunter les transports publics.

Les parkings relais de **Vennes** et d'**Ouchy** sont reliés à la Cité hospitalière du Bugnon par le métro M2, station CHUV. Les parkings relais de **Valmont** et **Feuillère** sont situés sur la ligne de bus 41.

Repas

Le repas de midi sera assuré par le gatering du CHUV et servi sous forme de buffet. Nous vous proposerons des crudités ainsi qu'un plat chaud végétarien sans gluten. Nous sommes à disposition si vous avez des questions.

Plan

Cf. page 10

