

Encouragement du sport et de l'activité physique en Suisse 2040

Domaine d'impact «Cohésion sociale»

Le contenu du présent document présente les résultats du groupe de travail «Cohésion sociale». Il approfondit le chapitre correspondant du rapport de base «Encouragement du sport et de l'activité physique en Suisse 2040».





Cohésion sociale

Contexte La cohésion sociale constitue le socle indispensable à la stabilité et à la résilience des sociétés démocratiques, en particulier face aux mutations sociales, aux crises et au risque croissant d'isolement. Les êtres humains ont un besoin fondamental d'appartenance sociale. Des offres d'activité physique et sportive bien conçues peuvent favoriser la cohésion sociale en permettant des rencontres entre personnes d'âges et de milieux différents, en facilitant la participation et en encourageant des compétences sociales telles que le respect et la tolérance. Le sport et l'activité physique constituent des vecteurs particulièrement adaptés, car ils sont universellement compréhensibles, établissent des règles claires et créent des expériences communes, favorisant ainsi le rapprochement entre différents groupes.

But L'encouragement du sport et de l'activité physique crée des opportunités pour renforcer des valeurs sociales telles que la communauté, l'amitié, la tolérance, le respect, le fair-play et la solidarité. Elle permet à toutes et tous un accès facilité à des offres intentionnellement conçues et favorise ainsi l'interaction sociale et le sentiment d'appartenance. Il en résulte une culture de la confiance, de l'empathie et d'échanges respectueux, dans laquelle la diversité est considérée comme une ressource. Cela renforce la cohésion sociale, accroît la stabilité et la résilience de la société et facilite la gestion collective des défis.

Mise en œuvre Le domaine d'impact Cohésion sociale comprend **4 champs d'action avec un total de 16 ensembles de mesures possibles.**

Champ d'action Z1: Renforcer les manifestations d'activités physiques et sportives qui créent du lien

F	T	E	M
----------	----------	----------	----------

Les événements de sport et d'activité physique, conçus avec un accès aussi facilité que possible, favorisent des rencontres sociales sur un pied d'égalité et contribuent à réduire les préjugés, à développer la tolérance et à renforcer la cohésion sociale – par exemple lorsque des lieux sont animés, ouverts ou rendus accessibles par des actions spécifiques.

Dans le sport de performance, les équipes nationales ou les clubs ainsi que les athlètes servent de points de référence communs pour des sociétés hétérogènes.

Ensembles de mesures

Z1.1 Élaboration, mise en œuvre et application de lignes directrices	<ul style="list-style-type: none">– Dans le cadre d'un processus participatif associant des spécialistes et des représentants des groupes cibles, des lignes directrices concrètes pour des événements et des camps fédérateurs sont élaborées.– Afin de garantir leur efficacité, ces lignes directrices doivent être ancrées de manière contraignante, intégrées dans les processus de soutien ou d'autorisation et communiquées via des canaux appropriés.– Elles favorisent des rencontres sur un pied d'égalité et constituent une base pour la tolérance, la diversité et la cohésion sociale.
Z1.2 Promouvoir des événements fédérateurs interdisciplinaires	<ul style="list-style-type: none">– Des événements ouverts et accessibles de sport et d'activité physique dans l'espace public invitent des personnes d'origines et de réalités de vie différentes à vivre des expériences communes. Ils rendent la diversité visible et renforcent le vivre-ensemble au-delà des frontières sociales.– À cette fin, une Semaine suisse du sport et de l'activité physique est introduite et soutenue comme format annuel récurrent. En coopération avec les communes, les fédérations sportives ainsi que les acteurs culturels et de la santé, des offres existantes sont ouvertes au grand public et des initiatives supplémentaires de sport et d'activité physique voient le jour dans l'espace public.– Cette semaine est volontairement à faible seuil d'accès: sans inscription, gratuite, ancrée localement et inclusive. Elle s'inspire de bonnes pratiques éprouvées et crée une plateforme de rencontre, de mouvement et de cohésion sociale.– Les établissements de formation instaurent des journées sportives ou développent les formats existants.

<p>Z1.3 Renforcer les camps fédérateurs</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Grâce à des camps spécifiquement soutenus à caractère fédérateur, des expériences collectives sont créées, permettant de réduire les barrières et d'inclure également des groupes vulnérables. Il en résulte des opportunités d'échange, de confiance et de partage de valeurs. – Les camps favorisent des rencontres sur un pied d'égalité, réduisent les préjugés et renforcent le sentiment d'appartenance. – Les camps scolaires facultatifs ou obligatoires à vocation sportive et de mouvement, par exemple les camps de ski, touchent tous les enfants et adolescents et sont donc particulièrement précieux. – Par des activités pensées pour favoriser les échanges, comme des séances sportives communes ou des jeux coopératifs, des relations durables et de nouvelles perspectives se développent, renforçant la cohésion sociale. Des formats tels que des camps inclusifs de mouvement ou des camps familiaux sont rendus accessibles grâce à un soutien financier, notamment pour les familles à revenu modeste.
<p>Z1.4 Renforcer le sentiment d'appartenance à travers les événements sportifs, les équipes et les athlètes</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Les événements sportifs, les équipes ainsi que les athlètes constituent des points de référence identitaires, en rendant leurs performances, leurs histoires et leurs valeurs visibles et accessibles à l'expérience. – Grâce à des formats de participation à faible seuil d'accès, à des expériences partagées et à une implication active de la population, les liens émotionnels sont renforcés. – Ainsi, le sport et l'activité physique créent un sentiment de «nous» qui favorise la cohésion sociale au-delà des frontières sociales et culturelles.

Champ d'action Z2: Concevoir et aménager des espaces dédiés à l'activité physique

F	T	E	M
---	---	---	---

Les lieux de rencontre publics de proximité dédiés au sport et à l'activité physique doivent être développés afin de favoriser simultanément l'activité physique et les rencontres sociales au même endroit.

Ainsi, des interactions sociales positives deviennent concrètes et la mixité sociale dans l'espace public est renforcée – par exemple en rendant l'activité physique visible dans la vie quotidienne, en garantissant à toutes et tous l'accès au sport et à l'activité physique, et en intégrant de manière ciblée des critères sociaux et favorables à l'activité physique dans le développement de l'espace public.

Ensembles de mesures

<p>Z2.1 Analyser et adapter les bases légales</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Les bases légales existantes sont analysées de manière systématique et adaptées de manière ciblée afin de renforcer des conditions-cadres favorables à l'activité physique. – Il en résulte une base juridique permettant de développer et d'aménager de manière durable les espaces publics pour favoriser l'activité physique et les rencontres. – Cela inclut l'introduction d'un quota minimal contraignant d'espaces dédiés au sport et à l'activité physique librement accessibles dans les zones résidentielles. Sa mise en œuvre s'effectue via les plans directeurs cantonaux ainsi que les plans d'aménagement et règlements de construction communaux.
<p>Z2.2 Renforcer la collaboration interdisciplinaire</p>	<ul style="list-style-type: none"> – La collaboration entre l'aménagement du territoire, l'environnement et l'encouragement du sport est renforcée par la sensibilisation, la mise en place de services spécialisés communs, des formats d'échange et des coopérations intersectorielles. – Ainsi, les espaces dédiés à l'activité physique sont pensés et aménagés de manière globale, en tenant compte de l'interaction sociale, de l'accessibilité et de la qualité de vie dans l'espace public. – À l'avenir, les compétences doivent être renforcées de manière réciproque: l'aménagement du territoire intègre systématiquement les connaissances spécialisées liées à l'activité physique et au sport, tandis que l'encouragement du sport prend en compte les aspects liés à l'aménagement du territoire – soutenue par des standards communs, des formations ciblées et la mise en réseau.

Champ d'action Z3: renforcer et soutenir les clubs sportifs

F**T****E****M**

Les clubs sportifs doivent être renforcés afin de favoriser leur développement et de contribuer ainsi aux évolutions structurelles, culturelles et organisationnelles nécessaires au sein du système associatif.

Dans ce cadre, ils considèrent la diversité comme une ressource, encouragent la confiance et l'entraide et renforcent leur compréhension de la démocratie – notamment par la formation, le conseil, la mise en réseau et le soutien financier

Ensembles de mesures

Z3.1 Sensibiliser et former les comités à leur rôle sociétal	<ul style="list-style-type: none">– Par des actions ciblées de formation et de sensibilisation des comités de clubs, les compétences en matière de gouvernance fondée sur les valeurs et de responsabilité sociétale sont renforcées.– Ainsi, les clubs sportifs peuvent assumer et développer activement leur rôle en tant qu'espaces de participation, de diversité et de développement démocratique.– Le programme «Club Management»¹ propose une formation complète, complétée par des modules d'e-learning adaptés aux besoins. Il doit également être développé avec une variante destinée aux nouveaux membres de comité afin de renforcer l'attractivité des fonctions dirigeantes auprès des jeunes.
Z3.2 Développement organisationnel grâce à une offre de conseil aux clubs	<ul style="list-style-type: none">– Le développement des clubs sportifs nécessite un renforcement ciblé de leurs structures, de leurs processus et de leur culture. Au centre se trouve le développement organisationnel, assuré par une offre structurée de conseil aux clubs.– Le point de départ est un « check-up » harmonisé des clubs, sur la base duquel sont menées des interventions de conseil orientées processus par des conseillers et conseillères formés.– Cette offre de conseil s'inspire d'approches éprouvées et soutient les clubs dans l'affinement de leur orientation stratégique, l'encouragement d'une culture de gouvernance fondée sur les valeurs et l'amélioration de leurs processus internes.
Z3.3 Renforcer la mise en réseau et la coopération des clubs sportifs	<ul style="list-style-type: none">– Grâce à des événements de mise en réseau coordonnés et à la promotion de coopérations concrètes, un échange structuré est instauré entre les clubs sportifs et d'autres organisations et réseaux locaux.– Les clubs apprennent ainsi les uns des autres, développent ensemble des solutions et renforcent leur sentiment d'appartenance, ce qui contribue au développement qualitatif du système associatif et de l'encouragement du sport et de l'activité physique dans son ensemble.– À l'avenir, des réseaux locaux de sport et d'activité physique doivent être développés et renforcés de manière systématique. Une attention particulière est portée à l'encouragement des clubs multisports, qui regroupent des offres variées au sein d'une même structure organisationnelle. Cela inclut également l'examen d'une structure nationale destinée à soutenir et représenter les intérêts des clubs multisports.
Z3.4 Labellisation des clubs pour la valorisation de leur engagement sociétal	<ul style="list-style-type: none">– Un système de reconnaissance accessible et orienté processus, accompagné d'un dispositif de conseil, permet de rendre visible et de valoriser l'engagement sociétal des clubs sportifs.– Cela crée des repères, favorise un développement continu et renforce la reconnaissance du travail bénévole dans le système associatif.– Cette reconnaissance vise à soutenir le développement progressif des clubs et peut, à l'avenir, servir de base pour d'éventuelles subventions liées à une bonne gouvernance associative. Elle crée ainsi une incitation à promouvoir systématiquement la qualité et la responsabilité au sein des clubs.
Z3.5 Subventions accordées aux clubs reconnus	<ul style="list-style-type: none">– Par le soutien financier aux clubs sportifs reconnus, leur développement continu est renforcé de manière ciblée.– Les subventions reposent sur un cadre de qualité transparent et soutiennent la mise en œuvre d'une gouvernance associative fondée sur les valeurs. Elles constituent un investissement dans des structures durables et dans l'engagement sociétal.

¹Formation de Swiss Olympic visant à renforcer les membres de comités (bénévoles) des clubs sportifs

Champ d'action Z4: promouvoir des offres variées de sport, d'activité physique et de rencontre accessibles

F

T

E

M

Des offres variées de sport, d'activité physique et de rencontre sont encouragées afin de permettre à toutes et tous – indépendamment de leur réalité de vie et de leur situation sociale – d'y accéder.

Ainsi, les interactions sociales et le sentiment d'appartenance deviennent concrets, ce qui renforce la compréhension mutuelle et les liens entre des personnes différentes.

Cela passe notamment par le développement, l'optimisation et le soutien d'offres spécifiques et de passerelles entre différents groupes cibles et contextes.

Ensembles de mesures

<p>Z4.1 Renforcer la coordination, la planification et le pilotage</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Grâce à des analyses et à une collaboration coordonnée, l'ensemble des offres est recensé de manière systématique, les doublons sont identifiés et les lacunes comblées de manière ciblée. Les offres existantes sont harmonisées entre elles, et les offres manquantes sont planifiées et mises en place. – L'efficacité durable des offres est assurée par des processus de garantie de la qualité tels que des évaluations régulières et un développement continu. – Ainsi se développe un ensemble d'offres varié et accessible dans le domaine du sport et de l'activité physique, qui favorise la participation sociale et le sentiment d'appartenance, et permet une couverture étendue pour tous les groupes d'âge et toutes les réalités de vie.
<p>Z4.2 Développer, optimiser et soutenir des offres adaptées à des groupes cibles spécifiques</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Par le développement, l'optimisation et le soutien d'offres spécifiques dans différents contextes, en particulier pour des groupes jusqu'ici peu atteints, les besoins spécifiques sont pris en compte et l'accès est facilité. – En parallèle, ces offres permettent des échanges entre personnes partageant des réalités de vie similaires et renforcent le sentiment d'appartenance sociale. Les analyses servent de base et des représentants des groupes cibles sont impliqués dans la conception des offres. – Les offres déjà bien établies, comme le sport scolaire facultatif, sont étendues et mises en œuvre à plus grande échelle, voire déployées de manière généralisée.
<p>Z4.3 Développer, optimiser et promouvoir des offres passerelles</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Par la promotion d'offres de qualité favorisant les liens entre différents milieux de vie, qui rassemblent intentionnellement des personnes issues d'univers sociaux variés, on crée de la compréhension mutuelle et du sentiment d'appartenance. Les préjugés sont réduits, la tolérance renforcée, la diversité utilisée comme ressource et la cohésion sociale renforcée. – Ces offres doivent être accessibles à faible seuil et, par exemple, activer les espaces publics, notamment à travers des formats d'activités physiques ouverts à tous, des activités intergénérationnelles ou des journées sport et culture dans les parcs et centres de quartier. – Elles s'orientent vers des critères de qualité clairs tels que l'impact social, la participation des groupes cibles et l'intégration de l'activité physique avec des éléments favorisant le vivre-ensemble, afin de renforcer la participation et de prévenir l'isolement.
<p>Z4.4 Renforcer la communication et faciliter l'accès</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Pour que les offres soient effectivement utilisées, elles doivent être connues, compréhensibles et accessibles. Un système est mis en place pour mettre en relation les personnes avec des offres adaptées et faciliter leur accès. – Cela nécessite des mesures de communication ciblées par groupes de population, une présence dans les environnements de vie pertinents, la réduction des barrières financières, linguistiques ou sociales, ainsi que le recours à des personnes relais. – À titre d'exemple, un système de « référents sport et activité physique » pourrait être mis en place, en collaboration avec les acteurs pertinents des domaines de l'éducation, de la santé, du sport et du social. Ces référents conseillent et accompagnent les personnes, les aident à s'orienter, facilitent l'entrée dans les activités sportives et d'activité physique et encouragent une participation durable.
<p>Z4.5 Mettre en place et soutenir une coordination locale et régionale du sport et de l'activité physique</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Par la mise en place ciblée et le soutien de coordinations locales et régionales du sport et de l'activité physique, le paysage des offres est renforcé de manière systématique et mieux mis en réseau. – Ces structures de coordination permettent une planification adaptée aux besoins, facilitent l'accès aux offres existantes et favorisent les synergies entre différents acteurs, notamment dans les domaines du sport, de l'éducation, de la santé et du social. – Ainsi, une collaboration coordonnée entre acteurs locaux est rendue possible, permettant une utilisation efficace des ressources et un impact sociétal renforcé.

Composition du groupe de travail

Nom	Prénom	Organisation	
Meier	Rafael	Swiss Olympic	Responsable du groupe de travail/Responsable de la Swiss Olympic Academy
Reimann	Lea	Office fédéral du sport OFSPO	Responsable suppl. du groupe de travail/Experte en politique du sport
Koslowski	Stefan	Office fédéral de la culture	Collaborateur scientifique
Wälty	Janine	Office fédéral des assurances sociales	Collaboratrice scientifique
Schreyer	Pierina	Office fédéral du sport, service Intégration et prévention	Responsable du service Intégration et prévention
Moser	Karin	Idée Sport	Développement et innovation
Beer	Josy	CI Sport Suisse	Présidente
Lamprecht	Markus	Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG	Président du conseil d'administration
Bigler	Helena	.Procap Suisse	Responsable du domaine Voyages et sport
Vallan	Simona	Procap Suisse	Cheffe de projet Sport
Quinche	Isabelle	Conseil Suisse des Activités de Jeunesse (CSAJ)	Responsable du domaine Engagement bénévole et organisations membres/Membre de la direction
Egli	Benjamin	Association suisse de football	Responsable du domaine Développement des clubs
Ahmadi	Zeinab	Secrétariat d'Etat aux migrations	Spécialiste
Schmid-Strähl	Catharina	Swiss Athletics	Membre du comité Relève et formation
Spitz	Daniel	Représentant de la CRCS, canton de Schaffhouse	Responsable du service des sports

Travaux de fond

Des informations complémentaires et des approfondissements sont consignés dans l'esquisse conceptuelle du groupe de travail: travaux de fond du domaine d'impact Cohésion sociale.

Bibliographie

- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Conseil fédéral. (2024). Promotion du sport populaire tournée vers l'avenir: Rapport du Conseil fédéral en exécution du postulat 21.3971 CSEC-E du 17 août 2021. Consulté le 11 novembre 2025 sur <https://www.news.admin.ch/news/message/attachments/91002.pdf>
- FamilyWeek. (2025). Une semaine de vacances active pour les mères célibataires et leurs enfants. Office fédéral du sport OFSPO. Consulté le 11 novembre 2025 sur <https://www.baspo.admin.ch/fr/familyweek-fr>
- IdeeSport. (2025). FamilyWeek – Ferienwochen für alleinerziehende Mütter und ihre Kinder. Consulté le 11 novembre 2025 sur <https://www.ideesport.ch/de/angebot/familyweek>
- Institut Tropical et de Santé Publique Suisse (Swiss TPH). (2022). SOPHYA – Résultats sur le comportement en matière d'activité physique chez les enfants et les adolescents en Suisse. Consulté le 11 novembre 2025 sur <https://www.swisstph.ch/fr/topics/non-communicable-diseases/physical-activity/sophya>
- Institut Tropical et de Santé Publique Suisse (Swiss TPH). (2022). SOPHYA2 – Schlussbericht: Resultate zum Bewegungsverhalten von Kindern und Jugendlichen in der Schweiz (pp. 448–450). Consulté le 11 novembre 2025 sur https://www.swisstph.ch/fileadmin/user_upload/SwissTPH/Institute/EPH/Chronic_Disease_Epid/26082022_SOPHYA2_Schlussbericht_total.pdf
- Lee, R. M., & Robbins, S. B. (1995). Measuring belongingness: The Social Connectedness and the Social Assurance scales. *Journal of Counseling Psychology*, 42(2), 232–241. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.42.2.232>
- Robert Bosch Stiftung. Sozialer Zusammenhalt: Was unsere Gesellschaft stark macht. Consulté le 11 novembre 2025 sur von <https://www.bosch-stiftung.de/de/storys/zusammenhalt>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Observatoire du bénévolat en Suisse 2025. (2025). Observatoire du bénévolat en Suisse 2025. Zurich: Seismo Verlag. Consulté le 11 novembre 2025 sur https://freiwilligenmonitor.ch/wp-content/uploads/2025/08/Freiwilligen_Monitor_FR.pdf
- Observatoire Suisse du Sport. Indicateur Évolution démographique. Consulté le 11 novembre 2025 sur <https://www.sportobs.ch/fr/indicateurs/radar-et-indicateurs-speciaux/radar-i-evolution-demographique/>
- Observatoire Suisse du Sport. (2023). Clubs de sport en Suisse 2022 – Structures, défis et perspectives. Consulté le 11 novembre 2025 sur https://www.sportobs.ch/inhalte/Vereinsstudie_2023/Vereinsstudie_2022_FR_Web.pdf
- Office fédéral de la statistique (OFS). (o. J.). Sentiment de solitude – Indicateurs sur l'intégration sociale. Consulté le 11 novembre 2025 sur <https://www.bfs.admin.ch/bfs/fr/home/statistiques/population/migration-integration/indicateurs-integration/sante/sentiment-solitude.html>
- Office fédéral du sport (OFSP). (2020). Sport Suisse 2020 – Activité et consommation sportives de la population suisse. Consulté le 11 novembre 2025 sur https://www.sportobs.ch/inhalte/Downloads/Bro_Sport_Schweiz_2020_f_WEB.pdf
- Office fédéral du sport (OFSP). (2020). Sport Suisse 2020 – Rapport sur les enfants et les adolescents. Consulté le 11 novembre 2025 sur https://www.sportobs.ch/inhalte/Downloads/Kinder_und_Jugendbericht_2020_f.pdf
- Office fédéral du sport (OFSP). (2020). Sport Suisse 2020 – Les sports en chiffres. Consulté le 11 novembre 2025 sur https://www.sportobs.ch/inhalte/Downloads/Sport_Schweiz_2020_factsheets_f_screen.pdf
- Stiftung Mercator Schweiz. Diversität – Für gleiche Chancen und gesellschaftlichen Zusammenhalt. Consulté le 11 novembre 2025 sur <https://www.stiftung-mercator.ch/unsere-arbeit/diversitaet>
- Universität Bern. (2023). Wer sich einsam fühlt, sollte gezielt gegensteuern. Consulté le 11 novembre 2025 sur https://www.uniaktuell.unibe.ch/2023/einsamkeit/index_ger.html
- Universität Luzern. (o. J.). Gesellschaftlicher Zusammenhalt in der Schweiz. Zentrum für Religion, Wirtschaft und Politik (ZRWP). Consulté le 11 novembre 2025 sur <https://www.unilu.ch/fakultaeten/kultur-und-sozialwissenschaftliche-fakultaet/institute/zentrum-fuer-religion-wirtschaft-und-politik/forschung/gesellschaftlicher-zusammenhalt-in-der-schweiz/>