

GoGirlGo!

Des jeunes filles en bonne santé, actives et sûres d'elles

Le programme GoGirlGo! de la Women's Sports Foundation est consacré à l'amélioration de la santé sociale et émotionnelle et du bien-être des jeunes filles. Il combine sport et activité physique, encadrement et éducation.



Lieu	USA
Organisation	Women's Sports Foundation
Dates	2001 – en cours
Groupe cible	Jeunes filles de 5 à 13 ans
Participants	Presque un million de jeunes filles à ce jour
Partenaires	Particuliers, fondations, entreprises et fonds de subvention fédéraux par l'intermédiaire du Bureau de la justice pour mineurs et de la prévention de la délinquance juvénile des États-Unis
Faits marquants	Depuis 2001, GoGirlGo! a accordé plus de 1 200 subventions, pour un montant total de plus de 6 millions de dollars, à des organisations communautaires aux quatre coins des États-Unis.
Pour inspiration	www.womenssportsfoundation.org/gogirlgo

Résumé

GoGirlGo! a été créé en 2001 en réponse directe à l'épidémie d'obésité infantile. Il s'agit d'un programme d'encadrement basé sur les sports qui intervient dans l'éducation et agit en faveur de la santé et du bien-être des filles, depuis l'enfance jusqu'au début de l'âge adulte. GoGirlGo! est un programme éducatif unique et gratuit, adapté à l'âge, qui s'inspire de l'expérience personnelle de sportifs d'élite et de célébrités pour éduquer les filles aux comportements à risque pour la santé et leur transmettre des leçons de vie sur la condition féminine et la place des femmes dans le monde. Outre les organisations subventionnées, des milliers d'organisations communautaires ont reçu gratuitement le kit du programme GoGirlGo!. À ce jour, cette aide sur plusieurs niveaux a permis à près de 14 000 écoles et organisations de mettre en œuvre le programme auprès d'un million de jeunes filles environ.

Clés du succès

Un programme pour chaque âge

Il existe plusieurs versions du programme GoGirlGo!, adaptées aux différentes tranches d'âge. Des thèmes comme l'image du corps, le harcèlement, les problèmes familiaux ou le tabagisme sont abordés dans le kit « clé en main » GoGirlGo!. Chaque kit remis aux jeunes participantes contient un guide de vie GoGirlGo! et un scrapbook GoGirlGo! dans lequel elles peuvent noter leurs activités et leurs conclusions.

Des ressources complètes à disposition des participantes, des dirigeants du programme et des parents

Le programme GoGirlGo! met des ressources complètes à la disposition des participantes, des adultes dirigeant le programme et des parents. En plus du guide de vie et du scrapbook, les participantes ont accès à de nombreux conseils et outils sur le site web du programme, notamment une liste de lectures sur les sports féminins, une liste d'en-cas sains et un quiz sur le sommeil. Les adultes qui dirigent le programme reçoivent un guide pédagogique destiné à les aider dans leur tâche. En outre, un guide a été conçu à l'intention des parents, qui indique globalement, sur la base des connaissances les plus récentes, comment encourager sa fille à adopter un mode de vie actif et comment instaurer un environnement positif et motivant pour les jeunes filles.



Objectifs du programme

Promouvoir le sport et l'activité physique

GoGirlGo! a été créé en réponse directe à l'épidémie d'obésité infantile. Le programme est utilisé comme un outil pédagogique afin d'enseigner aux jeunes filles l'importance de l'activité physique. Partant du constat que les jeunes Américaines sont de moins en moins actives, et par conséquent, en moins bonne santé, le programme vise à améliorer l'état de santé des jeunes filles et à les maintenir engagées dans une activité physique.

Améliorer le bien-être et la santé publique

Les jeunes filles physiquement actives sont moins sujettes à l'obésité, au diabète ou à d'autres problèmes de santé émotionnels ou physiques que les jeunes filles inactives. Elles ont également une meilleure estime d'elles-mêmes, ce qui se traduit par un taux plus faible de troubles alimentaires et de grossesses à l'adolescence.

Stratégie de communication

La promotion du programme passe par le site web de la Women's Sports Foundation, par les réseaux sociaux, par des campagnes promotionnelles et par des communiqués de presse.

Évaluation du programme

Différents outils permettent l'évaluation du programme, comme le Youth Athletic Fitness Survey: ce sondage destiné aux jeunes filles de 10 ans et plus est un questionnaire de quatre pages incluant 27 indicateurs de mesure différents du milieu, des comportements, des centres d'intérêt, des attitudes et de l'identité des jeunes filles. Les participantes y répondent à la fin du programme GoGirlGo!. En plus de cette enquête, des groupes de consultation qualitatifs sont mis en place, et des enquêtes sur la formation à l'encadrement et sur les retours des dirigeants du programme sont élaborés.

« L'objectif du programme GoGirlGo! est de donner naissance à une population de jeunes filles en bonne santé, actives et sûres d'elles. Notre programme confère aux jeunes filles la confiance nécessaire pour incarner la prochaine génération de leaders, efficaces et en pleine santé. »

Kathryn Olson – Directrice générale de la Women's Sports Foundation



Rejoignez la société sportive!

Selon l'Organisation mondiale de la Santé, un adulte sur quatre dans le monde n'est pas assez actif et plus de 80 % des adolescents ne pratiquent pas suffisamment d'activités physiques. Alors, inversons cette tendance et commençons à bouger!



Promouvoir le sport et l'activité physique

Dans le monde entier, les changements survenus au cours de ces dernières décennies en matière de loisirs, de vie professionnelle, de régime alimentaire et quantité d'autres domaines ont pour conséquence un mode de vie toujours plus sédentaire de la population. Les programmes de sport pour tous ont donc pour objectif de promouvoir le sport et l'activité physique, afin d'atténuer les effets négatifs liés à cette évolution.



Améliorer le bien-être et la santé publique

Le sport et l'activité physique jouent un rôle important en rendant les sociétés plus saines, plus heureuses et plus sûres. Les projets de sport pour tous couronnés de succès permettent ainsi de stimuler la diffusion de ces avantages collectifs au sein de communautés entières.



Soutenir les sociétés actives

Une société active fait intervenir de nombreux partenaires, tels les parents, les entraîneurs, les écoles, les clubs locaux, les organisations sportives, ainsi que les organisateurs de manifestations et d'activités communautaires, pour n'en citer que quelques-uns. Ces acteurs exercent tous une énorme influence sur le plan de la promotion de modes de vie plus sains dans leur communauté. Les programmes qui soutiennent et renforcent leurs efforts sont essentiels pour encourager et promouvoir l'instauration de sociétés actives dans le monde.



Offrir l'égalité d'accès au sport

Tous les membres d'une communauté doivent pouvoir jouir d'une égalité d'accès à un mode de vie actif et sain. Des programmes communautaires efficaces mettent donc fortement l'accent sur le fait que tout participant a le droit de profiter de l'occasion qui lui est offerte, indépendamment de sa condition physique, de sa race, de son sexe, de son niveau social, de sa région géographique ou autre.



Favoriser l'héritage olympique

Les Jeux Olympiques sont une source d'inspiration et l'expression vivante des valeurs olympiques d'excellence, d'amitié et de respect. Ce pouvoir unique peut dynamiser des communautés et les inciter à mettre sur pied des projets qui encourageront leurs habitants à devenir plus actifs et à le rester.

Devenez un acteur clé de votre communauté

Une plateforme utile a été conçue à l'intention des organisations qui, dans l'ensemble du Mouvement olympique, gèrent des projets de sport pour tous, cela afin de leur apporter les connaissances, la compréhension et les outils nécessaires à l'amélioration de programmes déjà existants dans le monde, ainsi que pour en créer de nouveaux.

Puisez l'inspiration dans plus de 45 projets déjà mis sur pied dans le monde

Apprenez-en davantage sur les meilleures pratiques grâce à notre guide

Créez votre projet sur la base de travaux théoriques éprouvés et de l'expérience d'organisations

Partagez vos expériences et ouvrez la voie à de nouveaux projets

Connectez-vous à un vaste réseau alimenté par les idées et initiatives de nombreux partenaires

Pour de plus amples informations

↓ Projets Sport et société active

↓ Guide pratique

🔗 www.olympic.org

✉ activesociety@olympic.org