

Communiqué de presse

Lausanne, le 24.03.2010

Activité physique et santé

Lancement du programme *Allez Hop Romandie*

Inauguré aujourd'hui, *Allez Hop Romandie* entend faire bouger la Suisse romande en proposant à la population une large offre de cours, à la fois conviviaux et accessibles. Au programme, Walking, Nordic Walking, Running, Aquagym et Fitgym, le tout enseigné par un réseau de plus de 130 moniteurs. Soutenu par Promotion Santé Suisse et plusieurs cantons romands, *Allez Hop Romandie* peut également compter sur un parrain de marque en la personne du médaillé olympique, Sergei Aschwanden.

La Suisse prend du ventre et elle ne bouge pas assez. C'est en résumé ce qui ressort des dernières études disponibles. Selon les chiffres officiels, près des 2/3 de la population sont insuffisamment actifs. Une tendance qui n'est pas sans conséquence quand on sait que la sédentarité entraîne chaque année quelque 2 millions de cas de maladies et 2'900 décès prématurés¹. Lancé officiellement aujourd'hui, et s'inscrivant dans la continuité de l'ancienne campagne nationale *Allez Hop* (1996-2008), *Allez Hop Romandie* entend répondre à ce défi de santé publique.

Des cours près de chez vous

Le principe du programme se veut simple et efficace : proposer à la population des cours d'activité physique de qualité et de proximité. Walking, Nordic Walking, Running, Aquagym, Fitgym, les disciplines enseignées sont accessibles au plus grand nombre et requièrent peu de matériel. Financièrement abordables (Frs 9.- en moyenne par leçon), les cours sont particulièrement adaptés aux personnes désireuses de reprendre une activité physique mais ne se retrouvant pas dans les structures traditionnelles (fitness, clubs de sport, etc). L'ensemble de l'offre *Allez Hop Romandie* est répertoriée sur le site internet www.allezhop-romandie.ch. Grâce à une carte interactive, il est possible de trouver facilement des activités et moniteurs dans sa région.

Le programme compte actuellement plus de 130 monitrices et moniteurs exerçant en Suisse romande. La formation de moniteur est ouverte à tout pratiquant confirmé désireux de faire bouger sa ville, son quartier ou son village.

Un parrain olympique

Allez Hop Romandie est soutenu par Promotion Santé Suisse et les cantons de Fribourg, Jura, Neuchâtel, Valais et Vaud. Ces derniers collaborent activement à la promotion du programme et cherchent à l'inscrire dans une démarche cohérente de santé publique, notamment en travaillant avec les communes. Outre ce soutien, le programme peut également compter sur l'appui du médaillé olympique de judo, Sergei Aschwanden, qui a accepté d'en devenir le parrain. Sensible à cette action de promotion de la santé, M. Aschwanden s'est exprimé à ce sujet lors de la conférence de presse de lancement avant de participer à une séance photo en compagnie de moniteurs et de participants *Allez Hop Romandie*.

Contact médias :

Fabio Peduzzi, responsable Allez Hop Romandie, 021 623 37 41 / 079 609 01 68

E-mail fabio.peduzzi@fvls.vd.ch.

Site internet : www.allezhop-romandie.ch

¹ OFSPO, Activité physique et santé, 2006