



Feuille d'information 117

Évaluation roundabout axée sur la santé psychique 2023-2025

Résumé

Roundabout est une offre nationale de cours de danse à bas seuil de la Croix-Bleue Suisse pour les filles et les jeunes femmes de 8 à 20 ans, qui a pour objectif de promouvoir l'activité physique, la confiance en soi et les ressources sociales des participantes. L'offre existe depuis l'année 2000 et a été continuellement optimisée depuis. Sur mandat de la Croix-Bleue Suisse et de Promotion Santé Suisse, la Haute école de travail social FHNW a évalué roundabout sur la période 2023-2025. L'évaluation, principalement formative, a examiné la mise en œuvre globale et les besoins en développement futurs, tout comme les effets spécifiques de roundabout sur le bien-être psychique et l'activité physique des participantes. Les résultats montrent que les participantes à roundabout présentent en moyenne une meilleure santé psychique que les adolescent-e-s en Suisse du même âge. La grande majorité des participantes interrogées estiment que roundabout améliore leur bien-être, notamment grâce aux relations sociales positives, à l'effet anti-stress de la dépense physique et au plaisir de se produire sur scène. Si plusieurs éléments du programme ont pu être confirmés (bas seuil, taux de participation), l'évaluation formative relève également des potentiels d'amélioration, notamment en ce qui concerne la fidélisation à long terme des animatrices de cours bénévoles, la mise en œuvre des aspects récréatifs ainsi que le développement de l'offre. Il est recommandé d'ancrer plus clairement la promotion de la santé psychique et de l'égalité des chances dans le concept, d'améliorer la clarté des rôles, de renforcer le soutien aux animatrices de cours et d'optimiser le monitoring.

1 Roundabout – cours de danse à bas seuil pour la promotion de la santé et la prévention chez les filles et les jeunes femmes

Roundabout est une offre de cours de danse pour les filles (8-11 ans) et les jeunes femmes (12-20 ans), active dans plusieurs cantons et régions suisse alémaniques. La [figure 1](#) donne un aperçu des sites qui proposent actuellement le programme. Grâce à des entraînements de street dance, roundabout vise à créer un accès à bas seuil à l'activité physique, à promouvoir la conscience du corps et à renforcer

Table des matières

1 Roundabout – cours de danse à bas seuil pour la promotion de la santé et la prévention chez les filles et les jeunes femmes	1
2 Résultats choisis	3
3 Recommandations	6
4 Design de l'évaluation et procédure	7
5 Bibliographie	9

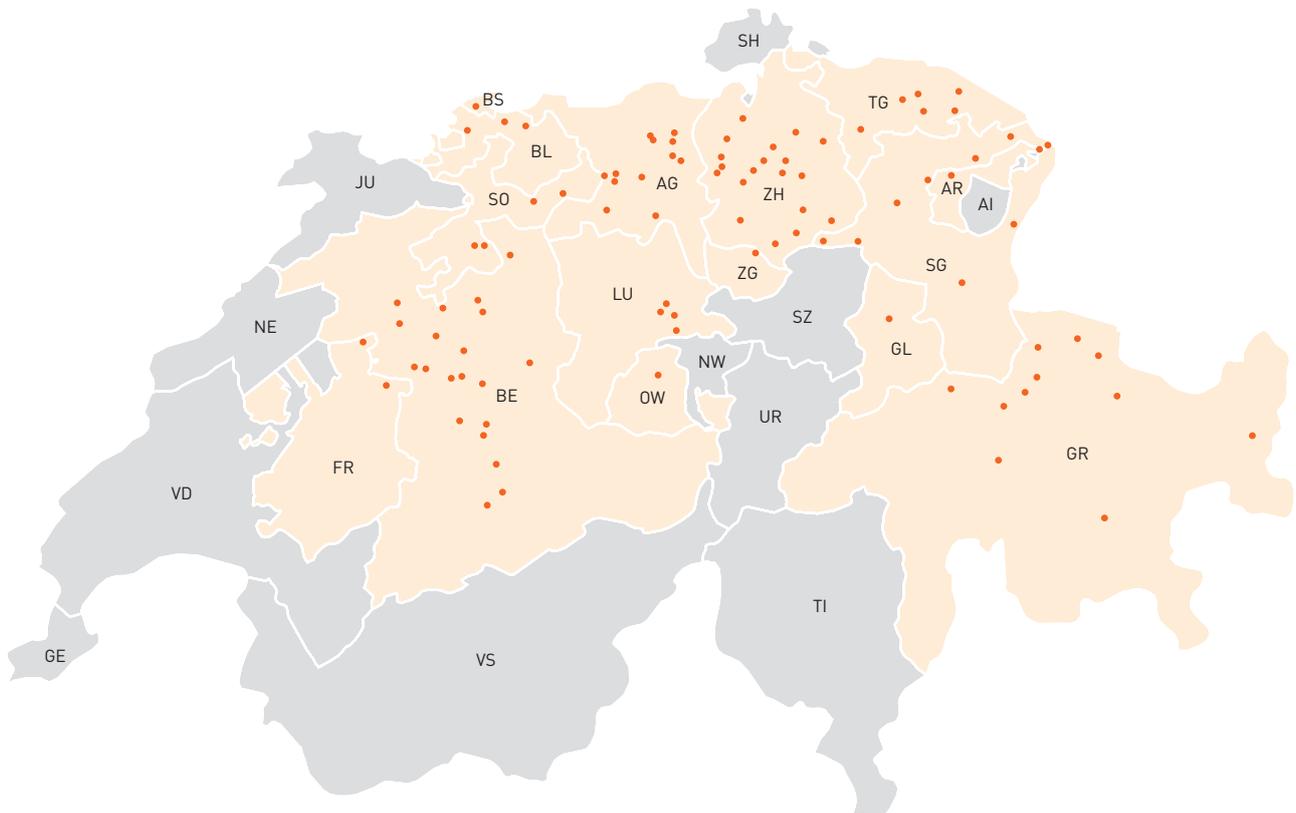
les ressources sociales. L'échange structuré avant ou après les cours soutient la réflexion sur des thèmes tels que l'estime de soi, l'identité et la santé psychique. Roundabout est porté par la Croix-Bleue Suisse et mis en œuvre en étroite collaboration avec des organisations partenaires locales. L'offre s'oriente sur les principes de la salutogenèse tout en favorisant la détection précoce des comportements à risque (Croix-Bleue Suisse, 2022). Une première évaluation menée en 2012, qui comparait les participantes à roundabout à des adolescentes du même âge prenant part à d'autres offres sportives, a confirmé l'effet positif du programme sur le comportement en matière de santé (Zumbrunn et al., 2013). En effet, les participantes à roundabout bougent davantage, se nourrissent de manière plus consciente et consomment moins de substances addictives que leurs contemporain-e-s. Concernant la promotion des compétences psychosociales telles que l'estime de soi et l'intégration sociale,

roundabout se distingue nettement des offres de danse et de loisirs axées sur la performance. Le programme parvient ainsi à atteindre des adolescentes qui participent moins volontiers à ces dernières.

En complément à ces constats, la présente évaluation se penche sur les pistes de développement actuelles de roundabout. En effet, ces dernières années, des évolutions ont pu être observées qu'il est aujourd'hui nécessaire d'aborder. Il s'agit notamment de la difficulté croissante à trouver des animatrices de cours bénévoles et du recul constant du nombre de participantes dans les groupes Youth (12-20 ans). La direction nationale de roundabout et Promotion Santé Suisse ont ainsi chargé la Haute école de travail social FHNW d'évaluer l'offre sous ces angles. La présente feuille d'information donne un aperçu des principaux résultats et conclusions de l'évaluation (présentation détaillée des résultats dans Sepahniya & Zumbrunn, 2025).

FIGURE 1

Aperçu des sites proposant l'offre roundabout (état 2023)



2 Résultats choisis

2.1 Effets positifs de roundabout sur le bien-être psychique et l'activité physique

Selon l'appréciation des participantes, roundabout exerce un impact positif sur la santé psychique: elles sont 83% à indiquer que le programme a un effet (plutôt) positif sur leur bien-être. Cela coïncide avec les déclarations des animatrices de groupe, qui estiment que la danse et les entraînements renforcent l'estime de soi, améliorent le bien-être et favorisent le développement d'une image corporelle positive auprès des utilisatrices. La grande majorité des participantes perçoivent la danse comme un moyen d'évacuer le stress quotidien et d'oublier leurs problèmes. Bien que le design de l'évaluation ne permette pas d'établir un lien de causalité direct avec l'offre, les utilisatrices de roundabout présentent une meilleure estime de soi et un bien-être accru par rapport aux adolescent-e-s du même âge en Suisse. De plus, 61% des participantes rapportent être physiquement plus actives dans leur quotidien depuis leur participation à roundabout, ce qui laisse supposer qu'il n'y a pas eu de transfert d'une offre d'activité physique à une autre.

« Roundabout est et a toujours été une offre super sympa, dirigée par des animatrices très engagées. J'ai pu pratiquer ce loisir grâce à son prix avantageux. Je suis convaincue que danser avec un groupe de femmes d'âges très différents a considérablement renforcé ma confiance en moi. »

Ancienne participante

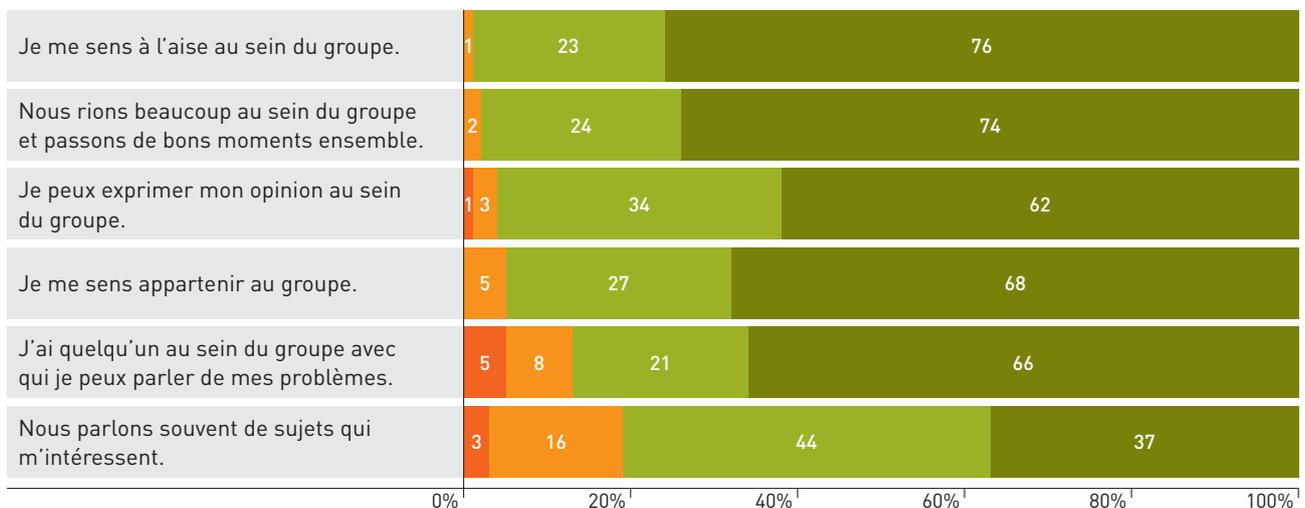
Les relations sociales valorisantes et soutenantes au sein de roundabout jouent un rôle essentiel (figure 2). Presque toutes les participantes indiquent qu'elles se sentent (plutôt) bien au sein du groupe, qu'elles rient beaucoup entre elles et passent un bon moment (99%). Une grande majorité d'entre elles disent par ailleurs pouvoir exprimer leur opinion au sein du groupe (96%), se sentir appartenir au groupe (95%) et avoir la possibilité de parler de ses problèmes personnels avec une personne de confiance au sein du groupe (87%). 81% indiquent que le groupe discute de sujets qui les intéressent. Le soutien apporté par les animatrices et le rôle de modèle qu'elles endossent sont appréciés respectivement par 92% et 76% des participantes. Ces résultats montrent

FIGURE 2

Sentiment d'appartenance et perception des relations sociales

Enquête auprès des participantes, n = 235-241

● pas du tout vrai ● plutôt pas vrai ● plutôt vrai ● tout à fait vrai



que roundabout représente pour la grande majorité des participantes un lieu où elles se sentent bienvenues et intégrées. Les évaluations positives ont encore augmenté par rapport à l'évaluation de 2012.

« Le temps que j'ai passé chez roundabout en tant que participante, puis comme animatrice, m'a marquée très positivement. J'ai pu prendre des responsabilités, j'ai été bien accompagnée et j'ai pu faire de nombreuses expériences inoubliables. »

Ancienne participante et animatrice de groupe

« J'aime faire partie de la famille roundabout. »

Participante actuelle

2.2 Rôle des animatrices de groupe bénévoles en matière de détection et d'intervention précoces

Les animatrices de groupe et les participantes ont également été impliquées dans l'interprétation des résultats. Lors d'un atelier de synthèse, elles ont ainsi discuté, pondéré et complété les résultats obtenus à propos de la mise en œuvre de roundabout. Le rôle et les tâches des animatrices de groupe sont ressortis comme un thème central de l'évaluation. Il est apparu clairement qu'aux yeux des animatrices de groupe, leur rôle dans roundabout dépassait l'aspect purement organisationnel et comportait également une dimension de soutien et d'accompagnement des participantes. Selon l'enquête en ligne, la grande majorité des animatrices de groupe considèrent la création d'un climat de groupe positif (92%) et la gestion des conflits (81%) comme des tâches leur incombant. 60% estiment également qu'il est de leur responsabilité de reconnaître lorsqu'une participante ne va pas bien. Ces résultats montrent que les animatrices jugent la détection précoce des contraintes psychiques et des situations problématiques des participantes comme un aspect central de leur cahier des charges. Leur rôle dans la détection et l'intervention précoces est cependant moins clair : seules 30% des animatrices de groupe pensent que la transmission d'informations sur la santé psychique fait clairement partie de leurs tâches et seules 16% considèrent qu'il est de leur responsabilité d'apporter un soutien en cas de difficultés psy-

chiques rencontrées par les participantes. Les avis divergent également sur la prise de contact éventuelle avec les parents ou les enseignant-e-s ainsi que sur le fait de discuter des problèmes des participantes avec la direction cantonale.

En ce qui concerne leurs compétences, les animatrices de groupe s'estiment relativement sûres d'elles dans la réalisation des tâches liées au groupe : 67% se considèrent tout à fait compétentes pour créer un climat de groupe positif et 51%, pour gérer les conflits. En ce qui concerne les tâches spécifiques au domaine de l'intervention précoce, elles évaluent leurs compétences de façon plus critique : seules 24% estiment par exemple avoir les compétences nécessaires pour soutenir les participantes en cas de problèmes personnels et 37%, les compétences pour intervenir dans le domaine de la santé psychique.

L'évaluation montre également que l'un des principaux défis rencontrés par les animatrices consiste à établir des relations solides avec les participantes. Les animatrices de groupe doivent trouver le juste équilibre entre leur rôle de personne de confiance et leur figure d'autorité pour répondre aux différents besoins du groupe (p. ex. niveau, âge, contraintes des participantes) et réagir de manière adéquate aux sujets difficiles. Une partie des animatrices de groupe ne se sent pas suffisamment qualifiée pour cela et souhaiterait davantage de soutien (formations, matériel, entretiens).

2.3 Motivation des animatrices de groupe et des utilisatrices pour participer à l'offre sur le long terme

La participation à long terme des animatrices de groupe et des participantes est un thème central pour l'organisation future de roundabout. Le manque de temps à cause d'obligations professionnelles ou scolaires est la principale raison de l'abandon citée par les anciennes animatrices de groupe (76%) et participantes (54%). Roundabout n'a que peu d'influence sur ces facteurs externes. Les changements familiaux sont une autre raison évoquée par les anciennes animatrices de groupe (18%). Elles ne sont que 8% à citer des expériences négatives avec l'offre comme raison de leur départ (figure 3). Au niveau des anciennes participantes, le niveau trop faible des cours (20%) et la transition vers d'autres offres (15%) ont également été cités (figure 4).

FIGURE 3

Les trois raisons principales pour arrêter d'animer les cours

Plusieurs réponses possibles ; anciennes responsables de groupe, n=89

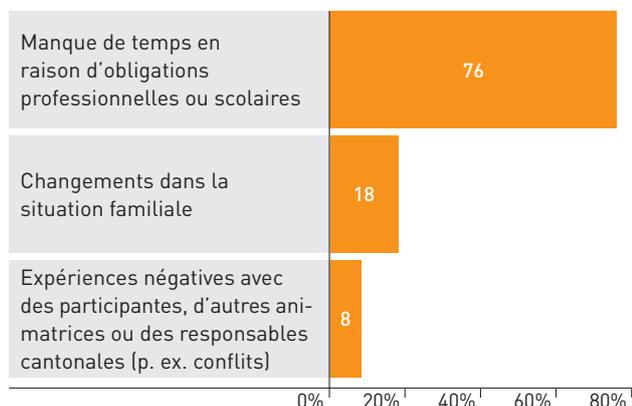
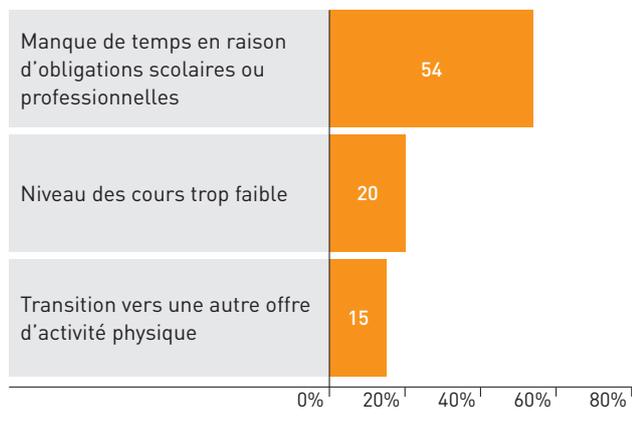


FIGURE 4

Les trois raisons principales pour arrêter de participer aux cours

Plusieurs réponses possibles ; anciennes participantes, n=84



L'un des principaux défis de roundabout réside donc dans le fait que les animatrices de groupe se trouvent souvent dans une phase dynamique de leur vie, où les obligations professionnelles, scolaires et familiales sont prioritaires. Outre les raisons personnelles comme le manque de temps, des facteurs spécifiques à l'offre jouent également un rôle, comme un niveau de performance jugé trop faible par les participantes ou des expériences négatives vécues tant par les animatrices de groupe que par les participantes.

Pour assumer leur rôle exigeant avec compétence et motivation, les animatrices de groupe souhaitent :

- des formations spécifiques (p. ex. ENSA) et des offres de soutien à bas seuil (p. ex. modèles, canevas de discussion, formats d'échange en ligne), notamment pour la partie récréative de l'offre ;
- un soutien pour traiter les sujets difficiles, par exemple par la mise en place d'animations en binôme ou un accompagnement plus soutenu par des responsables cantonales et des interlocuteur-trice-s clairement défini-e-s ;
- un allègement des tâches administratives, par exemple par des plateformes de communication centralisées, des conditions-cadres plus souples et un soutien ciblé aux nouvelles animatrices ;
- une valorisation sous forme de possibilités de formation continue, d'échanges professionnels et d'une rémunération financière équitable.

Ces possibilités de soutien au niveau structurel et de contenu sont citées par les animatrices de groupe comme des conditions essentielles pour rester efficaces dans leur rôle – et motivées à long terme.

3 Recommandations

L'effet bénéfique de roundabout sur les animatrices et les participantes ressort très clairement des résultats de l'évaluation. Parallèlement, des potentiels

d'amélioration ont également été identifiés, qui peuvent être adressés par des mesures ciblées. Sur la base des résultats de l'évaluation, les recommandations mentionnées dans le [tableau 1](#) ont été formulées.

TABLEAU 1

Recommandations pour le développement de roundabout

Domaine	Recommandations
Promotion de la santé psychique et de l'égalité des chances	<ul style="list-style-type: none"> • Définir les relations de cause à effet dans le modèle d'impact • Affiner les objectifs de l'offre, pour les rendre vérifiables et transparents
Développement du soutien aux AG	<ul style="list-style-type: none"> • Accroître le soutien aux AG p. ex. en proposant des animations en binôme ou en déléguant une partie des tâches aux responsables cantonales • Élargir et actualiser en continu le matériel didactique pour la partie récréative • Encourager l'échange entre les AG (p. ex. par le biais d'espaces d'échange flexibles et à bas seuil)
Clarification du rôle des AG	<ul style="list-style-type: none"> • Clarifier les tâches prioritaires des AG • Déléguer certaines tâches à d'autres acteur-trice-s comme des AG spécialement formées ou des spécialistes externes • Mettre en place un système de coaching dans lequel les AG expérimentées ou les responsables cantonales jouent un rôle de soutien
Renforcer l'orientation au groupe cible et la fidélisation	<ul style="list-style-type: none"> • Accroître la collaboration avec les organisations partenaires et les écoles • Revoir la question de la compensation financière • Adapter le contenu des cours à l'évolution de la société et aux besoins des AG
Monitoring	<ul style="list-style-type: none"> • Automatiser les processus de monitoring afin que les indicateurs clés tels que le nombre de participantes et d'AG et le taux de fluctuation au sein du programme soient disponibles en permanence

AG : animatrices de groupe

4 Design de l'évaluation et procédure

Différentes approches méthodologiques ont été combinées pour répondre aux questions de l'évaluation (tableau 2). L'évaluation comprenait une enquête en ligne auprès de 243 participantes actuelles et 84 anciennes participantes ainsi que 122 animatrices de groupe actuelles et 89 anciennes animatrices de groupe. De plus, des groupes de discussion ont été organisés avec les animatrices de groupe ainsi qu'un atelier de synthèse avec des représentantes des responsables de l'offre, des animatrices de groupe et des participantes. Enfin, une analyse de site a été

réalisée, pour laquelle les codes postaux des sites roundabout ont été combinés avec des données statistiques sur les caractéristiques de la population et de l'environnement. Cette approche multiperspective permet une évaluation valide de l'accessibilité, de l'impact et de la mise en œuvre de l'offre. Néanmoins, les résultats doivent être interprétés avec prudence. En effet, la participation à l'enquête des utilisatrices et des animatrices de groupe n'était pas aléatoire, mais basée sur le volontariat, ce qui peut générer un biais d'auto-sélection favorisant la participation de personnes ayant des opinions fortes, aussi bien positives que négatives.

TABLEAU 2

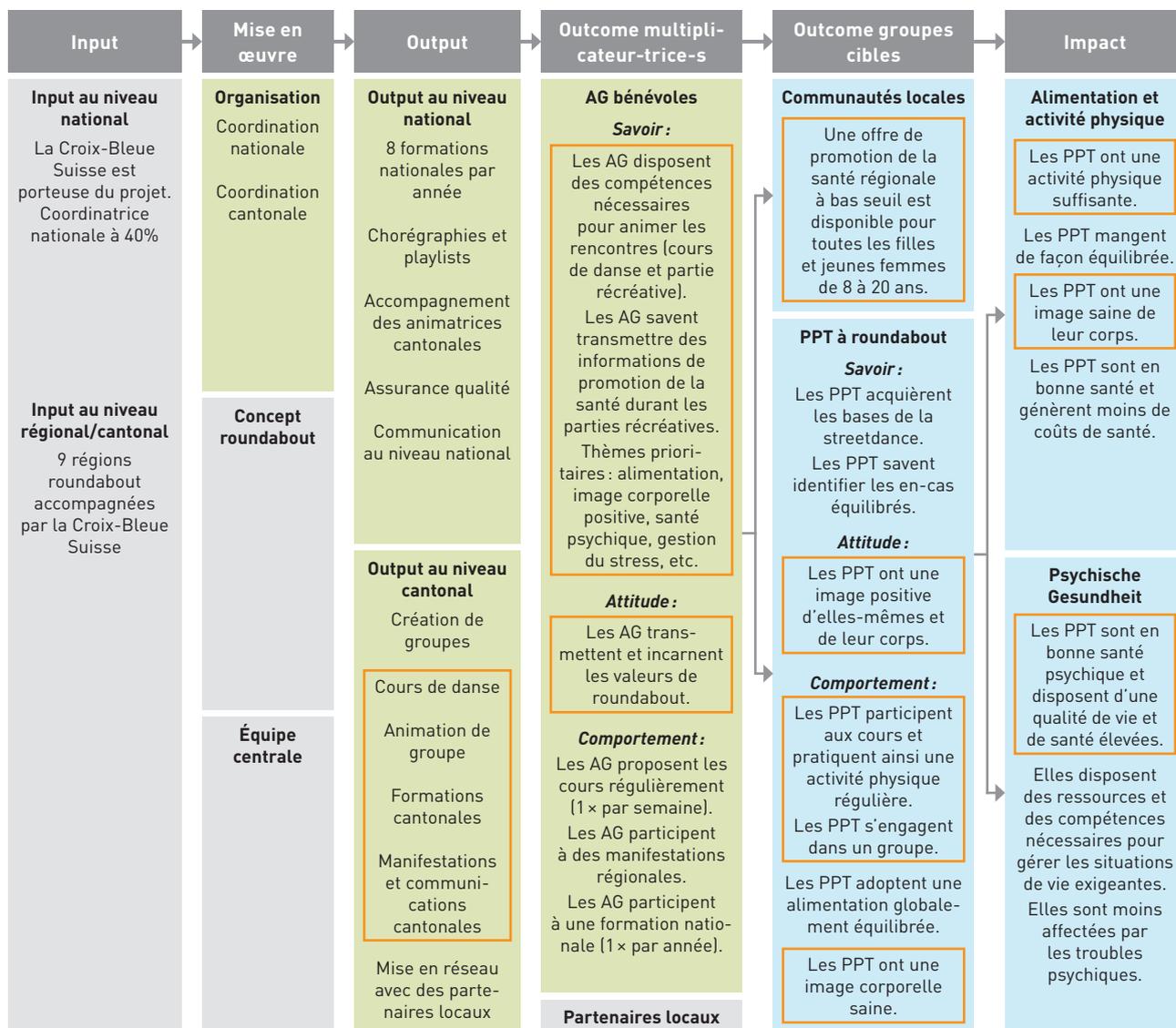
Aperçu des différentes méthodes de collecte des données pour l'évaluation de roundabout

Méthode de collecte	Contenu	Période	Nombre de cas
Groupes de discussion avec les AG	Expériences, défis et propositions d'amélioration	Février 2024	2 discussions de groupe avec un total de 9 AG
Enquête en ligne auprès des AG	Mise en œuvre, formation et motivation	Mai-juin 2024	122 AG
Enquête en ligne auprès des anciennes AG	Raisons d'arrêter, motivation, expérience avec roundabout et propositions d'amélioration	Août-septembre 2024	89 AG
Enquête en ligne auprès des PPT	Bien-être psychique, sentiment d'appartenance, comportement en matière d'activité physique	Mai-juin 2024	243 PPT
Enquête en ligne auprès des anciennes PPT	Raisons d'arrêter, expérience avec roundabout	Août-septembre 2024	84 PPT
Atelier de synthèse	Discussion des résultats et développement de recommandations avec des PPT, des AG et des responsables de l'offre	Novembre 2024	14 PPT
Analyse de site	Analyse des sites de mise en œuvre en relation avec les statistiques sur les caractéristiques de la population et de l'environnement issues de la base de données de Stamm & Fischer (2023)	État 2023	97 sites

AG : animatrices de groupe
PPT : participantes

FIGURE 5

Modèle d'impact de roundabout (illustration simplifiée, élaborée par les auteur-trice-s)



Remarque : les plages encadrées en vert concernent l'évaluation du processus et les plages encadrées en bleu concernent l'évaluation sommative. Les zones orange concernent les résultats de l'évaluation. Pas de catégorisation possible pour les plages restantes.

AG : animatrices de groupe
PPT : participantes

5 Bibliographie

Croix-Bleue Suisse (2022). *Konzept Version 2022. roundabout – ein Tanzangebot zur Gesundheitsförderung und Prävention für Mädchen und junge Frauen.*

Sepahniya, S., & Zumbrunn, A. (2025). *Evaluation roundabout mit Fokus psychische Gesundheit.* Évaluation sur mandat de la Croix-Bleue Suisse et de Promotion Santé Suisse. Haute école de travail social FHNW.

Stamm, H., & Fischer, A. (2023). *Schlussbericht zum Projekt «Soziales Profil von Projektstandorten».* Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG.

Zumbrunn, A., Rösch, C., & Schmid, H. (2013). Auserschulische Gesundheitsförderung bei jungen Frauen. Evaluation der Wirksamkeit des Streetdance-Angebotes «roundabout». *Prävention und Gesundheitsförderung*, 8(4), 261-266.

Impressum

Édité par

Promotion Santé Suisse

Pilotage de projet évaluation Promotion Santé Suisse

Dr Ran Grünenfelder, Responsable de projets
Gestion des impacts, Grünenfelder Zumbach GmbH

Responsable du projet Promotion Santé Suisse

Anja Nowacki, Responsable de projets
Santé psychique enfants et adolescents

Autrices

- Samin Sepahniya, Haute école de travail social FHNW
- Prof. Dr phil. Andrea Zumbrunn, Haute école de travail social FHNW

Rapport d'évaluation

Sepahniya, S., & Zumbrunn, A. (2025). [*Evaluation roundabout mit Fokus psychische Gesundheit.*](#) Évaluation sur mandat de la Croix-Bleue Suisse et de Promotion Santé Suisse. Haute école de travail social FHNW.

Crédit photo de couverture

iStock

Série et numéro

Promotion Santé Suisse, feuille d'information 117

© Promotion Santé Suisse, juin 2025

Renseignements et informations

Promotion Santé Suisse
Wankdorfallée 5, CH-3014 Berne
Tél. +41 31 350 04 04
office.bern@promotionsante.ch
www.promotionsante.ch/publications