

Baromètre Sport Santé FFEPGV / Ipsos – 10^{ème} édition

Les bonnes résolutions 2021 impactées par la crise : la pratique de l'activité physique arrive largement en tête pour 37% des Français

Montreuil, le 28 décembre – Pour la 10^{ème} année consécutive, la Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV) publie en collaboration avec l'institut IPSOS son Baromètre Sport-Santé. Cette nouvelle vague d'enquête vient montrer à quel point la crise sanitaire a eu des conséquences sur les résolutions des Français pour 2021. Jamais ils n'ont tant prévu de pratiquer pour l'année prochaine une activité physique ou sportive régulière, c'est un record !

Avec la crise sanitaire, jamais autant de Français n'ont pris la résolution de pratiquer une activité physique ou sportive !

Avec un contexte exceptionnel, les bonnes résolutions s'en trouvent en partie bousculées et les Français expriment le souhait de se concentrer sur certaines priorités. Sur le podium des bonnes résolutions 2021 :

- ⇒ En 1^{er} : **Pratiquer une activité physique régulière : 37% (+2pts vs 2019), c'est un record. C'est plus particulièrement vrai chez les moins de 35 ans (41%)**
- ⇒ En 2nd : passer plus de temps en famille : 29% (+8% vs 2019, une progression très forte) surtout chez les personnes de 60 ans et plus (37%). Le confinement et le couvre-feu les sépare et suscite l'envie forte de se retrouver.
- ⇒ En 3^{ème} : avoir une alimentation plus équilibrée pour 22% des Français (-1 pt).

Les femmes fortement impactées par le manque d'activité physique

Si elle tient la tête des bonnes résolutions encore plus fortement cette année, c'est que la pratique d'une activité physique a parfois été compliquée pour certains. **67% des Français considèrent que la crise sanitaire a rendu plus difficile la possibilité de pouvoir avoir activité physique ou sportive.**

Alors que les professionnels de santé et l'ensemble de l'écosystème sportif a tiré la sonnette d'alarme sur les conséquences d'un manque d'activité physique, les Français à leur tour confirment : **75% ont ressenti au moins un impact négatif sur leur bien-être physique, psychologique ou leur état de forme général parce qu'il leur était plus difficile d'avoir une activité physique.**

Ce sont les femmes qui sont les plus pénalisées à tous les niveaux

- ⇒ Sur leur bien-être physique : 62% d'entre elles ont ressenti un impact vs 55% des hommes
- ⇒ Sur le bien-être psychologique : 59% d'entre elles impactées (59%) vs 42% des hommes (42%)
- ⇒ Sur les relations sociales : 44% d'entre elles le ressentent (les seniors impactés à 52% car logiquement plus isolés).
- ⇒ Sur l'état de forme en général : les femmes sont à nouveau plus impactées (57%) (contre 47% chez les hommes)

Les Français attachés au sport "quoi qu'il en coûte"

L'impact de la crise sanitaire, les confinements successifs et les règles de distanciation sociale auront tout de même eu un impact positif : **la proportion de Français faisant du sport a considérablement augmenté mais sur des durées beaucoup plus courtes.**

- ⇒ **81%** des Français pratiquent une activité sportive (+17 points par rapport à décembre 2019)
- ⇒ Une pratique sur une **durée moyenne de 2,9h par semaine** (vs 3,7h en décembre 2019)

Enfin dans l'optique d'une reprise possible des activités sportives en janvier 2021, comme annoncé par le Gouvernement, **75 % des Français ont l'intention de reprendre le sport.** Un chiffre qui monte même à 84% pour ceux ayant trouvé difficile de faire du sport pendant la crise.

« La crise sanitaire a mis à l'arrêt de nombreuses pratiques sportives et plus durement pénalisé les fédérations non compétitives comme la FFEPGV. Pour autant, les chiffres de notre Baromètre Sport Santé confortent nos convictions : les Français placent la pratique sportive comme une priorité essentielle dans leur vie et son rôle de lien social se retrouve particulièrement dans nos clubs EPGV. Ces chiffres reflètent que la crise a complètement modifié la place du sport et que nous devons en tenir compte dans, ce que certains appelleront, « le monde d'après ». La pratique sportive de demain doit se renouveler et évoluer pour répondre à ce qu'expriment les Français à travers notre baromètre Sport Santé. » explique Patricia Morel, Présidente de la FFEPGV.

*Enquête réalisée par l'institut IPSOS pour la FFEPGV auprès de 2 004 personnes de 16 ans et plus, du 10 au 15 Décembre 2020.

A propos de la FFEPGV

Issue d'un mouvement sportif créé en 1888 pour améliorer la santé publique par la démocratisation de la pratique sportive, la FFEPGV voit le jour en 1971, avec la réunion de plusieurs structures fédérales sportives. La Fédération a pour vocation d'organiser des activités physiques et sportives, orientées vers les loisirs et le bien-être. Elle est reconnue d'utilité publique depuis 1976, et compte près d'un demi-million de licenciés et pratiquants à travers 5 600 clubs. Les cours sont délivrés dans chaque club par des animateurs sportifs formés et diplômés par la Fédération.

Pour information www.sport-sante.fr

Contacts presse :

SHADOW Communication – Rachel ALINE DIOT / Aurélie VINZENT / Karima DOUKKALI

Tel : 07 77 92 35 65 / 06 58 66 80 49 / 07 77 36 64 10

rachelalinediot@shadowcommunication.fr / aurelievinzent@shadowcommunication.fr