

# Sport Suisse 2020

Activité et consommation sportives de la population suisse





# Sport Suisse 2020

Activité et consommation sportives de la population suisse

Markus Lamprecht, Rahel Bürgi, Hanspeter Stamm

2020

Observatoire Suisse du Sport  
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG  
Forchstrasse 212  
CH-8032 Zurich  
Tél.: +41 44 260 67 60  
Courriel: info@sportobs.ch

Office fédéral du sport OFSPO  
Bpa – Bureau de prévention des accidents  
Suva  
Swiss Olympic  
Office fédéral de la statistique OFS

Pour citer ce document: Lamprecht, Markus, Bürgi, Rahel et Stamm, Hanspeter (2020):  
*Sport Suisse 2020. Activité et consommation sportives de la population suisse.*  
Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.



# Table des matières

---

6	<b>L'essentiel en bref</b>
<hr/>	
8	<b>1. Introduction</b>
<hr/>	
9	<b>2. Evolution de l'activité sportive</b>
<hr/>	
12	<b>3. Comportement en matière d'activité sportive et physique</b>
<hr/>	
15	<b>4. Différences selon l'âge et le sexe</b>
<hr/>	
19	<b>5. Motivations et conception du sport</b>
<hr/>	
23	<b>6. Sports et désirs</b>
<hr/>	
27	<b>7. Différences régionales</b>
<hr/>	
31	<b>8. Différences sociales</b>
<hr/>	
35	<b>9. Non-sportifs</b>
<hr/>	
39	<b>10. Lieux, horaires et cadre de la pratique sportive</b>
<hr/>	
42	<b>11. Sport en club</b>
<hr/>	
45	<b>12. Sport dans les centres de fitness</b>
<hr/>	
47	<b>13. Sport et vacances</b>
<hr/>	
49	<b>14. Dépenses liées au sport</b>
<hr/>	
51	<b>15. Blessures et accidents liés au sport</b>
<hr/>	
53	<b>16. Intérêt porté aux sports médiatiques</b>
<hr/>	
56	<b>17. Encouragement du sport, intérêt pour le sport, politique du sport</b>
<hr/>	
59	<b>18. Méthodologie et échantillon</b>
<hr/>	
62	<b>19. Bibliographie</b>

# L'essentiel en bref

Ce rapport présente les conclusions de l'enquête sur l'activité et la consommation sportives de la population résidente suisse âgée de 15 ans ou plus. En voici le récapitulatif, chapitre par chapitre:

- L'augmentation continue de l'activité sportive parmi la population suisse s'est de nouveau renforcée au cours des six dernières années. Aujourd'hui, une bonne moitié des personnes interrogées font partie des sportifs très actifs. Et, pour la première fois, le nombre des non-sportifs a clairement reculé, passant de 26 % à 16 %. La population suisse est extrêmement sportive, également en comparaison européenne.
- Au cours des six dernières années, la population suisse est devenue non seulement plus sportive, mais aussi plus active physiquement. Environ 80 % des adultes domiciliés en Suisse satisfont aux toutes dernières recommandations en matière d'activité physique, une exigence nettement plus facile à respecter pour les sportifs très actifs.
- La hausse de l'activité sportive au cours des six dernières années est portée surtout par les femmes et les personnes dans la seconde moitié de la vie. Aujourd'hui, les femmes font pratiquement autant de sport que les hommes et les disparités liées à l'âge se sont également nivelées. L'engouement des femmes pour le sport est particulièrement marqué chez les 45 ans et plus. Mais les variations de la pratique sportive au cours de la vie restent la règle. Les femmes, en l'occurrence, font plus ou moins de sport selon la période de vie qu'elles traversent.
- La santé et la forme physique, le plaisir de bouger, le contact avec la nature, la détente et la réduction du stress sont les principales raisons qui poussent la population à faire du sport en Suisse. Souvent, la pratique sportive n'obéit pas qu'à une seule motivation, mais répond simultanément à plusieurs besoins. Comparativement, elle a rarement pour catalyseur le goût de la performance et de la compétition, en particulier chez les femmes et les personnes avançant en âge. Pas étonnant dès lors que seul un petit cinquième des sportifs prenne activement part à des compétitions et des manifestations sportives. Les personnes pour lesquelles la compétition et la performance jouent un rôle important se caractérisent par une pratique sportive intensive, souvent maintenue tout au long de la vie.
- Le «combiné helvétique», qui associe randonnée pédestre, cyclisme, natation, ski et jogging – cinq sports pouvant être pratiqués tout au long de la vie – occupe la tête du classement des sports préférés en Suisse. La randonnée pédestre, en particulier, a fait un nouveau bond en avant et compte parmi les activités les plus pratiquées, tous sexes et groupes d'âge confondus. La musculation, le yoga et la danse ont eux aussi clairement gagné en popularité au cours des six dernières années. Et la population est devenue encore plus polysportive, un sportif pratiquant en moyenne 4,5 sports différents.
- On fait quasiment autant de sport à la campagne qu'en ville et dans les communes d'agglomération. Mais, si l'on considère les motivations, les sports choisis et l'offre sportive, on constate de nettes différences entre les zones urbaines et les zones rurales. Les disparités entre les régions linguistiques ont évolué. Certes, on recense toujours moins de non-sportifs et un peu plus de sportifs très actifs en Suisse alémanique qu'en Suisse romande et en Suisse italophone, mais ces différences se sont nettement atténuées au cours des six dernières années et la Suisse latine a sérieusement rattrapé son retard.
- La formation et le revenu influencent la pratique sportive. La part de sportifs très actifs augmente au fur et à mesure que les niveaux de formation et de revenu s'élèvent alors que, dans le même temps, celle des non-sportifs diminue. Les habitudes sportives sont également influencées par la nationalité et l'origine. Les Suisses font plus de sport que les étrangers vivant en Suisse. Chez ces derniers toutefois, les comportements varient beaucoup selon la région d'origine et le lieu de naissance. En termes de pratique sportive, on n'observe quasiment plus aucune différence entre les personnes issues de la migration qui sont nées en Suisse et la population indigène.
- Seules 16 % des personnes domiciliées en Suisse se disent non sportives. Un peu plus de la moitié d'entre elles déclarent néanmoins faire du sport occasionnellement et près de deux tiers satisfont aux recommandations minimales en matière d'activité physique. Lorsqu'on les interroge sur les raisons de leur «abstinence» sportive, elles invoquent soit le manque de temps ou d'envie soit des problèmes de santé. 70 % des non-sportifs ont fait du sport par le passé et un tiers d'entre eux serait disposé à en refaire.

- La population résidante suisse dispose d'un vaste parc d'infrastructures haut de gamme, qui est intensivement utilisé. Les possibilités de pratique en plein air et en pleine nature sont les préférées de Monsieur et Madame Tout-le-Monde. De nombreuses installations sportives sont mises à la disposition des habitants directement dans leur commune de domicile. La plupart des gens continuent à faire du sport en soirée mais on constate, chez de plus en plus de sportifs, une tendance à la flexibilisation des horaires de pratique. Ce besoin de souplesse transparaît aussi dans la nette augmentation de la part de pratiquants libres, qui font du sport sans être membres d'un club ou d'un centre de fitness.
- 22 % de la population sont affiliés à un club de sport. Il s'agit surtout d'hommes et de jeunes de moins de 25 ans. A la campagne, la population est nettement plus tournée vers le sport associatif qu'en ville. Les personnes affiliées à un club se caractérisent par une activité sportive supérieure à la moyenne et participent souvent à des compétitions. Un membre actif sur deux, soit environ un cinquième de la population, s'engage bénévolement en faveur du sport et près du tiers des membres actifs exerce une fonction bénévole.
- Environ un cinquième de la population est membre d'un centre de fitness. Contrairement aux clubs de sport, les centres de fitness ont vu leurs effectifs augmenter au cours des six dernières années. Ils accueillent surtout des jeunes et des personnes ayant un revenu élevé et sont nettement plus populaires en ville qu'à la campagne. L'absence d'obligations et la liberté, les heures d'ouverture et la proximité ainsi que la grande flexibilité sont considérées comme les grands atouts des centres de fitness.
- Les vacances sportives ont la cote en Suisse. Un quart de la population a passé des vacances de ce type en Suisse au cours de l'année écoulée et près d'un cinquième est allé à l'étranger dans cette intention. En tout, presque un tiers de la population a passé des vacances sous le signe du sport. Le ski et la randonnée pédestre sont les sports les plus pratiqués pendant les vacances.
- En moyenne, la population suisse consacre chaque année environ 2000 francs au sport. Les vêtements et les équipements sportifs ainsi que les vacances sportives et les voyages constituent, avec 580 francs chacun, les postes de dépenses les plus importants. Les personnes plus aisées et plus sportives dépensent davantage pour le sport. Les hommes, les Alémaniques, les 35-54 ans ainsi que les Suisses ont un budget dédié supérieur à la moyenne.
- 9 % de la population se sont blessés au cours de l'année écoulée en faisant du sport. Un tiers des blessures liées au sport résulte d'accidents assez graves entraînant une incapacité de travail de plus de trois jours. Les femmes se blessent un peu moins souvent que les hommes, mais leurs blessures ont tendance à être un peu plus graves. Ce sont dans les sports d'équipe comme le handball, le hockey sur glace, le football et le basketball que le risque de blessures est le plus élevé.
- En ce qui concerne l'intérêt pour l'actualité sportive, on constate une certaine saturation. 28 % de la population suisse déclarent la suivre avec grand intérêt et 47 % avec un intérêt modéré. Les valeurs sont ainsi retombées au niveau qu'elles affichaient au tournant du millénaire. Chez les non-sportifs, les femmes et les 15-34 ans, l'intérêt est moindre. Le mode de consommation des médias varie selon l'âge.
- La majorité de la population est satisfaite de la façon dont le sport est encouragé en Suisse. Plus d'un tiers des gens estime que les mesures d'encouragement pourraient être renforcées en faveur des jeunes et des enfants, des personnes avec handicap, des groupes défavorisés et de la relève. Seul le sport d'élite à vocation commerciale donne lieu à quelques critiques. La population est consciente des effets positifs du sport sur la santé et sur la société et de l'importance des manifestations sportives pour le sport suisse.

# 1. Introduction

Une vie sans sport? C'est possible, mais cela n'a aucun sens. Cette affirmation, citation détournée du célèbre humoriste allemand Loriot, semble avoir une résonance auprès d'une grande partie de la population suisse. Aujourd'hui, en effet, on fait du sport comme jamais en Suisse. L'importance du sport pour la population s'est faite particulièrement saillante au printemps 2020, alors que nous rédigeons ce rapport et que la propagation du coronavirus paralysait de plus en plus la vie publique. Mais les données présentées ici ont été collectées avant l'apparition du virus et décrivent la situation avant la crise pandémique.

Lorsque nous avons réalisé la première enquête «Sport Suisse» en 2000, nous avons vu comment le sport et les comportements sportifs changeaient. Le sport gagnait alors en diversité, il devenait aussi plus hétérogène, moins uniforme. De plus en plus de gens avaient accès à sa pratique et à une offre adaptée. De programme, le «sport pour tous» était en train de devenir réalité.

Mais ce que nous ne pouvions pas savoir il y a 20 ans, c'est que nous assistions aux balbutiements d'une évolution qui allait s'inscrire dans la durée. Les rapports «Sport Suisse» qui ont suivi en 2008 et 2014 ont documenté comment l'activité sportive continuait à augmenter, comment le sport pénétrait de nouveaux groupes de population et comment la conception du sport s'élargissait. L'interaction entre expansion et différenciation perdure toujours. Au cours des six dernières années, c'est surtout chez les personnes âgées et chez les femmes que la pratique sportive a poursuivi son essor – un boom qui profite non pas aux sports classiques comme le football, l'athlétisme ou le tennis, mais à la randonnée pédestre, au yoga et à la musculation. C'est donc dans le sport santé, le sport de loisirs et le sport de bien-être – et non pas dans le sport de performance et de compétition traditionnel – que les pratiques gagnent du terrain.

Tous les six ans, l'enquête «Sport Suisse» rend compte dans le détail des derniers développements intervenus dans le sport et analyse le comportement, les motivations, la consommation et les besoins de la population suisse dans ce secteur. Elle est devenue un instrument d'observation incontournable pour les artisans de la politique et de la planification du sport suisse. Elle est coordonnée et financée par l'Office fédéral du sport OFSPO, conjointement avec Swiss Olympic, le Bureau de prévention des accidents (bpa) et la Caisse nationale suisse d'assurance en cas d'accidents (Suva), et soutenue par l'Office fédéral de la statistique OFS. SuisseMobile, SuisseRando et Antidoping Suisse participent également au projet

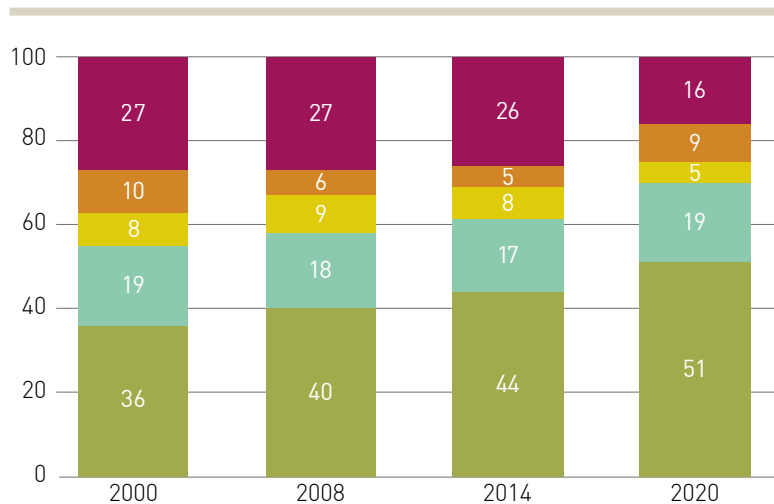
en qualité de partenaires. Les cantons de Berne, de Bâle-Campagne, des Grisons, de St-Gall, de Zoug et de Zurich ainsi que les villes de Zurich, de Winterthour, de St-Gall et de Rapperswil-Jona se sont également impliqués dans cette édition de l'enquête via des enquêtes régionales complémentaires et des études approfondies. Depuis 2000, l'enquête est réalisée par l'Observatoire Suisse du Sport (c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung). La collecte des données proprement dite est assurée par l'institut lucernois Link.

Une enquête de cette ampleur ne serait pas réalisable sans l'engagement et le soutien de nombreuses personnes. Nous profitons de l'occasion pour remercier en particulier tous les responsables de l'OFSP0 qui se sont engagés en faveur du projet et qui lui ont apporté leur soutien. Nous adressons également nos remerciements aux membres du groupe de suivi de l'Observatoire du sport et aux responsables des offices des sports qui ont accompagné et soutenu le projet dans ses différentes phases. Nous saluons aussi le professionnalisme et l'engagement des cheffes de projet et des nombreux intervieweurs de l'institut lucernois Link, qui a assuré le sondage proprement dit – de la conception et du testage du questionnaire à la réalisation des interviews par téléphone et en ligne. Enfin, nous remercions chaleureusement les 12 120 personnes qui ont accepté de prendre une quarantaine de minutes de leur temps pour répondre aux questions. Leurs expériences, leurs impressions et leurs avis constituent la clé de voûte du projet.



## 2. Evolution de l'activité sportive

**G 2.1:** Activité sportive en fonction de la fréquence et de la durée en 2000, en 2008, en 2014 et en 2020 (en % de la population résidante suisse âgée de 15 ans ou plus)



- Jamais
- Occasionnellement/rarement
- Au moins une fois par semaine, mais moins de deux heures au total
- Au moins une fois par semaine, deux heures ou plus au total
- Plusieurs fois par semaine, trois heures ou plus au total

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 2000: 2058, 2008: 10 242, 2014: 10 622, 2020: 12 086. Par la suite, nous appellerons «sportifs très actifs» toutes les personnes qui font du sport plusieurs fois par semaine, à raison de trois heures ou plus. Les «sportifs actifs» qui ne font du sport qu'irrégulièrement ou que rarement seront désignés comme des «sportifs occasionnels». Enfin, les «non-sportifs» englobent les personnes qui affirment n'avoir aucune activité sportive.

### Le boom du sport se poursuit

Depuis la première enquête «Sport Suisse» réalisée il y a 20 ans, on observe une augmentation continue de l'activité sportive. Cette progression s'est non seulement poursuivie ces dernières années, elle s'est aussi renforcée. Entre 2014 et 2020, la part de la population qui fait du sport plusieurs fois par semaine et qui comptabilise au minimum trois heures d'activité hebdomadaires est passée de 44 % à 51 % (cf. graphique 2.1). Celle des personnes qui se qualifient de non-sportives a, quant à elle, chuté de 26 % à 16 % [1-3].

Cette nouvelle progression de l'activité sportive est encore plus remarquable si l'on considère l'évolution au cours des 40 dernières années. Comme on peut le voir dans le graphique 2.2, la part des personnes qui font du sport plusieurs fois par semaine a continuellement augmenté depuis le milieu des années 1990. Après avoir connu un léger ralentissement entre 2008 et 2014, elle est repartie à la hausse entre 2014 et 2020. Mais ce qui frappe le plus dans cette évolution, c'est que pour la première fois le nombre de non-sportifs a diminué de manière significative.

### Le nombre de non-sportifs diminue pour la première fois

Le recul marquant de l'inactivité a plusieurs causes que nous allons approfondir dans les chapitres suivants. Au chapitre 3, nous verrons qu'il est lié aussi à un nouvel élargissement de la définition du sport et, au 4, que ce sont surtout les seniors et les femmes qui sont devenus plus sportifs. Et au chapitre 6, nous examinerons les sports et les familles de sports qui ont particulièrement le vent en poupe.

Mais, rien qu'en regardant les graphiques 2.1 et 2.2, on voit déjà que le recul de l'inactivité va de pair avec une augmentation des sportifs occasionnels: tandis que l'effectif des non-sportifs diminue, celui des sportifs occasionnels augmente. De 1994 à 2014, le nombre de personnes qui ne font que rarement ou occasionnellement du sport avait fortement régressé. Les sportifs occasionnels semblaient en voie de disparition. Or, ces dernières années, leur nombre a à nouveau doublé. On dirait que ceux qui se taxaient de non-sportifs se considèrent aujourd'hui plutôt comme des sportifs occasionnels. Nous verrons dans la suite de ce rapport si tel est vraiment le cas.

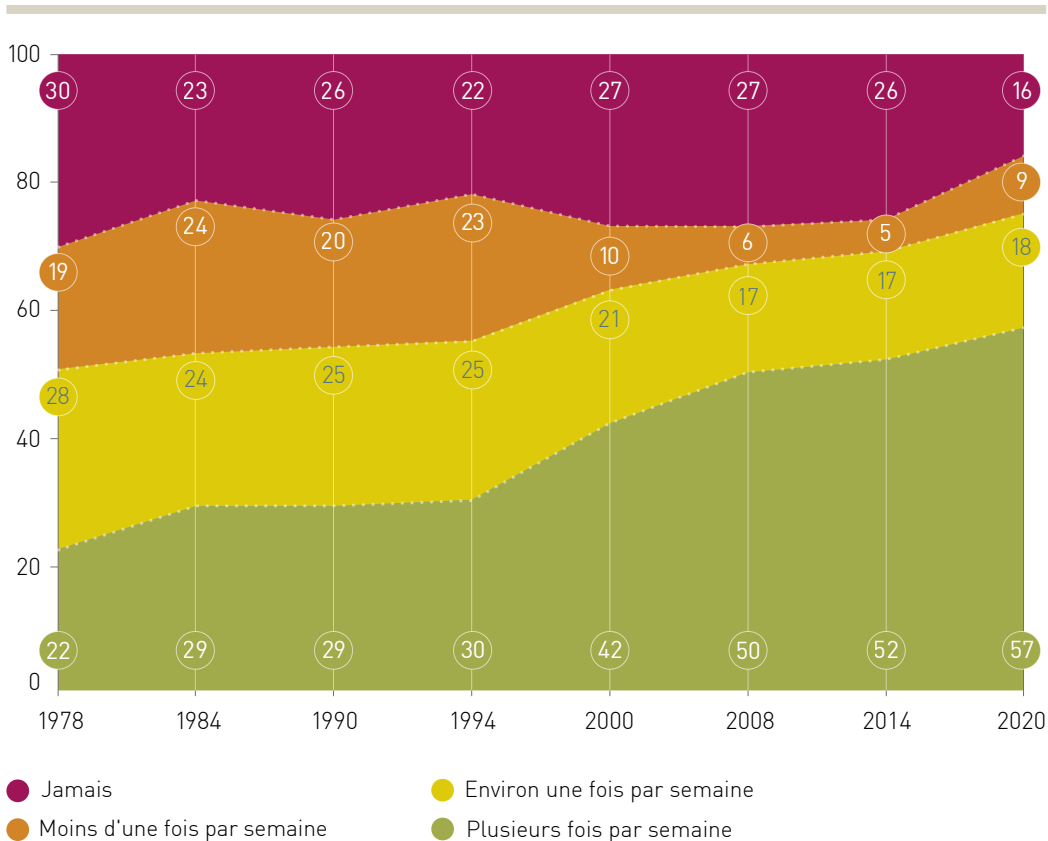
### La Suisse compte parmi les pays les plus sportifs

La Suisse fait partie, avec la Suède, le Danemark et la Finlande, des pays les plus sportifs du continent européen (cf. graphique 2.3). En 2014, elle brillait déjà par sa proportion élevée d'actifs et, aujourd'hui, sa part de non-sportifs la place dans le trio de tête. Sur ces trois pays scandinaves, seules la Finlande et la Suède ont une part de non-sportifs plus faible que la Suisse. En ce qui concerne la part des personnes qui font du sport au moins une fois par semaine, la Suisse a rattrapé la Suède et s'est même hissée au sommet du classement.

Bien que la Suisse n'ait pas participé à l'Eurobaromètre sur le sport et l'activité physique [4] et que l'échantillonnage et la formulation des questions ne soient pas congruents, les données de «Sport Suisse» peuvent fort bien être comparées avec les résultats de cette enquête européenne. Mais, de manière générale, ce genre de classements internationaux doivent être interprétés avec prudence car, outre le fait qu'il subsiste toujours de petites différences méthodologiques, la définition du sport peut considérablement varier d'un espace linguistique à l'autre. Abstraction faite des subtilités méthodologiques, les différences entre la Suisse et ses voisins restent marquées. En effet, par rapport à l'Allemagne, la France, l'Autriche et l'Italie, la Suisse n'affiche pas seulement une part nettement plus élevée de sportifs actifs, mais également une part clairement plus faible de non-sportifs.

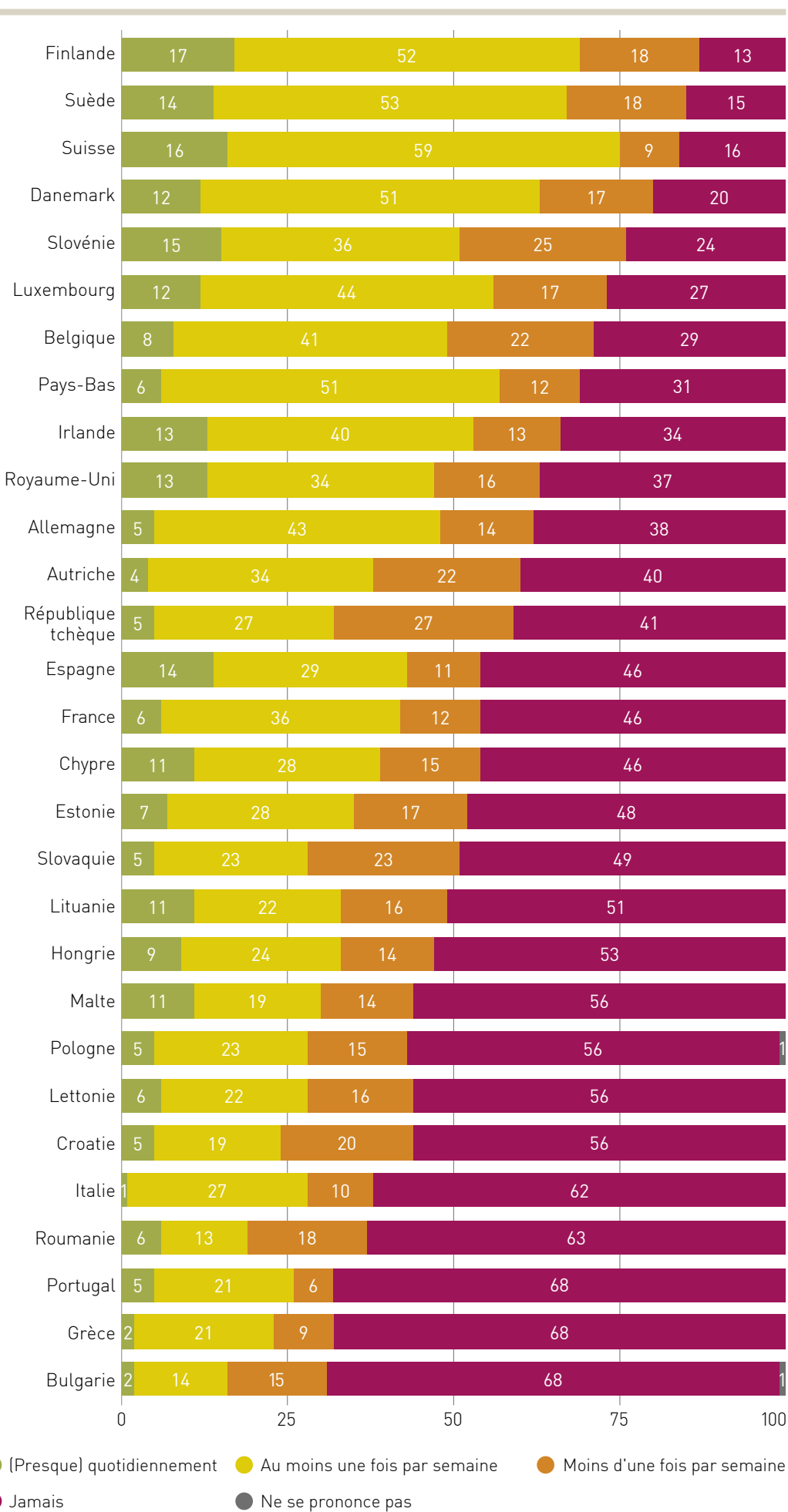
### Un fossé Nord-Sud

Cette comparaison européenne révèle en outre un fossé Nord-Sud saisissant. Dans les pays d'Europe du Nord et de l'Ouest, la population est en général nettement plus sportive que dans les pays d'Europe du Sud et de l'Est. Cette fracture, déjà observée en 2014, apparaît aussi quand on considère la région d'origine des étrangers qui vivent en Suisse: les migrants originaires d'Europe du Sud et de l'Est font moins de sport que ceux issus d'Europe du Nord et d'Europe centrale (cf. chapitre 8). Comme la Suisse, la Finlande a à nouveau enregistré une légère progression au cours des six dernières années et vu l'activité sportive de sa population quelque peu augmenter. Mais c'est à Chypre, à Malte et en Bulgarie, trois pays qui se trouvent dans la moitié inférieure du classement, que les améliorations sont les plus marquées depuis 2014.



**G 2.2:** Evolution de l'activité sportive en Suisse entre 1978 et 2020 (en%)

Remarques: Les chiffres pré-alables à la création de l'enquête «Sport Suisse» en 2000 s'appuient sur des sondages menés auprès de la population par Swiss Olympic. Dans les éditions antérieures, la différence entre «(quasi) quotidiennement» et «plusieurs fois par semaine» n'existait pas. De plus, alors que les premiers sondages étaient effectués auprès d'un échantillon de 1000 personnes au plus, 2064 personnes ont été interrogées en 2000, 10262 en 2008, 10652 en 2014 et 12120 en 2020.



**G 2.3:** Activité sportive en Europe, comparaison avec les données de l'Eurobaromètre (en %)

Remarques: Source des données relatives aux pays européens: *Special Eurobarometer 472: Sport and physical activity*, Commission européenne [4]. Comme la Suisse n'a pas participé à cette enquête européenne, nous avons ajouté les données issues de l'enquête «Sport Suisse» 2020 pour permettre la comparaison.

● (Presque) quotidiennement    ● Au moins une fois par semaine    ● Moins d'une fois par semaine  
 ● Jamais    ● Ne se prononce pas

# 3. Comportement en matière d'activité sportive et physique

## Qu'est-ce que le sport?

La population suisse est-elle sportive? Voilà 20 ans que l'enquête «Sport Suisse» s'efforce de répondre de manière différenciée à cette question. Elle s'appuie sur une multitude d'indicateurs, de tableaux et de graphiques pour montrer qui fait quoi, comment et où. Mais avant de mesurer le sport, encore faut-il précisément savoir ce que l'on veut mesurer et s'assurer que les mesures effectuées remplissent la fonction qu'on leur a assignée. Bref, la première question à se poser avant de se lancer dans toute étude portant sur les activités sportives n'est autre que: qu'est-ce que le sport?

Or il n'existe pas de réponse à la fois simple et consensuelle à cette question. Ni les politiques ni les scientifiques n'ont réussi à s'entendre sur une définition unique et contraignante. Le sport est une notion plurielle, c'est une évidence [5]. Sa polysémie transparait actuellement dans le débat sur l'e-sport. Bien qu'on puisse invoquer deux caractéristiques l'apparentant au sport, la majeure partie de la population suisse (89%) ne considère pas l'e-sport comme un sport.

Donc, malgré la définition très large du sport et la multiplicité des sports et des familles de sports, les gens ont une idée intuitive de ce que le sport recouvre en tant que pratique culturelle. Tout ne peut pas être étiqueté «sport». Le piano, par exemple, exige une grande virtuosité motrice, des années d'exercice, une concentration extrême ainsi qu'une certaine condition physique et peut, qui plus est, se pratiquer sous une forme compétitive, comme en témoignent les nom-

breux concours de musique. Pourtant, il ne viendrait à l'idée de personne d'assimiler le piano à un sport [6].

## Comment mesure-t-on le sport?

L'enquête «Sport Suisse» s'appuie sur cette perception intuitive du sport et laisse aux personnes interrogées le soin de décider elles-mêmes si elles considèrent leurs activités de loisirs et leurs pratiques physiques comme du sport. L'indicateur utilisé dans le graphique 2.1 repose sur trois questions simples: Faites-vous du sport? A quelle fréquence? Combien d'heures par semaine? Les réponses à ces questions sont reproduites dans le tableau 3.1. La proportion de personnes ayant répondu «non» à la première question et pouvant être qualifiées de «non-sportifs» a clairement diminué par rapport aux années précédentes, passant de 27%, puis 26% à 16%. Celle des personnes qui font du sport presque quotidiennement comme celle des personnes déclarant en faire plus de quatre heures par semaine ont en revanche nettement augmenté.

L'indicateur mentionné ci-dessus est une combinaison entre les paramètres de fréquence et les paramètres de durée (cf. tableau 3.2). Une personne qui fait souvent du sport comptabilise en général plusieurs heures de pratique. Mais cette règle souffre quelques exceptions, comme le montre le tableau 3.2. On trouve ainsi, d'une part, des sportifs qui, malgré une pratique irrégulière, comptabilisent un nombre considérable d'heures d'activité par semaine et, d'autre part, des sportifs qui, bien qu'actifs plusieurs fois par semaine, ne totalisent pas plus de deux heures de pratique heb-

		2000	2008	2014	2020
Fréquence de l'activité sportive	jamais	27	27	26	16
	occasionnellement/rarement	10	6	5	9
	environ une fois par semaine	21	17	17	18
	plusieurs fois par semaine	30	38	42	41
	(quasi) quotidiennement	12	12	10	16
Nombre d'heures par semaine	jamais	27	27	26	16
	moins de deux heures	12	12	10	10
	deux heures	15	15	14	15
	trois à quatre heures	20	22	24	25
	cinq à six heures	12	13	12	16
	sept heures et plus	14	13	14	18
<b>Nombre de personnes interrogées</b>		<b>2058</b>	<b>10242</b>	<b>10616</b>	<b>12082</b>

**T 3.1:** Profil des sportifs en fonction de la fréquence et de la durée de leur activité sportive en 2000, en 2008, en 2014 et en 2020 (en % de la population résidente suisse âgée de 15 ans ou plus)

	Jamais	Moins de 2 heures	2 heures	3 à 4 heures	5 à 6 heures	7 heures et plus	Total
Jamais	16						16
Occasionnellement/rarement		5	2	1	1	0	9
Environ une fois par semaine		4	8	5	0	1	18
Plusieurs fois par semaine		1	4	17	12	7	41
(Quasi) quotidiennement		0	1	2	3	10	16
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>25</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>100</b>

**T 3.2:** Activité sportive: modèle d'activité en fonction de la fréquence et de la durée (en % de la population résidante suisse âgée de 15 ans ou plus)

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 12 082. Les couleurs correspondent aux catégories du graphique 2.1.

domadaires. Les premiers sont plutôt des personnes qui entreprennent deux ou trois fois par mois une longue randonnée à pied ou un long tour à vélo ou qui font du golf ou du ski à cette même fréquence. Les seconds sont des personnes qui font chaque jour une petite séance de yoga, de gymnastique ou de renforcement musculaire ou qui effectuent quotidiennement de courts déplacements à vélo ou à pied. D'où l'importance de tenir compte à la fois de la fréquence et de la durée de l'activité sportive pour définir l'indicateur.

### La définition intuitive du sport est largement répandue

Ce que nous aimerions bien entendu savoir maintenant, c'est quelles sont précisément les activités pratiquées pendant les heures de sport indiquées. Un tour à vélo de plusieurs heures avec des amis ou une courte séance de renforcement musculaire à la maison? Après les avoir interrogés sur leur pratique sportive en général, nous avons donc demandé aux sondés quels sports ils pratiquaient puis, pour chacun des sports cités, à quelle fréquence, pendant quelle durée et dans quel cadre. A partir de ces données, nous avons pu non seulement déterminer le profil sportif exact de la population suisse (cf. chapitre 6), mais tirer aussi des conclusions sur sa conception du sport. Il en ressort que notre hypothèse de définition intuitive du sport n'est pas toute fautive. Certes, il se trouve toujours une personne pour considérer le chant, la trompette ou le piano comme une activité sportive et quelques autres pour assimiler l'e-sport et le gaming à des pratiques sportives. Ont également été citées ponctuellement des activités comme les sports de réflexion, les Pokémon Go, le poker, la livraison de meubles, les sapeurs-pompiers, la garde des enfants, faire des achats, faire la cuisine et faire la vaisselle, mais aussi faire les foins, couper des arbres, tondre le gazon et cultiver de la vigne sur des coteaux escarpés. Il s'agit toutefois de citations isolées qui, pour certaines, n'étaient pas sérieuses, raison pour laquelle nous avons pris la liberté de ne pas les intégrer dans la liste des sports.

En même temps, quand on observe l'évolution du sport, on constate que la notion de sport évolue elle aussi. Les 40 dernières années n'ont pas seulement été marquées par une augmentation de l'activité sportive (cf. graphique 2.2), mais aussi par un élargissement de la définition du sport. De nouveaux groupes de sportifs, de nouvelles motivations, de nouveaux besoins, de nouvelles pratiques ainsi que de nouveaux prestataires sont

venus diversifier et panacher le sport, assouplissant et élargissant du même coup sa définition. Il y a 20 ou 30 ans, nombreux sont ceux qui n'auraient pas considéré la randonnée pédestre ou le yoga comme un sport – et aujourd'hui ce sont ces pratiques qui connaissent la plus forte croissance (cf. chapitre 6). Le boom du sport va donc toujours de pair aussi avec une extension de sa définition. Ce constat vaut aussi et surtout – comme nous le montrerons au chapitre 9 – pour les récentes évolutions observées chez les non-sportifs: les personnes qui font du sport occasionnellement et qui se seraient qualifiées de non sportives en 2014 sont plus enclines aujourd'hui à se considérer comme sportives.

### L'inactivité physique diminue elle aussi

Il serait pourtant faux de rapporter le boom du sport à une simple «inflation» de sa définition. C'est ce qui ressort de la comparaison avec l'évolution du comportement en matière d'activité physique. Dans le cadre de notre enquête, nous nous sommes intéressés non seulement aux pratiques sportives, mais également aux activités physiques quotidiennes réalisées à la maison, au travail ou pendant les loisirs. Nous avons donc demandé aussi aux personnes sondées de quantifier toutes les activités qui font transpirer ou, du moins, provoquent un certain essoufflement. Un indicateur différenciant plusieurs degrés d'activité a été défini sur la base des recommandations en matière d'activité physique formulées par l'Office fédéral du sport, l'Office fédéral de la santé publique, Promotion Santé Suisse, la Suva, le bpa et le réseau suisse Santé et activité physique hepa.ch (cf. tableau 3.3).

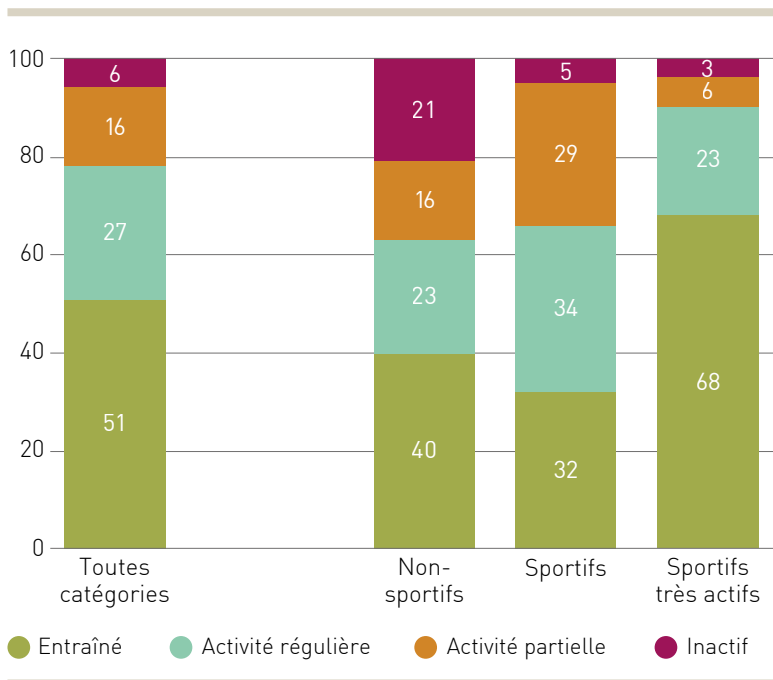
**T 3.3:** Comportement en matière d'activité physique au sein de la population (en % de la population âgée de 15 ans ou plus)

	2014	2020
Inactif	8	6
Activité partielle	14	16
Activité régulière	29	27
Entraîné	49	51

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 2014: 10 429; 2020: 11 987. Catégories de comportements en matière d'activité physique: entraîné: min. 3 jours de transpiration (activités intensives); activité régulière: activité modérée ≥ 150 min. ou 2 jours de transpiration par semaine; activité partielle: activité modérée de 30 à 149 min. ou 1 jour de transpiration par semaine; inactif: activité modérée < 30 min. et moins d'un jour de transpiration par semaine. Consulter également l'indicateur «Promotion du sport» sur [www.sportobs.ch](http://www.sportobs.ch) [7, 8].

Satisfont à ces recommandations les adultes qui comptabilisent au moins deux heures et demie d'activité modérée ou une heure et quart d'activité intensive par semaine, l'idéal étant que ces activités soient réparties sur plusieurs jours. Les personnes partiellement actives et les inactifs figurant dans les tableaux 3.3 et 3.1 n'atteignent pas ce seuil recommandé. Toute augmentation de l'activité physique au-delà de ce seuil minimal apporte une plus-value en termes de santé. Le tableau 3.3 montre qu'au cours des six dernières années, le nombre d'«inactifs» a un peu diminué et celui des «entraînés» un peu augmenté en ce qui concerne le comportement en matière d'activité physique. Les changements apparaissent encore plus clairement quand on étend la période d'observation. Selon les données de l'enquête suisse sur la santé, le nombre de personnes inactives physiquement est passé de 18% à 8% entre 2002 et 2017 [7, 8].

**G 3.1:** Relation entre activité sportive et respect des recommandations en matière d'activité physique (en %)



Remarques: Nombre de personnes interrogées: 11 987. Catégories d'activité sportive: non-sportifs: aucune activité sportive; sportifs très actifs: plusieurs fois par semaine, 3 heures ou plus au total; sportifs: toutes les autres personnes qui pratiquent un sport. Catégories de comportements en matière d'activité physique: voir tableau 3.3.

### Une activité sportive élevée est importante pour lutter contre la sédentarité

Si les recoupements entre le comportement en matière d'activité physique et le comportement sportif ne manquent pas, cela ne signifie pas pour autant que sport et activité physique ne font qu'un. On peut aussi se dépenser physiquement en travaillant, en jardinant ou en faisant le ménage – et transpirer beaucoup en faisant les foins, en déblayant la neige ou en nettoyant les fenêtres. Et, même sans faire de sport, on peut très bien atteindre le niveau «entraîné» surtout si l'on travaille dans le secteur primaire ou secondaire, si l'on se déplace quotidiennement à vélo ou à pied ou si l'on a l'habitude de jardiner (cf. graphique 3.1). Inversement, il est des sports qu'on peut très bien pratiquer sans beaucoup transpirer ni s'essouffler, comme le tir, le billard ou les échecs, dont l'admission dans la famille sportive reste très contestée. Les 9% de sportifs très actifs figurant dans le graphique 3.1, qui ne satisfont pas aux recommandations en matière d'activité physique, sont souvent soit des adeptes du yoga, du Pilates et de la gymnastique soit des personnes qui font de la randonnée pédestre, de la natation ou du vélo sans fournir de gros efforts.

Mais, globalement, il y a un lien clair entre l'activité sportive et l'activité physique. Les personnes qui pratiquent une activité sportive ont de fortes probabilités de satisfaire aux recommandations en matière d'activité physique et d'atteindre en majeure partie le niveau «entraîné». Par contre, plus d'un tiers des non-sportifs et des sportifs affichant une activité modérée n'atteint pas le seuil recommandé. Comme le montre le graphique 3.1, il est possible, même sans sport, de satisfaire aux recommandations et, à l'inverse, le sport n'est pas forcément garant d'une vie active. Il n'en reste pas moins que les personnes qui se dépensent peu au quotidien doivent faire du sport plusieurs fois par semaine pour satisfaire aux recommandations. Ce constat souligne le rôle que joue le sport dans l'encouragement de l'activité physique. Plus l'activité physique est évincée de la vie quotidienne, plus il est important de faire du sport régulièrement.

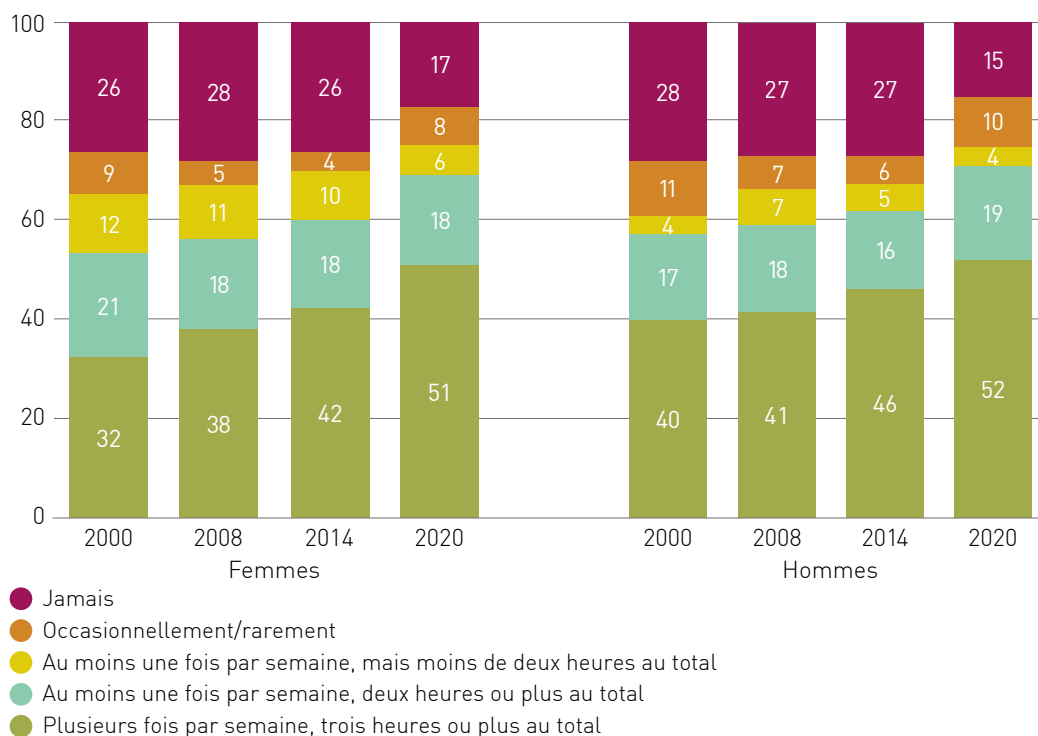
## 4. Différences selon l'âge et le sexe

### Les femmes ont rattrapé les hommes

Aujourd'hui, les femmes font pratiquement autant de sport que les hommes. 51% d'entre elles pratiquent une activité sportive plusieurs fois par semaine, à raison d'au moins trois heures en tout – contre 52%, autrement dit à peine plus, chez les hommes. On recense un peu moins de non-sportifs, mais par contre un peu plus de sportifs occasionnels chez les hommes. Le graphique 4.1 montre clairement comment les femmes ont rattrapé leur retard au fil des ans. Cette remontée est particulièrement frappante chez les sportives très actives qui font du sport plusieurs fois par semaine à hauteur de trois heures au moins en tout: il y a 20 ans, elles ne représentaient qu'un petit tiers des femmes, aujourd'hui elles sont plus de la moitié. Le groupe des très actifs s'est également étoffé chez les hommes, mais la progression est moins marquée. En 2000 déjà, deux cinquièmes des hommes faisaient figure de sportifs très actifs.

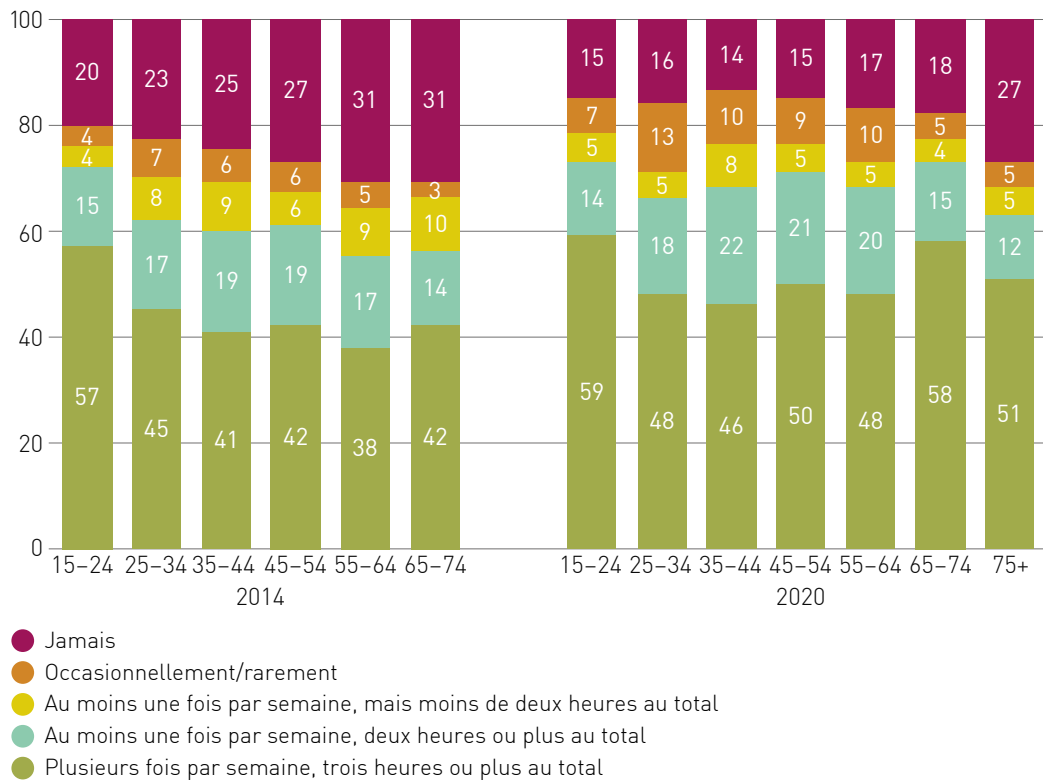
### Les femmes font nettement plus de sport qu'il y a 20 ans, et nettement plus souvent

Il y a 20 ans déjà, la proportion de non-sportifs était équivalente chez les femmes et les hommes. La différence qui a perduré pendant des années entre les sexes ne concernait donc pas les non-sportifs, mais le taux d'activité sportive. Il y a 20 ans, il y avait comparativement encore beaucoup de femmes qui se contentaient de faire du sport une fois par semaine, à raison d'une heure ou deux. Aujourd'hui, il est courant qu'elles chaussent aussi leurs baskets plusieurs fois par semaine et cumulent plus de trois heures d'activité hebdomadaires.



**G 4.1:** Activité sportive en fonction du sexe en 2000, en 2008, en 2014 et en 2020 (en %)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2000: 2058; 2008: 10 242; 2014: 10 622; 2020: 12 086.



**G 4.2:** Activité sportive en fonction de l'âge en 2014 et en 2020 (en%)

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 2014: 10 622; 2020: 12 086. En 2020, le sondage a été étendu au groupe des plus de 75 ans.

### Le sport des aînés est en plein essor

Il y a six ans déjà, nous avons constaté qu'en matière d'activité sportive, les différences liées à l'âge s'étaient réduites. La pratique sportive ne diminuait plus de façon continue avec l'âge. Les plus jeunes (15-24 ans) étaient encore et toujours les plus assidus. Mais, à partir de 35 ans, la proportion de personnes très actives au moins restait étonnamment stable et, chez les retraités, on avait même constaté une légère hausse de l'activité sportive. Cette évolution, déjà perceptible en 2014, s'est nettement renforcée au cours des six dernières années (cf. graphique 4.2). L'activité sportive des personnes dans la seconde moitié de la vie a fortement augmenté. Certes, entre 20 et 40 ans, la proportion des très actifs continue de diminuer, mais elle remonte ensuite et, aujourd'hui, elle est la même chez les 65-74 ans que chez les 15-24 ans. Le plus remarquable, c'est que la proportion des non-sportifs ne connaît plus, elle non plus, de nette augmentation. Il n'y a que chez les plus de 75 ans, groupe pris en compte pour la première fois en 2020, que l'inactivité croît de façon significative. La nette augmentation de l'activité sportive enregistrée depuis 2014 (cf. chapitre 2) est donc due avant tout à une hausse marquée de l'activité sportive chez les personnes dans la seconde moitié de la vie.

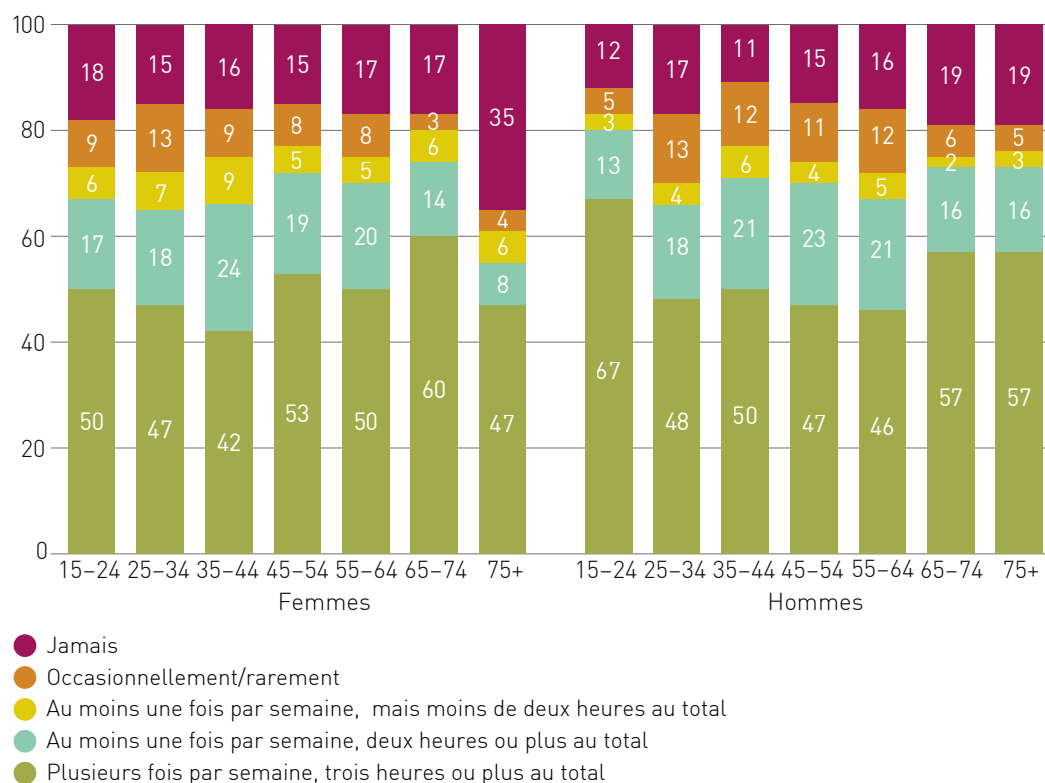
### A partir de 45 ans, les femmes sont des sportives particulièrement assidues

C'est moins chez les hommes et plus chez les femmes que l'activité sportive a massivement augmenté avec l'âge. Cette évolution apparaît clairement quand on regarde l'activité sportive des différentes tranches d'âge, différenciée en fonction du sexe (cf. graphique 4.3). Chez les plus jeunes (15-24 ans) et chez les plus âgés (75 ans ou plus), les hommes sont toujours nettement plus actifs que les femmes. Mais, entre 45 et 74 ans, les femmes font plus de sport que les hommes. Contrairement à ce qui a été observé en 2014, l'activité sportive augmente après la retraite non seulement chez les hommes, mais également chez les femmes et ce de façon accrue. Les femmes âgées de 65 à 74 ans sont même plus assidues que leurs consœurs de 15 à 24 ans. Chez les premières, on observe une augmentation marquée du volume d'entraînement, ce qui n'est pas le cas chez les secondes. Une autre différence liée au sexe digne d'être mentionnée concerne les 35 à 44 ans. C'est dans cette tranche d'âge que l'on recense la proportion la plus faible de femmes très actives. La baisse de l'activité sportive dans ce groupe était déjà visible en 2014 et s'explique par le fait que les mères d'enfants en bas âge réduisent nettement leurs activités sportives. Aujourd'hui, contrairement à 2014, cette baisse est visible aussi, et de manière plus marquée, chez les hommes. Mais comparés aux femmes, ces derniers reprennent plus vite leurs activités – dès que les enfants ont un peu grandi.



**G 4.3:** Activité sportive en fonction du sexe et de l'âge en 2020 (en %)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 12 086.

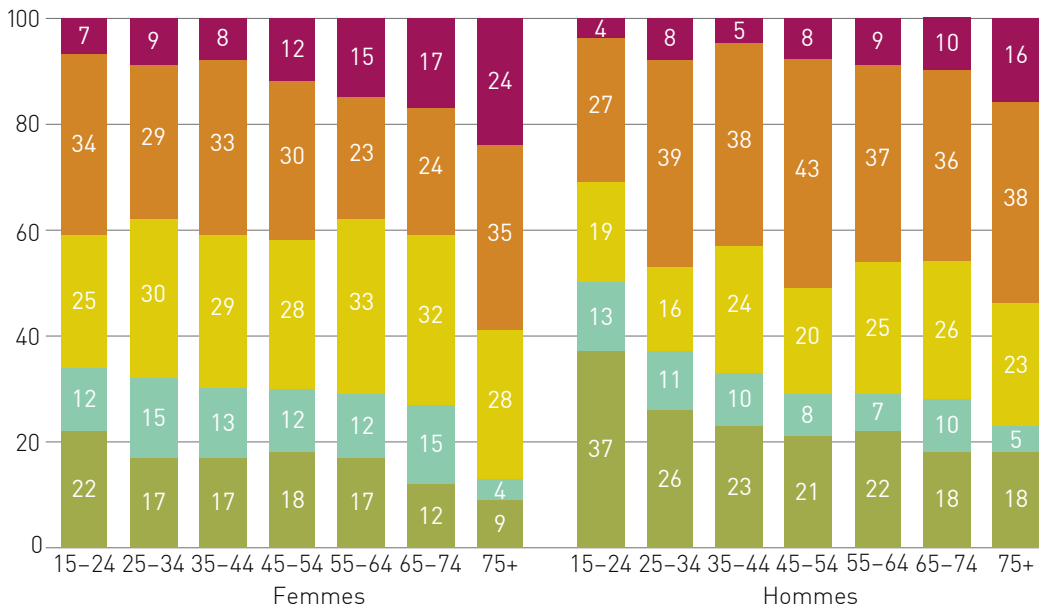


### Des biographies sportives qui diffèrent selon le sexe

Comme le montrent les données relatives au sexe et à l'âge regroupées dans le graphique 4.3, les biographies sportives continuent, malgré le nivellement de l'activité sportive, de varier en fonction du sexe. Ce constat est corroboré par le graphique 4.4, qui reflète l'évolution de l'activité sportive au cours de la vie. La proportion d'hommes qui déclarent avoir fait plus de sport avant est, dans toutes les tranches d'âge à partir de 25 ans, nettement plus élevée que celle des femmes. Mais les hommes sont aussi plus nombreux que les femmes à affirmer que le sport a toujours fait partie de leur vie, toutes périodes confondues. A l'inverse, on relèvera la plus grande flexibilité des femmes, qui font plus ou moins de sport selon la phase de vie qu'elles traversent. En même temps, force est de constater qu'une proportion considérable de femmes (12-15%) font plus de sport dans la deuxième partie de leur vie que dans leur jeunesse. Enfin, on notera qu'un nombre relativement élevé de femmes de plus de 55 ans n'ont jamais vraiment réussi à se frayer un chemin dans le sport. Le fait que ce groupe est plus prégnant chez les femmes que chez les hommes est peut-être un vestige de l'idée que le sport est avant tout une affaire d'hommes et des inégalités qui prévalaient il y a 50 ans dans l'encouragement du sport. Aujourd'hui, les choses ont changé et même les femmes de plus de 65 ans peuvent se (re)mettre au sport.

**Un niveau élevé d'activité sportive favorise la pratique du sport tout au long de la vie**

Le graphique 4.4 montre que les changements de comportement sportif au cours de la vie sont courants. Seules 30% de toutes les personnes consultées n'ont jamais changé leurs habitudes en la matière, soit qu'elles n'ont jamais vraiment été actives (10%; femmes: 13%, hommes: 8%) soit jamais de manière constante (20%; femmes: 16%, hommes: 24%). La majeure partie des 70% restants ont vu leur pratique sportive changer au fil de la vie, soit qu'ils font moins de sport qu'avant (33%; femmes: 29%, hommes: 37%), soit qu'ils en font plus (11%; femmes: 13%, hommes: 9%) ou plus ou moins aux différentes périodes de leur vie (26%, femmes: 29%, hommes: 22%). Dans le contexte de l'encouragement du sport et de l'activité physique, il est intéressant de noter que les personnes qui déclarent avoir toujours fait beaucoup de sport parce que c'est dans leur nature se distinguent par un niveau d'activité sportive élevé. Le sport fait partie intégrante de leur mode de vie et est présent à toutes les périodes de leur existence. A l'inverse, cela ne signifie pas qu'un niveau d'activité sportive élevée soit garant d'une pratique sportive tout au long de la vie, mais il augmente les probabilités que cela soit le cas.



**G 4.4:** Evolution de l'activité sportive au cours de la vie en fonction du sexe et de l'âge (en %)

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 11 278. Question posée: «Avez-vous fait beaucoup de sport par le passé? Merci de choisir la réponse la plus adaptée à votre cas parmi les cinq propositions suivantes.»

- Je n'ai jamais été très sportif et je ne fais toujours pas beaucoup, voire pas du tout de sport.
- Je faisais plus de sport avant qu'aujourd'hui.
- J'ai fait plus ou moins de sport aux différentes périodes de ma vie, de façon très variable.
- Je fais plus de sport qu'avant.
- J'ai toujours fait beaucoup de sport; c'est dans ma nature.

# 5. Motivations et conception du sport

## Le sport répond à des besoins extrêmement divers

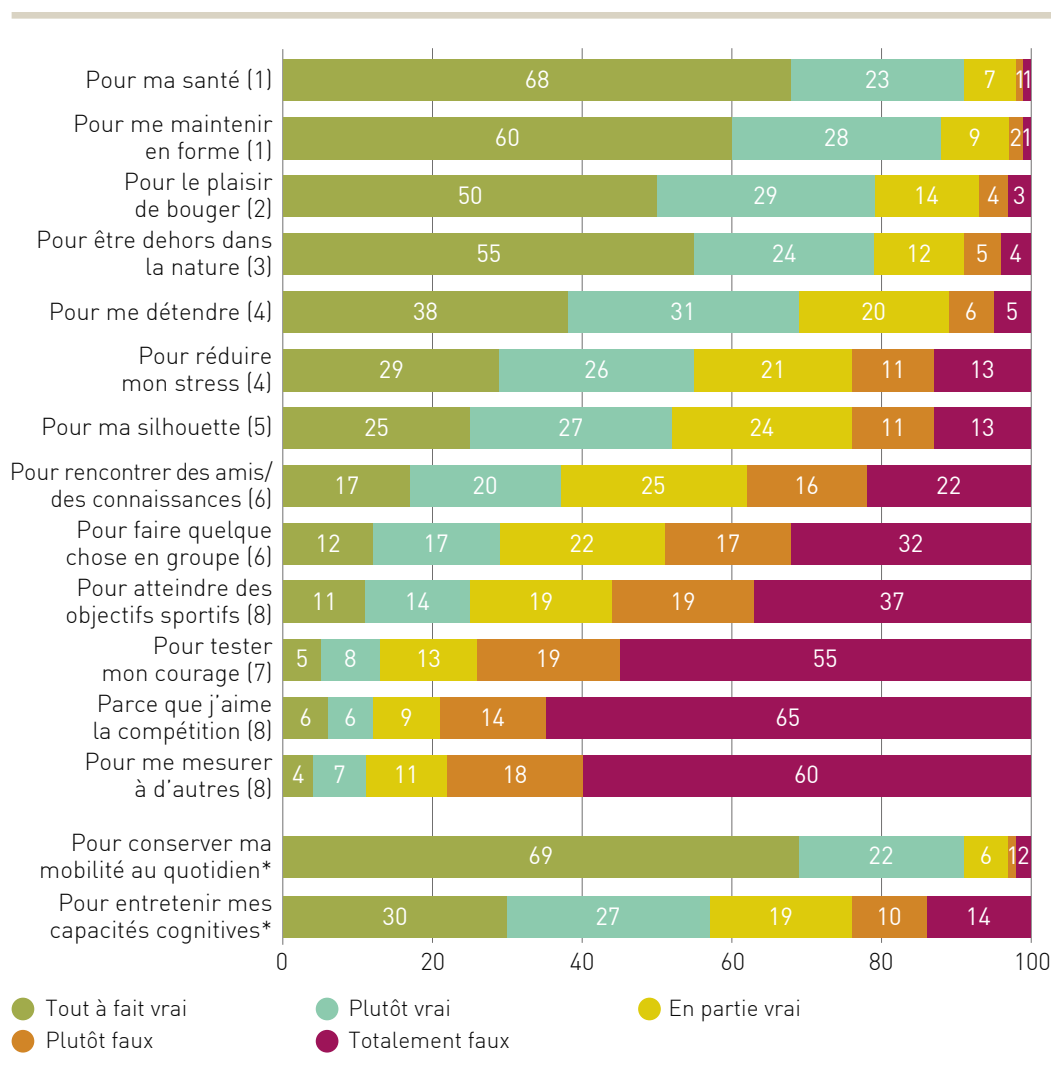
On peut faire du sport pour mille et une raisons différentes: par goût de la compétition, pour sa santé, pour améliorer sa forme physique; pour l'adrénaline, pour partager des moments de convivialité au sein de son club, pour se détendre, être proche de la nature, etc. L'engouement durable que suscite le sport réside précisément dans sa capacité à répondre aux besoins les plus divers. Le graphique 5.1 montre quelles sont les principales motivations des sportifs en Suisse.

escompte aussi des effets positifs sur son poids et sa silhouette, tandis qu'un tiers d'entre eux cite la convivialité comme motivation principale. La performance joue un rôle plutôt secondaire, qu'il s'agisse d'objectifs de performance personnels ou de compétition avec autrui. Chez les personnes retraitées, deux motivations importantes viennent s'ajouter aux précédentes: 92% des plus de 64 ans disent que le sport les aide à conserver leur mobilité au quotidien et 57% font du sport pour entretenir leurs capacités cognitives.

## La santé et la forme physique sont des motivations importantes pour tous

La grande majorité des sportifs fait du sport pour sa santé et sa forme physique. D'autres motivations fréquemment citées sont: le plaisir de bouger et le contact avec la nature. Viennent ensuite la détente et la réduction du stress. Une bonne moitié des sondés

Il y a six ans, la santé, la forme physique, le plaisir de bouger et le contact avec la nature, ainsi que la détente et la réduction du stress figuraient déjà en tête des motivations, suivis des raisons liées à la convivialité et, en fin de liste, des motivations liées à la performance. Les choses ne semblent pas avoir fondamentalement changé mais il est difficile de faire des comparaisons



**G 5.1:** Importance des différentes raisons de faire du sport (en % de sportifs)

Remarques: Nombre de personnes interrogées (sportifs uniquement): entre 9433 (courage) et 9544 (santé). \* Seules les personnes de 65 ans ou plus ont été interrogées sur ces motivations (n=entre 1450 et 1491). Les chiffres entre parenthèses indiquent l'appartenance des motivations à l'une des huit catégories définies.

plus précises, car le recensement actuel des motivations repose pour la première fois sur l'inventaire bernois des motivations et des buts pour le sport santé et le sport de loisirs (*Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport*), et la formulation des questions a été adaptée en conséquence [9].

**Le sport remplit plusieurs fonctions**

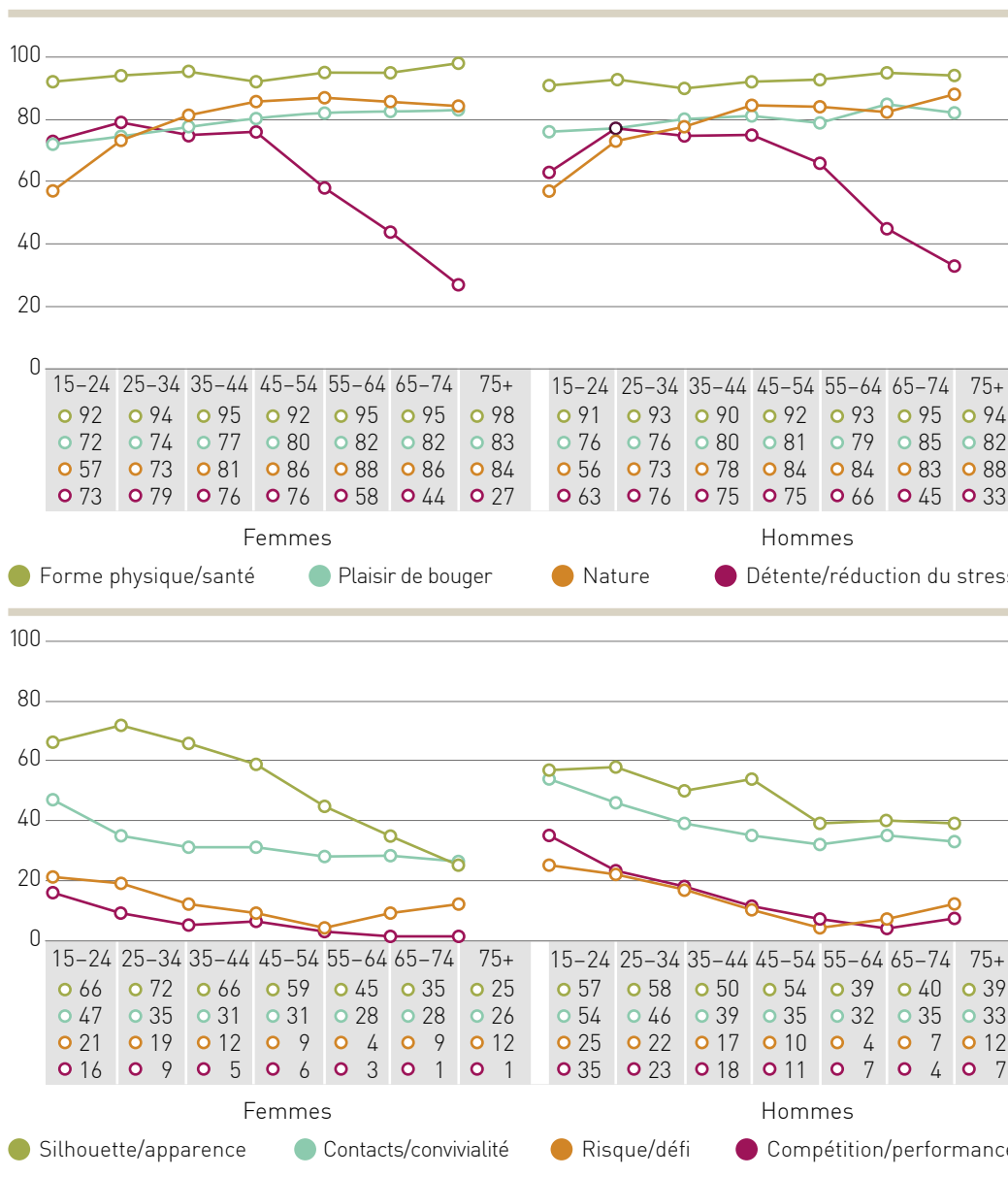
Le degré élevé d'adhésion aux différentes motivations présentées dans le graphique 5.1 montre clairement que non seulement les raisons de faire du sport sont nombreuses, mais aussi qu'il est possible, en faisant du sport, de satisfaire plusieurs besoins à la fois. En joggant, par exemple, on peut faire quelque chose pour sa santé, sa forme physique et sa silhouette, évacuer le stress, retrouver des amis – tout cela en prenant l'air. Le sport est ainsi multifonctionnel au meilleur sens du terme. On notera, en examinant le graphique 5.1, que les motivations citées ne s'excluent pas les unes les autres. Les personnes qui participent à des compétitions et se mesurent à d'autres cherchent aussi, à

travers le sport, à entretenir leur santé, à réduire leur stress et à partager des moments de convivialité. Mais à l'inverse, toutes les personnes qui se maintiennent en forme ou se détendent en faisant du sport ne désirent pas participer à des compétitions. Ajoutons à cela que la grande majorité des sportifs pratiquent plusieurs sports pour satisfaire des besoins variés.

Malgré cette multifonctionnalité, on constate que certaines motivations vont très souvent de pair. Grâce à une analyse factorielle et en s'appuyant sur l'inventaire bernois cité plus haut, on peut distinguer huit catégories de motivations (numérotées dans le graphique 5.1): forme physique/santé (1), plaisir de bouger (2), nature (3), détente/réduction du stress (4), silhouette/apparence (5), apparence contacts/convivialité (6), risque/défi (7) et compétition/performance (8).

**Des motivations différentes selon le sexe et l'âge**

Le graphique 5.2 montre que les catégories de motivations peuvent varier considérablement en fonc-



**G 5.2:** Importance des différentes raisons de faire du sport en fonction de l'âge et du sexe (en % de tous les sportifs qui considèrent la catégorie de motivations comme importante)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: entre 9433 et 9544 (sportifs uniquement).

tion de l'âge et du sexe. Le besoin d'être à l'extérieur dans la nature s'accroît jusqu'à 45 ans puis reste à un niveau constant, tandis que la détente/la réduction du stress perd nettement de l'importance après 55 ans. La valeur accordée à la silhouette/l'apparence est maximale chez les femmes de 25 à 34 ans puis elle recule graduellement sur l'échelle des priorités. A l'âge de la retraite, cette motivation est pour la première fois plus présente chez les hommes que chez les femmes. La santé/la forme physique et le plaisir de bouger caracolent en tête des citations parce qu'ils sont très importants pour toutes les tranches d'âge, hommes et femmes confondus.

C'est pour les jeunes gens que les contacts/la convivialité, le risque/le défi et la compétition/la performance jouent le plus grand rôle. Ces motivations deviennent moins essentielles avec l'âge. Il est intéressant aussi de noter que le risque/le défi et, chez les hommes, la compétition/la performance reprennent de la valeur chez les seniors. La compétition/la performance sont plus valorisées par les hommes que par les femmes, et cela à tout âge.

#### Les compétiteurs et les sportifs en quête de performance sont particulièrement actifs – souvent leur vie durant

L'importance attachée à la compétition et à la performance n'est pas liée seulement à l'âge et au sexe, mais aussi et surtout au volume de l'activité sportive.

Autrement dit, elle dépend de façon décisive de la quantité de sport pratiquée – ce qui n'est pas le cas dans les autres catégories de motivations. Ainsi, la proportion de sondés qui se déclarent motivés par la compétition et la performance est environ trois fois plus élevée chez les sportifs très actifs que chez les autres (14% contre 5%). En même temps, cela veut dire que les sportifs qui se fixent des objectifs, se mesurent aux autres et aiment participer à des compétitions font plus de sport que la moyenne: 80% d'entre eux font du sport plusieurs fois par semaine, et au moins trois heures au total. Et même si pour beaucoup de sportifs, la compétition et la performance ne sont plus des motivations essentielles, ceux qui les valorisent témoignent d'un enthousiasme particulièrement grand pour le sport, qui perdure souvent toute leur vie. Ainsi, pour la moitié des sportifs qui recherchent la performance et la compétition, faire du sport va tout simplement de soi et ils en ont toujours fait dans ces proportions, alors qu'un cinquième seulement des personnes sportives mais non compétitives ou axées sur performance en dit autant.

#### Pas de hausse de la pratique compétitive

Quand on regarde de plus près qui participe à des compétitions et à des manifestations sportives, les conclusions qui précèdent sur la motivation «compétition/performance» se confirment. Selon le tableau 5.1, un cinquième des sportifs prend part au moins occasionnellement à une compétition ou à une manifestation sportive. Ces compétiteurs totalisent 6,2 heures de sport par semaine, contre 4,7 heures pour les personnes sans pratique compétitive. Ils sont en outre plus jeunes et plus souvent de sexe masculin. Leur proportion, soit 20% de tous les sportifs, est en recul par rapport à 2014 (23% à l'époque). Cette légère baisse est toutefois due uniquement au fait que le nombre de sportifs a globalement augmenté ces six dernières années et que les personnes qui se sont mises au sport sont rarement compétitives. Par rapport à l'ensemble de la population, la proportion de compétiteurs n'a pas changé: elle est toujours de 16%.

La part des compétiteurs qui participent à des championnats interclubs (p. ex. de football ou de volleyball) et celle des sportifs qui disputent d'autres compétitions avec classement (p. ex. courses à pied, triathlons) sont pratiquement équivalentes. Cependant, les premiers font le double de compétitions chaque année. On notera aussi qu'au cours des six dernières années, le nombre de participations aux championnats interclubs a diminué alors que les participations aux manifestations sportives sans classement (p. ex. traversées de lacs) ont légèrement augmenté. L'équilibre des sexes dans les compétitions sans classement mérite aussi d'être relevé. Il y a six ans, les femmes étaient encore nettement plus nombreuses dans ce type d'événements sportifs. Enfin, soulignons que les personnes qui participent aux manifestations

T 5.1: Participation à des compétitions et à des manifestations sportives

	En % des sportifs	Ø Nombre de compétitions/an	Part de femmes (en %)	Ø Age (nombre d'années)	Ø Nombre d'heures de sport par semaine
Participation à des compétitions/manifestations sportives	19,5	9,2	36	39	6,2
Aucune participation	80,5	0,0	54	49	4,7
Championnats interclubs (p. ex. de football ou de volleyball)	10,4	12,4	29	37	6,4
Autres compétitions avec classement, p. ex. courses à pied, triathlons, courses de ski de fond ou de cyclisme	10,2	6,1	37	40	6,1
Manifestations sportives sans classement p. ex. traversées de lacs, SlowUps	3,4	3,6	49	42	6,2

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 10258 (sportifs uniquement). Chiffres en pourcentage ou sous forme de moyenne arithmétique. Les personnes interrogées pouvaient citer plusieurs compétitions; le nombre de compétitions par an ne tient compte que des événements entrant dans la catégorie concernée.

sportives sans classement font aujourd'hui presque autant de sport que celles qui s'alignent dans des compétitions avec classement.

### Le sport est souvent porteur de connotations positives

Si l'on veut, en plus des motivations des Suisses à faire du sport, mieux cerner leur perception du sport en général, on peut se reporter au graphique 5.3. Les sondés en ligne, sportifs ou non, se sont vu proposer une liste de 30 mots parmi lesquels ils ont choisi ceux qu'ils associent au sport. Chacun a coché en moyenne 22 mots. La taille de la police rend compte de la fréquence des citations. Comme il y a six ans, c'est l'activité physique (sélectionnée par 93 % des sondés) et la santé (81 %) qui ont été citées le plus souvent, suivies par la forme physique (55 %), le plaisir (55 %), l'entraînement (53 %), l'effort (52 %), l'autodiscipline (48 %), la détente (47 %), la perception corporelle (46 %), le contact avec la nature (46 %), la liberté (37 %), la camaraderie (35 %), la performance (33 %), les expériences (32 %), le jeu (32 %) et un physique agréable (32 %). Les associations négatives ont été nettement moins souvent retenues. Les plus courantes sont les blessures (14 %), puis le dopage (8 %), les contraintes (7 %), la corruption (5 %), la violence (3 %) et la tricherie (2 %). L'activité physique, le style de vie, l'autodiscipline et les contraintes sont cités un peu plus souvent qu'il y a six ans, et le plaisir, la camaraderie, la découverte de ses limites, la performance, le jeu et le dopage le sont un peu moins souvent.

Les aspects que les sondés associent au sport peuvent, tout comme leurs motivations, être regroupés en catégories à l'aide d'une analyse factorielle. Ces catégories sont figurées par des couleurs différentes dans le graphique 5.3. Elles sont au nombre de six. Ainsi, les aspects particulièrement souvent associés sont, d'une part, la corruption, le dopage,

la tricherie, la commercialisation, la violence et les blessures et, d'autre part, la forme physique, l'entraînement, l'effort, l'autodiscipline, la performance et la perception corporelle. Les personnes qui ont coché la réalisation de soi citent souvent aussi l'individualisme, la découverte de ses limites, le style de vie, le risque et les expériences. Celles pour qui le sport est plutôt synonyme de détente lui associent souvent aussi la santé, le contact avec la nature, l'activité physique et la liberté. Le jeu, la convivialité, le spectacle et la concurrence sont souvent cités de concert. Il est intéressant aussi de constater que les personnes qui ont coché à la fois «physique agréable» et «contraintes» associent très rarement le sport au plaisir.

Durant l'interview téléphonique, les sondés ont pu formuler librement ce qu'ils associent au sport. Des centaines d'aspects différents ont été mentionnés: perte de poids, divertissement, déconnexion, effort et dépense physique, solidarité, satisfaction, chronophage, chronométrage et objectifs (à atteindre), notamment. A relever: des sports ou disciplines sportives précis ont souvent été cités, par exemple. «Pour moi, le sport, c'est l'escrime». Si l'on essaie de regrouper ces nombreux aspects, on constate à nouveau que la santé (citée par 30 % des sondés) et l'activité physique (29 %) arrivent en tête, suivies du plaisir (19 %), de la forme physique (15 %), de la camaraderie/convivialité (13 %), du contact avec la nature (9 %), de la détente (8 %) et de la performance (6 %).

Les interviews téléphoniques ont elles aussi fait émerger peu d'associations négatives. Très occasionnellement, les sondés ont évoqué «les blessures», «trop d'argent», «le dopage» ou «l'agressivité et la violence», une personne allant jusqu'à faire remarquer que le sport a causé la chute de l'empire romain.



**G 5.3:** Termes associés au sport par la population suisse

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 9647 (enquête en ligne). Nuage de mots-clés: les mots figurent en lettres plus ou moins grandes en fonction de leur fréquence de sélection par les personnes interrogées. Les couleurs font ressortir les combinaisons de mots fréquentes, repérées grâce à une analyse factorielle. Les termes «Plaisir», «Contraintes» et «Physique agréable» sont représentés en gris pour signifier que les personnes qui ont sélectionné à la fois «Contraintes» et «Physique agréable» ont très rarement cité le terme «Plaisir».

## 6. Sports et désirs

### Une multitude de sports

Un des objets importants de l'enquête «Sport Suisse» est le recensement détaillé des activités sportives pratiquées. Pour obtenir cette vue d'ensemble, nous avons interrogé les personnes sondées sur leur activité sportive en général, mais nous leur avons demandé aussi de citer tous les sports qu'elles pratiquent, même de façon occasionnelle, en indiquant la fréquence et la durée de leurs entraînements ainsi que le cadre dans lequel ils ont lieu. Depuis la première édition de «Sport Suisse», la liste des sports cités n'a cessé de s'allonger pour atteindre aujourd'hui environ 300 sports. Les sondés ont aussi la possibilité de mentionner spontanément des sports non proposés dans la liste. Ce recensement met en lumière l'extrême diversité de la pratique sportive en Suisse.

Il fait ressortir aussi la polysportivité de la population. Alors qu'en 2000, les sondés revendiquaient la pratique de 3,1 sports en moyenne, ce chiffre est passé à 3,3 en 2008 et à 3,8 en 2014. Aujourd'hui, un sportif ordinaire pratique 4,5 sports différents. La majorité des sportifs (63%) affichent entre 2 et 5 sports, et 2% plus de 10 sports. Dans le tableau 6.1, qui présente les sports les plus souvent cités, les familles de sports et les disciplines sportives apparentées sont regroupées en catégories. La catégorie «Fitness, individuel ou collectif» recouvre par exemple différentes formes d'entraînement collectif de la condition physique comme l'aérobic dans toutes ses variantes ou le spinning, le body combat et la zumba.

### Boom de la randonnée pédestre, du yoga et de la musculation

Les sports qui font le plus d'adeptes demeurent la randonnée, le cyclisme, la natation, le ski et le jogging. Ce «combiné helvétique» arrive en tête des sports les plus souvent cités depuis 2000. Ce qui est remarquable, c'est que la popularité de ces activités, qui peuvent être pratiquées tout au long de la vie, ne cesse d'augmenter depuis 20 ans. La randonnée, en particulier, a connu un véritable boom ces six dernières années. Pour la première fois, plus de la moitié de la population la cite. Le cyclisme, la natation et le jogging drainent eux aussi plus de pratiquants qu'en 2014. Seul le ski n'a pas connu d'augmentation. En dehors de la randonnée, les autres grands gagnants de ces six dernières années sont la musculation, le yoga et la danse. Viennent ensuite, parmi les sports qui ont le vent en poupe, diverses pratiques de plein air telles que la luge, la randonnée à skis et en snowboard, le VTT, la planche à voile et le kitesurf, l'escalade et l'alpinisme ainsi que le ski de fond. Les grands perdants sont le (nordic) walking et l'inline-skating. Dans le domaine du fitness, signalons en particulier le recul de la zumba.

### De grandes différences de fréquence

Pour savoir quels sont les sports préférés de la population suisse, se référer au nombre de pratiquants ne suffit pas. La fréquence à laquelle les gens s'adonnent à un sport est aussi un critère pertinent. Certaines activités comme la luge et le patinage ne sont pratiquées que deux jours par an en moyenne, alors que d'autres comme la gymnastique, l'athlétisme, le yoga, le jogging et le walking mobilisent la majorité de leurs adeptes au moins une fois par semaine. La musculation, l'équitation, le fitness et les sports de combat font même l'objet, normalement, de plusieurs entraînements par semaine. Et si les gens sont plus nombreux à faire de la luge que de l'équitation, le nombre d'heures d'équitation revendiquées en Suisse est bien plus élevé que le nombre d'heures passées à faire de la luge. Par ailleurs, le tableau 6.1 montre que le jogging et la randonnée ont bien plus souvent le statut de sport principal que la natation et le ski. Le ski n'est le sport principal que de 1,7% de la population et de 5% de tous les skieurs. Par contraste, les sports de combat, l'Aqua-Fitness, l'équitation, le handball, le golf et le fitness sont les sports principaux de la moitié des gens qui les pratiquent.

### Des actifs plus nombreux mais déployant leur activité sur moins de jours

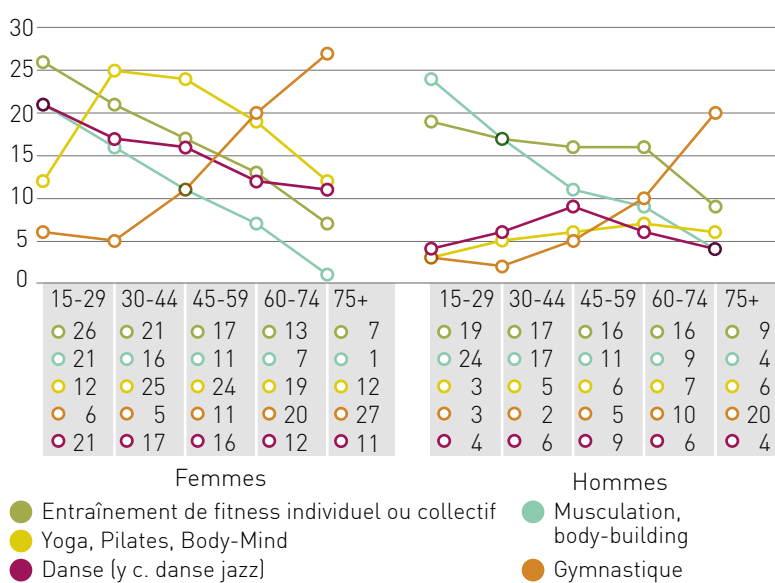
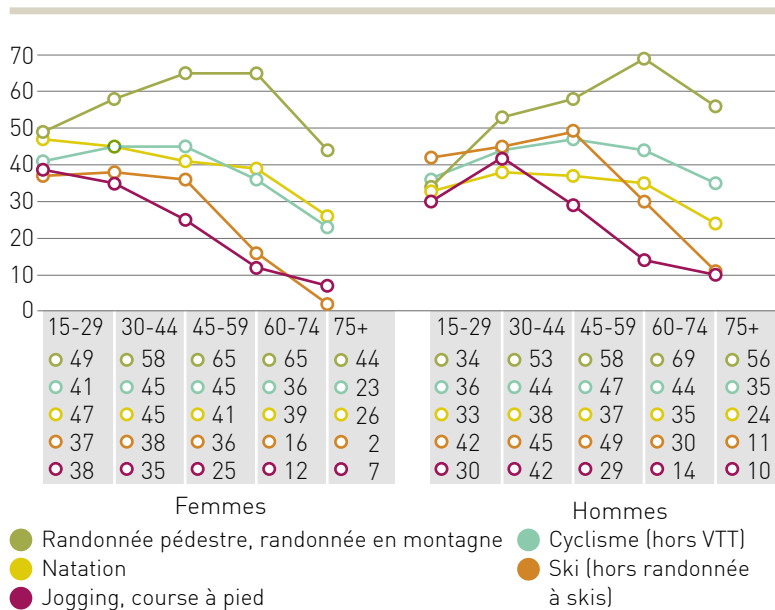
De manière générale, on constate que la majorité des sports compte aujourd'hui plus d'adeptes qu'il y a six ans mais que la fréquence à laquelle ils sont pratiqués a baissé. Par exemple, si la proportion de personnes qui font de la danse est passée de 7,8% à 11,4%, la moitié d'entre elles ne danse pas plus de dix jours par an. Cette nette diminution du nombre moyen de jours de pratique s'observe aussi dans d'autres sports: handball, athlétisme, tir, volleyball, tennis de table, football, voile, hockey sur glace, golf, équitation, uni-hockey, badminton et fitness. Cette évolution est aussi due au fait que de nos jours, on cumule plus de sports, ce qui restreint le temps que l'on peut consacrer à chacun.

	Citations (en % de la population)	Evolution de 2014 à 2020 (en points de pourcentage)	Fréquence de la pratique (nombre moyen de jours par an)	Age moyen (nombre d'années)	Part de femmes (en %)	Pratiqué comme sport principal (en % de la population)
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	56,9	12,6	15	50	53	10,8
Cyclisme (hors VTT)	42,0	2,9	40	47	50	6,9
Natation	38,6	2,7	20	46	55	2,9
Ski (hors randonnée à skis)	34,9	-0,5	8	44	44	1,7
Jogging, course à pied	27,0	3,2	50	41	49	10,0
Fitness, individuel ou collectif	17,2	-1,2	80	44	54	7,7
Musculation, body-building	13,3	8,3	90	39	49	5,2
Yoga, Pilates, Body-Mind	12,9	5,7	50	49	80	4,8
Danse	11,4	3,5	10	46	72	1,3
Gymnastique	8,7	-1,0	52	58	68	3,8
VTT	7,9	1,6	25	45	24	2,0
Football	7,7	-0,2	30	33	11	3,2
Randonnée à skis/en snowboard, raquettes à neige	6,5	2,6	5	48	45	0,2
Luge, bob	5,8	2,5	2	41	63	0,0
Tennis	5,4	0,2	25	45	30	1,7
Ski de fond	5,3	1,2	6	51	50	0,2
Snowboard (hors randonnée)	5,3	0,3	6	31	40	0,1
Walking, nordic walking	5,1	-2,4	50	56	76	1,8
Escalade, alpinisme	3,5	1,3	10	35	42	0,7
Badminton	3,1	-0,1	10	37	43	0,5
Volleyball, beach-volley	2,8	0,0	20	34	51	0,8
Sports de combat, autodéfense	2,5	0,0	61	32	33	1,4
Tennis de table	2,3	1,4	5	40	33	0,1
Golf	2,3	0,4	30	56	34	1,1
Planche à voile, kitesurf	2,1	1,6	7	37	41	0,1
Patinage	2,1	0,8	2	39	61	0,1
Equitation, autres sports équestres	2,0	0,2	80	39	73	1,0
Aqua-Fitness	2,0	0,1	40	59	89	1,0
Inline-skating, patinage sur roulettes	2,0	-1,0	5	38	52	0,1
Basketball	1,8	0,2	20	29	18	0,4
Unihockey	1,7	0,1	30	31	18	0,6
Squash	1,6	0,2	10	36	26	0,2
Tir	1,3	0,2	20	43	19	0,4
Voile	1,1	0,0	10	49	20	0,1
Hockey sur glace	1,1	-0,1	15	34	7	0,3
Aviron	0,9	0,3	35	46	27	0,3
Plongée	0,9	0,1	8	46	33	0,0
Canoë, descentes d'eaux vives	0,7	0,5	4	41	33	0,1
Athlétisme	0,6	0,0	50	28	41	0,2
Handball	0,4	0,1	40	27	30	0,2
Autres sports collectifs	2,0	1,1	35	43	20	0,7
Autres sports d'aventure	2,2	1,0	15	34	28	0,2
Autres sports d'endurance	1,3	0,7	24	41	38	0,3
Autres sports	3,5	1,8	28	42	25	0,8

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 12 120. Les valeurs indiquées tiennent compte des réponses fournies par les non-sportifs lorsque ceux-ci ont cité le sport en question parmi leurs activités physiques (cf. chapitre 9). La majorité des sports figurant dans ce tableau recouvrent diverses disciplines. Ces regroupements ont été légèrement modifiés pour l'édition 2020 de l'enquête «Sport Suisse». Si l'on compare les valeurs de 2014 et celles de 2020, il est utile de savoir que l'enquête 2020 inclut des personnes de plus de 74 ans – quoique les résultats ne diffèrent pas notablement quand on exclut ce groupe de population. Les variations entre 2014 et 2020 qui n'ont pas d'importance statistique apparaissent en gris.



**G 6.1:** Les dix sports de prédilection des Suisses en fonction de l'âge et du sexe (proportion de pratiquants en %)



Remarques: Nombre de personnes interrogées: 12 120. On notera que la graduation sur l'axe vertical des deux graphiques diffère (graphique supérieur: 0-80%, graphique inférieur: 0-40%).

### Les préférences varient selon l'âge et le sexe

L'édition 2020 de l'enquête «Sport Suisse» a pour la première fois intégré des personnes âgées de plus de 74 ans, ce qui se traduit par une augmentation de l'âge moyen, et un «vieillessement» particulièrement accentué dans les sports pratiqués par les seniors. C'est vrai principalement dans les sports où l'âge moyen est élevé, comme l'Aqua-Fitness, la gymnastique, le golf, le (nordic) walking, le ski de fond et la randonnée. L'âge moyen des pratiquants est au contraire bas dans les sports suivants: handball, athlétisme, basketball, unihockey, snowboard, sports de combat, football, volleyball et hockey sur glace. Précisons en outre que, dans ces sports, l'âge moyen effectif est encore plus bas que celui qui figure dans le tableau 6.1 car ces calculs ne tiennent pas compte des enfants et des

adolescents de moins de 15 ans, dont les habitudes sportives ont fait l'objet d'une enquête distincte.

Le choix du sport dépend non seulement de l'âge mais aussi du sexe. Les femmes sont souvent attirées par d'autres sports que les hommes. La proportion de femmes la plus élevée s'observe dans l'Aqua-Fitness (89%), le yoga, le Pilates, le Body-Mind (80%), le (nordic) walking (76%), l'équitation (73%), la danse (72%), la gymnastique (68%), la luge (63%) et le patinage (61%). Il est toutefois intéressant de noter que, dans tous ces sports, la participation masculine est proportionnellement un peu plus élevée qu'il y a six ans. Une évolution est aussi à noter dans le sport le moins pratiqué par les femmes: le hockey sur glace, où la part de joueuses est passée de 2% en 2014 à 7% aujourd'hui. Le hockey reste néanmoins le sport avec la plus petite participation féminine – plus basse que dans le football (11%), l'unihockey (18%), le basketball (18%), le tir (19%), la voile (20%) et le VTT (24%).

En ce qui concerne l'âge et le sexe, le graphique 6.1 offre des informations supplémentaires intéressantes. La randonnée bat des records de popularité parce qu'elle fait partie des sports les plus souvent pratiqués tant par les femmes que par les hommes. Bien que l'on randonne un peu plus dans la seconde moitié de la vie, l'enthousiasme pour cette activité a gagné aussi et surtout les jeunes ces six dernières années. Outre la randonnée, on compte, au nombre des sports pratiqués tout au long de la vie, le cyclisme et la natation, car toutes les tranches d'âge revendiquent une pratique fréquente. Il n'en va pas de même du jogging, du fitness et de la musculation, dont la pratique diminue avec l'âge – un peu moins, il est vrai, chez les hommes que chez les femmes. Le jogging a ceci de particulier qu'il attire clairement plus de femmes que d'hommes entre 15 et 29 ans, mais ce rapport s'inverse entre 30 et 44 ans. En ce qui concerne le ski, il semble que beaucoup de gens l'abandonnent à 60 ans alors que la gymnastique ne devient vraiment populaire qu'à cet âge. La plus grande différence entre les sexes se manifeste dans la danse, le yoga, le Pilates et le Body-Mind. La danse est l'activité la plus répandue chez les jeunes femmes, tandis que le trio yoga, Pilates et Body-Mind plaît principalement aux femmes de 30 à 59 ans.

### Les sports qui explosent sont aussi ceux qui figurent en tête de la liste des souhaits

A la question de savoir s'il existe des sports qu'ils souhaiteraient commencer ou pratiquer davantage, 35% des sportives et 28% des sportifs répondent oui. Les jeunes expriment ce désir de façon nettement plus marquée que leurs aînés. Chez les 15-29 ans, 45% des sondés souhaitent découvrir un nouveau sport, contre seulement 9% des plus de 74 ans. Les sports les plus souvent cités sont le yoga, le Pilates, le Body-Mind, la natation, la danse, le cyclisme, le fitness (individuel ou collectif), le jogging, les sports de combat,

la randonnée et la musculation (cf. tableau 6.2). Au palmarès des sports les plus désirables figurent donc ceux qui ont fait le plus de nouveaux adeptes ces six dernières années – ce qui permet de supposer que leur succès n'a pas fini de croître. Le yoga, le Pilates, le Body-Mind et la musculation font aussi partie du petit nombre de sports plus souvent cités aujourd'hui qu'il y a six ans.

En comparant le nombre de personnes qui souhaiteraient commencer ou pratiquer davantage un sport au nombre de celles qui le pratiquent déjà, on peut se faire une idée du potentiel de croissance de ce sport. Ce potentiel est important pour les sports de combat et l'autodéfense. Il est également supérieur à la moyenne pour un certain nombre de sports de plein air: planche à voile, kitesurf, aviron, canoë, descentes d'eaux vives, escalade et alpinisme. Pour le canoë, les descentes d'eaux vives, les sports de combat, la

planche à voile, le kitesurf et l'aviron, le pourcentage élevé de femmes parmi les pratiquants montre que celles-ci joueront probablement un rôle dans leur croissance. La majorité des sports figurent moins souvent dans la liste des souhaits qu'en 2014, ce qui montre qu'un grand nombre de souhaits se sont réalisés au cours des six dernières années. Tout porte donc à croire que ces prochaines années, le boom du sport ne sera pas comparable à celui des six ans qui viennent de s'écouler.

	Citations	Variation entre 2014 et 2020	Age moyen	Part des femmes
	(en % de tous les sportifs)	(en points de pourcentage)	(nombre d'années)	(en %)
Yoga, Pilates, Body-Mind	4,4	2,0	44	77
Natation	3,7	-0,7	44	62
Danse	3,2	0,3	40	90
Cyclisme (hors VTT)	3,2	-1,0	45	52
Fitness, individuel ou collectif	3,1	-0,5	41	68
Jogging, course à pied	2,9	0,7	37	61
Sports de combat, autodéfense	2,3	0,2	30	46
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	2,3	-0,5	49	60
Musculation, body-building	2,0	1,4	36	61
Escalade, alpinisme	1,8	0,2	34	38
Tennis	1,6	-0,8	37	44
Planche à voile, kitesurf	1,3	0,2	38	45
Ski (hors randonnée à skis)	1,2	-1,1	41	47
Ski de fond	1,2	-0,4	43	54
VTT	0,9	0,2	41	31
Golf	0,8	-0,3	46	38
Volleyball, beach-volley	0,8	0,0	29	52
Randonnée à skis/en snowboard, raquettes à neige	0,7	-0,4	40	46
Tir	0,7	0,5	40	29
Gymnastique	0,7	-0,5	47	79
Equitation, autres sports équestres	0,6	-0,4	32	87
Football	0,5	-0,1	32	27
Badminton	0,5	-0,2	37	50
Walking, nordic walking	0,5	-0,5	49	84
Aviron	0,5	-0,1	41	58
Voile	0,4	-0,3	41	29
Basketball	0,4	0,1	31	29
Snowboard (hors randonnée)	0,3	0,0	26	44
Aqua-Fitness	0,3	-0,2	47	94
Canoë, descentes d'eaux vives	0,3	0,1	42	71

**T 6.2:** Activités que les sportifs souhaiteraient pratiquer (ou pratiquer davantage)

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 9561 (sportifs uniquement). Si l'on compare les valeurs de 2014 et celles de 2020, il faut se souvenir que l'enquête 2020 a inclus des personnes de plus de 74 ans. Les variations entre 2014 et 2020 qui n'ont pas d'importance statistique sont en gris.

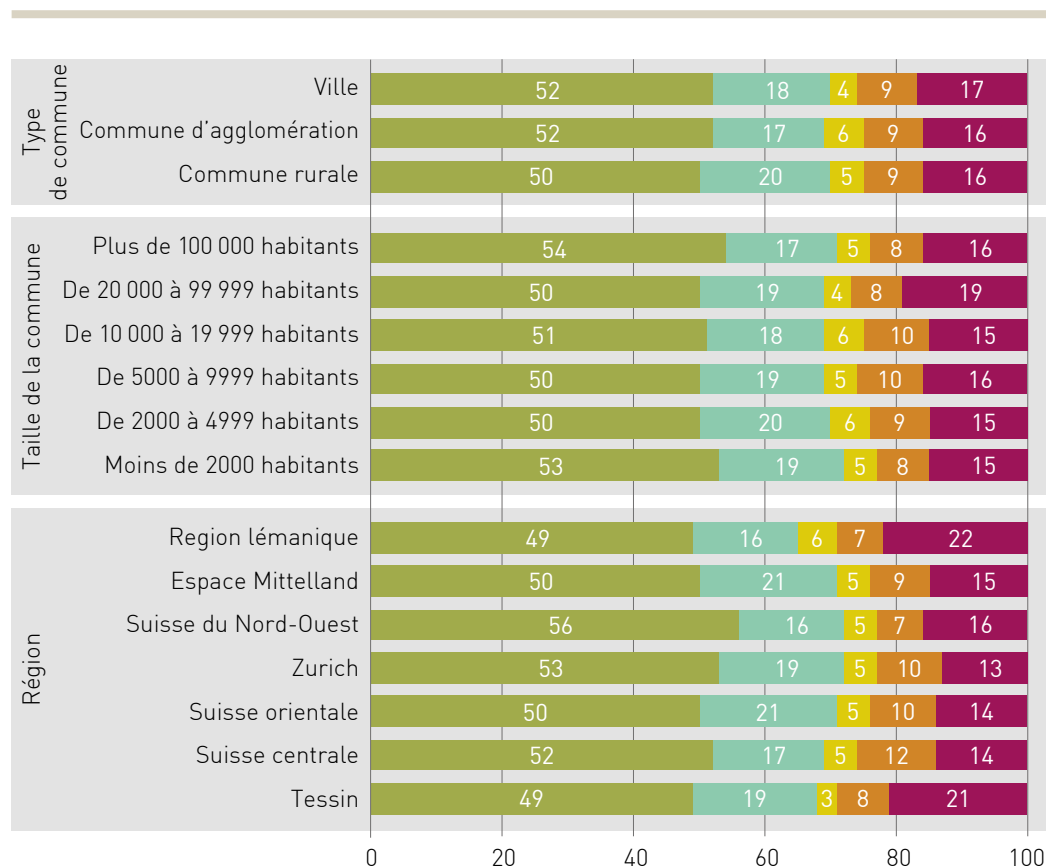
# 7. Différences régionales

## On fait autant de sport en ville qu'à la campagne

Les termes de «ville», «campagne» et «agglomération» font référence non seulement à des milieux bâtis différents mais aussi à des façons de vivre qui, prétend-on, sont de plus en plus dissemblables. Des conditions de vie autres, couplées à des problématiques différentes, induisent des attitudes et des comportements divergents, comme en témoignent, par exemple, les résultats des votations, le comportement en matière d'achats ou l'utilisation qui est faite des moyens de transport. Ces différences n'ont toutefois pas d'impact sur l'activité sportive – en tout cas pas lorsqu'on la considère isolément.

Le graphique 7.1 révèle que l'on fait presque autant de sport à la campagne, que dans les communes d'agglomération et en ville. Même en allant plus dans le détail et en opérant des distinctions en fonction de la taille des communes, on ne constate pas de différences notables dans l'activité sportive. Les habitants des

grandes villes de plus de 100 000 habitants sont aussi sportifs que ceux des communes de moins de 2000 habitants. Seules les villes moyennes comptant entre 20 000 et 100 000 habitants affichent une proportion un peu plus élevée de non-sportifs. L'implication sportive des habitants d'une commune ne dépend donc pas de la taille de celle-ci. Les facteurs socio-économiques semblent plus décisifs. En partant de la typologie des communes de l'Office fédéral de la statistique, on constate que dans les communes à revenu élevé et les communes agricoles, la proportion de non-sportifs, inférieure à 12%, est plus basse que la moyenne. La proportion la plus élevée de sportifs très actifs se rencontre dans les communes touristiques: 59% des habitants font du sport plusieurs fois par semaine, trois heures ou plus au total. Ces constats font écho aux différences sociales observées dans le comportement sportif, sur lesquelles nous reviendrons au chapitre 8.



**G 7.1:** Activité sportive en fonction du type de commune (urbaine ou rurale), de la taille de la commune et de la région (en % de la population résidante de 15 ans ou plus)

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 12086. Taille de la commune et type de commune (urbaine ou rurale) selon la codification de l'Office fédéral de la statistique. La subdivision par régions correspond aux grandes régions de Suisse.

- Plusieurs fois par semaine, trois heures ou plus au total
- Au moins une fois par semaine, deux heures ou plus au total
- Au moins une fois par semaine, mais moins de deux heures au total
- Occasionnellement/rarement
- Jamais

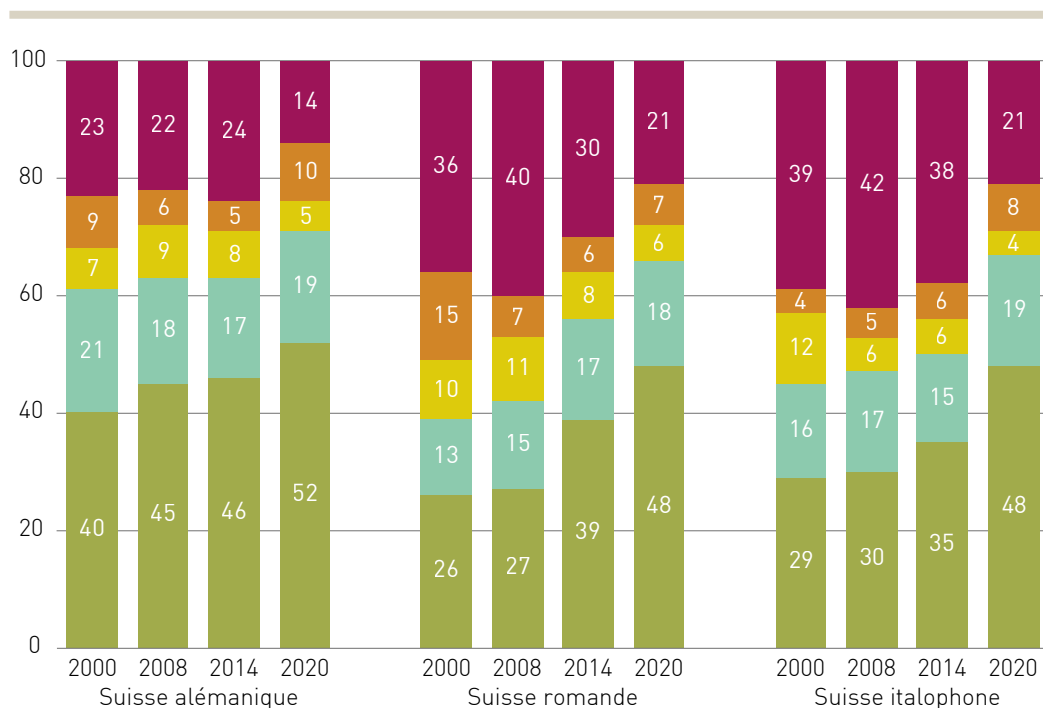
### Différences entre ville et campagne quant au choix de l'activité sportive

Si le volume de l'activité sportive ne diffère pas entre ville et campagne, il existe quelques divergences notables en matière de préférences sportives. Certes, le «combiné helvétique» (randonnée, cyclisme, natation, ski et jogging) est plébiscité partout. Cependant, les habitants des zones rurales pratiquent un peu plus la randonnée et surtout le ski, alors que les urbains font plus de natation et de jogging. Le VTT est aussi plus populaire à la campagne tandis qu'en ville, on aime mieux le fitness, la musculation et le yoga. On notera également la proportion plus élevée de golfeurs dans les communes d'agglomération et la proportion supérieure à la moyenne de tireurs et d'adeptes de l'athlétisme dans les communes rurales. Si l'on considère les motivations, il est intéressant de noter qu'à la campagne, la convivialité et le contact avec la nature sont plus importants qu'en ville, où l'on fait plus souvent du sport par souci de son apparence physique, pour se détendre et pour décompresser. Il en résulte des différences dans le choix du cadre: le cadre associatif a clairement la cote à la campagne; en ville, les centres de fitness attirent aujourd'hui plus de monde que les associations ou les clubs (cf. chapitres 11 et 12).

### Gros rattrapage en Suisse romande et au Tessin

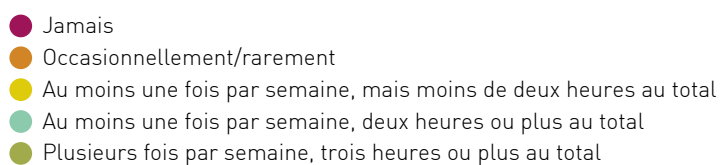
Lorsqu'on observe les différences régionales dans les comportements sportifs, ce ne sont pas les différences ville-campagne qui frappent mais les écarts

entre les grandes régions du pays (cf. graphique 7.1). Zurich, la Suisse orientale et la Suisse centrale sont les régions qui comptent le moins de non-sportifs; et la Suisse du Nord-Ouest est celle où l'on recense le plus de sportifs très actifs. En dehors de cela, ce sont surtout les disparités entre régions linguistiques qui sautent aux yeux. Ce n'est pas nouveau: depuis la première enquête «Sport Suisse», il apparaît que l'activité sportive en Suisse alémanique est nettement plus conséquente qu'en Suisse romande et en Suisse italophone (cf. graphique 7.2). En 2020 aussi, on constate qu'il y a, en Suisse alémanique, moins de non-sportifs et un peu plus de sportifs très actifs qu'en Suisse latine. Les différences sont toutefois nettement moins marquées qu'il y a 20 ans. Ce ne sont plus tant, désormais, les différences elles-mêmes qui méritent d'être soulignées, que le rattrapage réalisé par la Suisse romande et la Suisse italophone. Au Tessin, surtout, on peut parler d'un saut quantique. En Suisse romande et en particulier au Tessin, les sportifs très actifs sont beaucoup plus nombreux qu'il y a six ans et les écarts avec la Suisse alémanique ont fortement régressé. Un facteur décisif à cet égard a été l'augmentation considérable, ces six dernières années, de l'activité physique des femmes de 45 à 74 ans et, dans une moindre mesure, des hommes de 35 à 74 ans.



**67.2:** Activité sportive dans les trois régions linguistiques de 2000 à 2020 (en %)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2000: 2058; 2008: 10242; 2014: 10622; 2020: 12086.



	Suisse alémanique		Suisse romande		Suisse italophone	
	Citations	Variation entre 2014 et 2020	Citations	Variation entre 2014 et 2020	Citations	Variation entre 2014 et 2020
	(en % de la population)	(en %)	(en % de la population)	(en %)	(en % de la population)	(en %)
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	59,2	13,5	50,0	9,4	53,3	12,3
Cyclisme (hors VTT)	46,6	2,5	29,9	4,2	28,3	-0,1
Natation	40,4	2,1	34,4	4,7	30,9	1,2
Ski (hors randonnée à skis)	35,3	-1,2	35,8	1,4	25,0	2,4
Jogging, course à pied	28,5	1,9	23,3	6,9	21,3	3,4
Fitness, individuel ou collectif	18,2	-0,6	15,0	-3,5	12,2	0,7
Musculation, body-building	13,9	7,7	12,0	10,6	9,1	6,4
Yoga, Pilates, Body-Mind	13,0	5,2	12,5	7,0	12,6	6,2
Danse	12,7	4,0	8,6	2,6	3,3	0,7
Gymnastique	9,9	-0,8	5,1	-1,9	6,8	-0,7
VTT	7,3	1,6	9,3	1,1	9,6	4,5
Football	7,5	-0,5	7,8	0,5	8,7	1,9
Randonnée à skis/en snowboard, raquettes à neige	5,3	2,1	11,0	4,4	4,0	2,2
Luge, bob	7,0	2,9	3,1	1,6	1,2	-0,1
Tennis	5,2	0,6	6,0	-0,6	4,7	-1,3
Ski de fond	5,2	1,2	5,5	0,8	5,1	3,1
Snowboard (hors randonnée)	6,0	-0,2	3,9	1,7	2,8	-0,3
Walking, nordic walking	6,2	-2,7	1,9	-2,4	2,8	0,8
Escalade, alpinisme	3,4	1,1	4,0	1,8	2,3	1,4
Badminton	2,7	-0,4	4,7	0,8	0,2	-0,3
Volleyball, beach-volley	3,0	-0,4	2,6	0,9	1,7	1,5
Sports de combat, autodéfense	2,3	-0,1	3,2	0,6	1,4	-0,4
Tennis de table	2,2	1,2	2,9	2,1	1,7	0,9
Golf	2,3	0,5	2,3	0,2	1,4	0,1
Planche à voile, kitesurf	1,9	1,3	3,1	2,6	1,0	0,8
Patinage	2,3	1,0	1,4	0,3	1,7	0,0
Equitation, autres sports équestres	2,1	0,2	2,0	0,1	0,9	-0,5
Aqua-Fitness	1,8	0,0	2,5	0,0	3,3	1,3
In-line-skating, patinage sur roulettes	2,5	-1,2	0,7	-1,0	0,5	0,3
Basketball	1,6	0,0	2,9	1,1	1,2	-0,1
Unihockey	2,0	0,0	0,7	0,1	1,7	1,1
Squash	1,5	0,0	2,2	0,8	0,7	0,0
Tir	1,6	0,3	0,7	-0,1	0,3	-0,3
Voile	1,1	0,0	1,4	0,4	0,2	-0,9
Hockey sur glace	1,2	-0,2	0,7	-0,1	1,2	0,6
Aviron	1,0	0,3	0,6	0,4	0,3	0,1
Plongée	0,9	0,0	1,2	0,3	0,9	0,7
Canoë, descentes d'eaux vives	0,6	0,3	1,1	1,0	0,3	0,1
Athlétisme	0,7	0,0	0,4	-0,1	0,5	0,5
Handball	0,5	0,1	0,4	0,2	0,0	-0,2
Autres sports collectifs	1,9	1,0	2,4	1,6	2,1	1,4
Autres sports d'aventure	1,8	0,6	3,6	2,2	1,7	1,3
Autres sports d'endurance	1,4	0,7	0,9	0,4	1,7	1,1
Autres sports	3,8	1,9	2,8	1,5	2,6	-1,8

Remarques: Nombre de personnes interrogées: Suisse alémanique: 9786; Suisse romande: 1559; Suisse italophone: 775. Outre les activités citées par les sportifs, les valeurs indiquées tiennent compte des réponses fournies par les non-sportifs lorsque le sport en question figure parmi leurs activités physiques (cf. chapitre 9). La majorité des sports figurant dans ce tableau recouvrent diverses disciplines. Ces regroupements ont été légèrement modifiés pour l'enquête 2020. Si l'on compare les valeurs de 2014 et celles de 2020, il faut se souvenir que l'enquête 2020 inclut des personnes de plus de 74 ans. Les variations entre 2014 et 2020 qui n'ont pas d'importance statistique apparaissent en gris.

Dans les enquêtes antérieures, nous avons affirmé que les disparités entre régions linguistiques étaient d'ordre culturel. Il était frappant de constater que dans chaque région linguistique de la Suisse, les habitudes sportives de la population reflétaient celles qui avaient cours dans la zone linguistique de référence. Ainsi, bien que l'on fasse plus de sport en Suisse que dans les pays voisins, les différences entre la Suisse alémanique, la Suisse romande et le Tessin reflétaient aussi un peu les différences entre l'Allemagne, la France et l'Italie (cf. graphique 2.3). Cette affirmation n'est plus vraie. Aujourd'hui, la Suisse est nettement plus homogène qu'il y a 20 ans. L'activité sportive au Tessin dépasse de beaucoup non seulement l'activité sportive pratiquée en Italie, mais aussi celle pratiquée en Allemagne.

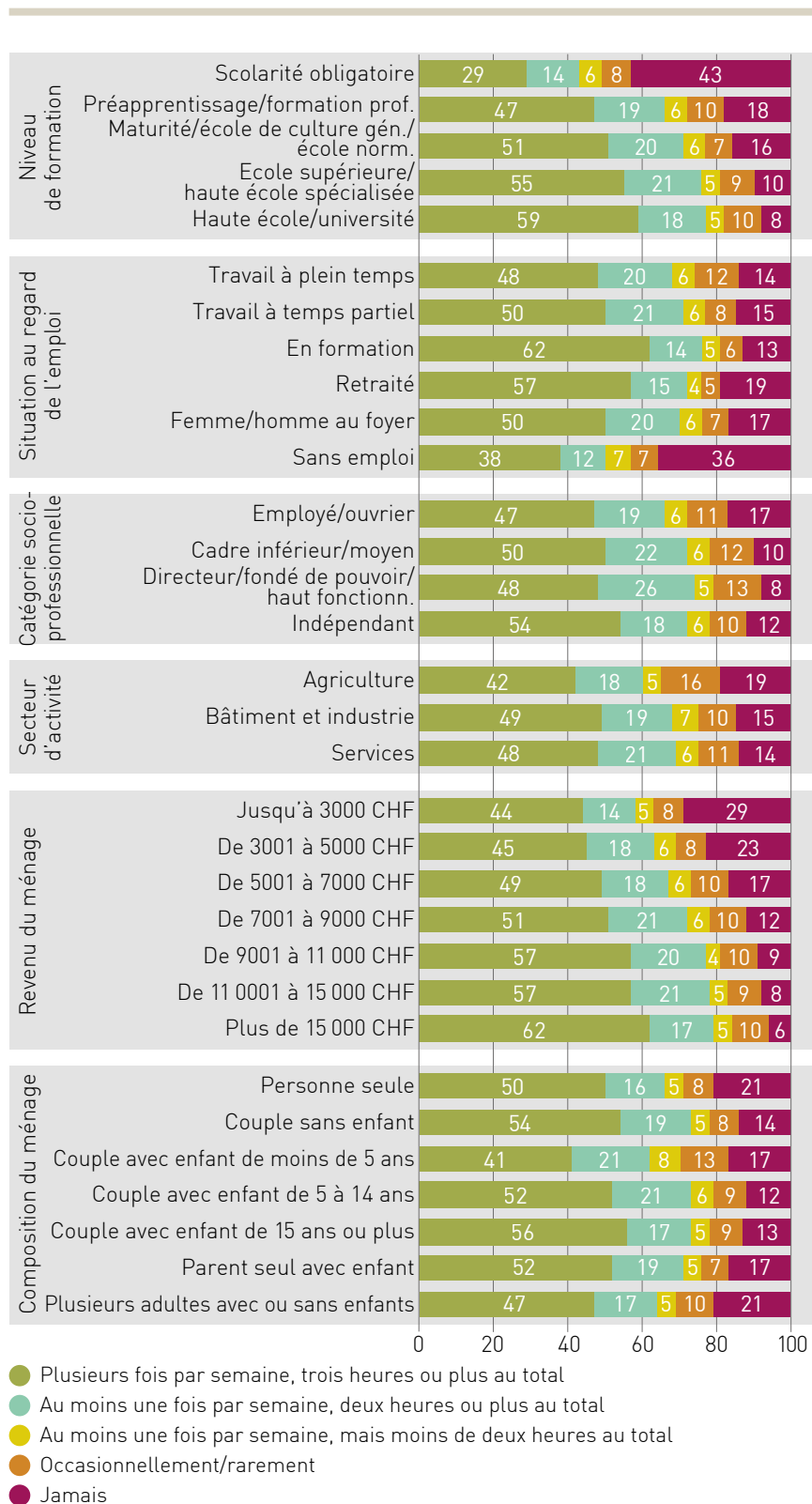
### **Des sports de prédilection différents selon les régions linguistiques**

Les sports de prédilection, en revanche, témoignent toujours de différences culturelles (cf. tableau 7.1). Ainsi le cyclisme est nettement plus prisé en Suisse alémanique qu'en Suisse latine, sauf le vélo tout terrain (VTT), qui compte proportionnellement plus d'adeptes en Suisse romande et en Suisse italophone. Comme il y a six ans, c'est aussi en Suisse alémanique que les amateurs de randonnée pédestre sont les plus nombreux, quoique l'engouement pour ce sport ait aussi saisi les Romands et les Tessinois. On trouve également un peu plus d'Alémaniques parmi les nageurs et les joggeurs. Le ski est nettement plus apprécié en Suisse alémanique et en Suisse romande qu'au Tessin. Il n'y a en revanche pas de différence pour le ski de fond, et la Suisse romande aime tout particulièrement la randonnée à skis. Alors que la gymnastique sous sa forme traditionnelle et le walking sont pratiqués principalement outre-Sarine, les différences entre les régions linguistiques sont nettement plus faibles pour ce qui est du fitness et de la musculation. Concernant les sports d'équipe, on remarque que la Suisse italophone a un faible un peu plus marqué pour le football alors que le handball y est presque absent. L'unihockey est particulièrement répandu en Suisse alémanique, et le basketball en Suisse romande. Le volleyball, populaire surtout dans l'aire de langue allemande, a pourtant légèrement perdu du terrain en Suisse alémanique, alors qu'en Suisse latine, on compte désormais quelques volleyeurs de plus.

Il faut souligner en outre qu'en Suisse romande, le nombre de sportifs qui participent à des compétitions est proportionnellement plus grand qu'en Suisse alémanique et au Tessin (part de compétiteurs sur l'ensemble des sportifs: 22% en Suisse romande, 19% en Suisse alémanique et 16% en Suisse italophone). L'intérêt plus vif des Romands pour la performance et le sport de compétition apparaît aussi dans les motifs de leur pratique sportive. Mais la convivialité, la détente et la réduction du stress figurent aussi en tête de leurs motivations, davantage que chez les Alémaniques et les Tessinois. Enfin, alors qu'outre-Sarine on fait nettement plus souvent du sport pour le plaisir de bouger, le souci de sa silhouette et de son apparence joue un plus grand rôle en Suisse latine.

# 8. Différences sociales

**G 8.1:** Activité sportive selon le niveau de formation, la situation au regard de l'emploi, la catégorie socioprofessionnelle, le revenu et la composition du ménage (en %)



Remarques: Niveau de formation: correspond au niveau de formation achevée le plus élevé ou à la formation en cours, concerne uniquement les plus de 24 ans, n=9268; situation au regard de l'emploi: n=11 832; catégorie socioprofessionnelle et secteur économique: seulement les personnes actives, n= resp. 6130 et 7003; revenu du ménage: net par mois en CHF, n=11 056; composition du ménage, n=12 059.

Le boom qu'a connu le sport au cours des 20 dernières années a peu à peu gommé les différences qui existaient entre les sexes et entre les tranches d'âge en matière de pratique sportive. Les disparités relevées entre les régions linguistiques se sont elles aussi fortement estompées. Les femmes, les personnes d'un certain âge de même que les Romands et les Italophones font aujourd'hui beaucoup plus de sport qu'il y a 20 ans, comblant ainsi nettement leur retard par rapport aux hommes, aux jeunes et aux Allemaniques. Cette tendance positive s'est encore accentuée au cours des six dernières années. Dans le présent chapitre, nous avons donc cherché à savoir si ce nivellement concernait également les écarts socioéconomiques.

## Le niveau de formation et le revenu influencent l'activité sportive

Le graphique 8.1 montre les différences en matière de pratique sportive en fonction du niveau de formation, de la situation au regard de l'emploi, de la catégorie socioprofessionnelle, du secteur économique, du revenu du ménage et de la composition de celui-ci. S'agissant de la formation et du revenu, un gradient social comparable à celui qui existe dans le domaine de la santé est nettement identifiable. La part de sportifs très actifs augmente à mesure que s'accroissent le niveau de formation et le revenu du ménage. Dans le même temps, la part des non-sportifs diminue. Nous avons déjà observé ce gradient social dans les précédentes études «Sport Suisse». Malgré le boom qu'a connu l'activité sportive, la situation n'a guère évolué, ni au cours des deux dernières décennies en général, ni ces six dernières années en particulier et toutes les couches de population (formation et revenu) ont accru leur pratique sportive dans une mesure similaire durant cette période. Seules les personnes qui ont accompli leur scolarité obligatoire sans avoir suivi de formation subséquente semblent n'avoir pas changé leurs pratiques: elles ont moins contribué au boom du sport que les personnes disposant d'une formation moyenne ou supérieure [cf. également les résultats allemands [10]].

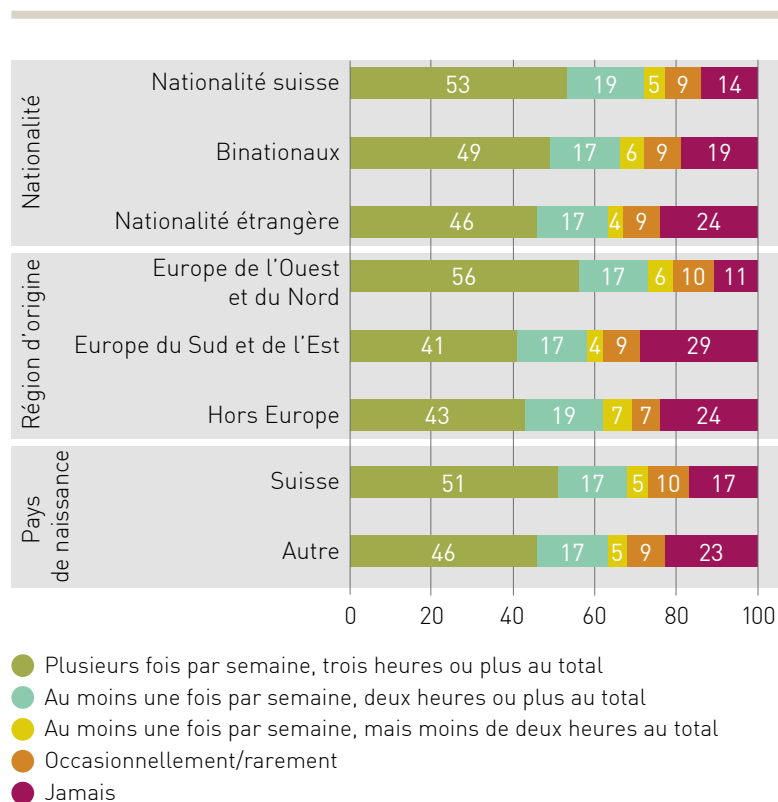
### Les personnes sans emploi sont plus souvent inactives physiquement

Si l'on observe la situation au regard de l'emploi, l'activité professionnelle exercée ainsi que la composition du ménage, les corrélations sont moins nettes. Travailler dans le secteur secondaire ou tertiaire, à temps plein ou à temps partiel ou occuper une fonction de cadre supérieur, tout cela n'a qu'une influence minime sur la pratique sportive. Le graphique 8.1 le montre: il existe certaines différences selon la situation au regard de l'emploi, la catégorie socioprofessionnelle et le secteur d'activité des personnes interrogées, mais elles sont bien moins marquées que celles qui découlent du niveau de formation et du revenu. Seul le faible niveau d'activité sportive des personnes sans emploi saute aux yeux. Bien qu'une légère progression ait été enregistrée pour ce groupe de population au cours des six dernières années, celle-ci s'inscrit en deçà de la moyenne des autres groupes, en particulier des sportifs très actifs, et l'écart avec le reste de la population s'est quelque peu creusé. Une progression supérieure à la moyenne est en revanche observée chez les retraités et les actifs du secteur agricole. Ce sont toujours les personnes en formation qui font le plus de sport, même si l'avance qu'elles possédaient par rapport aux actifs et aux retraités s'est réduite.

### Les enfants influencent l'activité sportive des parents

Les chiffres concernant la composition du ménage montrent un phénomène intéressant s'agissant des parents avec enfant. C'est dans les ménages comprenant un enfant de plus de 15 ans que l'on trouve la plus grande part de personnes pratiquant une activité sportive plusieurs fois par semaine à raison de trois heures au moins. C'est dans les ménages comprenant un enfant de 5 à 14 ans que l'on compte le moins de non-sportifs et dans les ménages comprenant un enfant de moins de 5 ans que l'on rencontre le moins de sportifs très actifs. La naissance d'un enfant entraîne donc un recul visible mais provisoire de l'activité sportive. Les parents de jeunes enfants sont en effet souvent contraints de réduire leur pratique sportive. Contrairement à 2014, nous constatons cet effet non plus seulement chez les jeunes mères mais aussi chez les jeunes pères, même si la diminution de leur pratique est un peu moins marquée. L'activité sportive des parents croît cependant à nouveau avec l'âge des enfants, chez les mères toutefois moins rapidement que chez les pères. Les hommes retrouvent ainsi leur niveau d'activité antérieur à l'arrivée de l'enfant entre les 5 ans et les 14 ans de celui-ci. Chez les mères, il faut attendre que l'enfant ait 15 ans ou plus pour constater la reprise complète.

**G 8.2:** Activité sportive selon la nationalité, la région d'origine et le pays de naissance [en %]



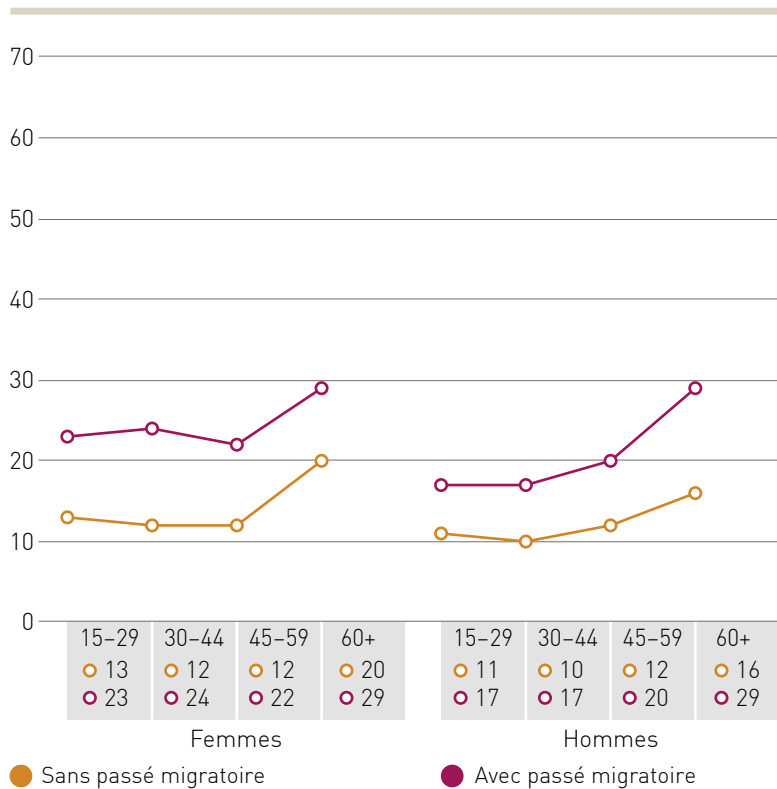
Remarques: Nationalité: n=12079; région d'origine et pays de naissance: seulement les personnes issues de la migration, n=3812.

### Une pratique sportive différente selon la nationalité

La nationalité a aussi une influence significative sur la pratique sportive. Les Suisses font plus de sport que les étrangers vivant en Suisse (cf. graphique 8.2). Ainsi, parmi les personnes possédant le passeport à croix blanche, 14% sont inactives et 53% très actives. Ces chiffres sont respectivement de 24% et 46% parmi les étrangers. L'activité sportive des binationaux, c'est-à-dire des personnes qui possèdent une deuxième nationalité et qui ont pour la majorité acquis la citoyenneté suisse par naturalisation, s'établit précisément entre les deux. Si l'on réunit les personnes étrangères et les personnes binationales sous l'appellation «Personnes issues de la migration», on constate des différences considérables en fonction de leur région d'origine. Alors que les migrants issus d'Europe de l'Ouest et d'Europe du Nord se montrent même plus actifs que les Suisses sans passé migratoire, les migrants originaires d'Europe du Sud et d'Europe de l'Est sont nettement moins actifs. Les migrants venus de pays extérieurs à l'Europe forment quant à eux un groupe très hétérogène: les personnes originaires d'Amérique du Nord et d'Océanie font nettement plus de sport que celles provenant d'Amérique latine, d'Afrique et d'Asie.

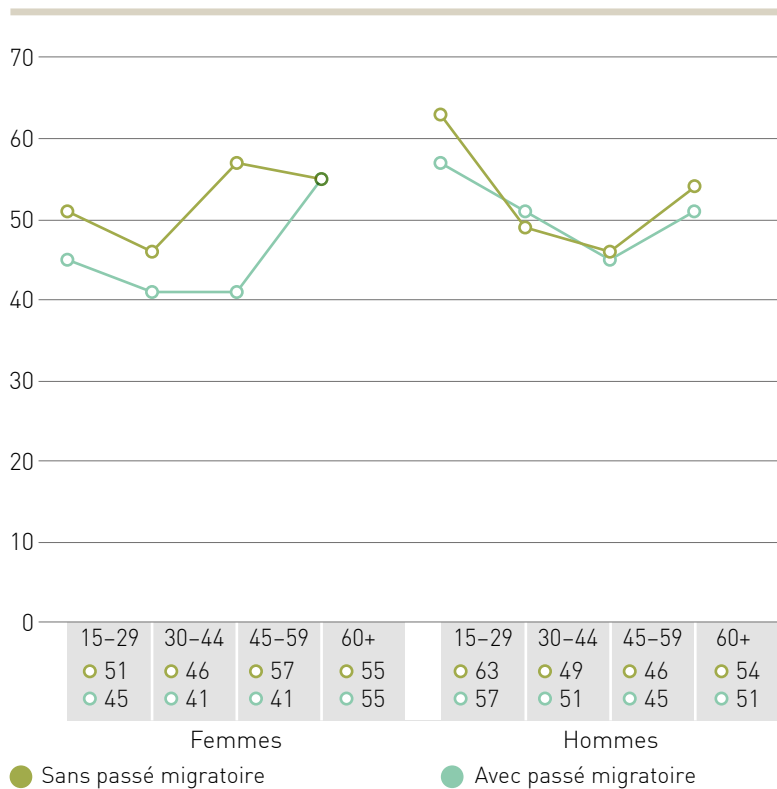


**G 8.3:** Part des non-sportifs selon le passé migratoire, l'âge et le sexe (en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 12079.

**G 8.4:** Part des sportifs très actifs selon le passé migratoire, l'âge et le sexe (en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 12079.

Il est intéressant de constater à quel point l'activité sportive des migrants reflète l'activité sportive de la population de leur pays d'origine. Le classement de l'activité sportive des migrants par pays d'origine correspond largement au classement des pays établi selon le baromètre européen (cf. graphique 2.3). On relève toutefois une différence de taille: si l'ordre est conservé, les étrangers vivant en Suisse se montrent nettement plus actifs physiquement que leurs compatriotes restés au pays. Les migrants sont ainsi certes marqués par les comportements sportifs qui ont cours dans leur pays d'origine, mais plus ils vivent longtemps en Suisse, plus ils en adoptent les habitudes sportives, profitant des nombreuses offres et des bonnes infrastructures helvétiques. Ce constat est également valable lorsque, parmi les migrants, on distingue ceux qui sont nés en Suisse de ceux qui sont nés à l'étranger: le comportement sportif des migrants nés en Suisse s'apparente alors quasiment à celui des Suisses.

**Préférences sportives des migrants**

Les migrants adoptent les habitudes des Suisses non seulement dans la pratique même d'une activité physique mais aussi dans le choix de cette activité, puisque les cinq activités les plus prisées par les Suisses sont aussi les activités favorites des migrants, même si ces derniers préfèrent le ski alpin à la randonnée et au cyclisme. Comparativement à la population indigène, les migrants pratiquent davantage le football, le basketball, les sports de combat, le tennis, la musculation ainsi que la planche à voile et le kitesurf. Ils sont en revanche nettement sous-représentés en walking, unihockey, tir et hockey sur glace.

Lorsque l'on compare le volume de l'activité physique des migrants en fonction de leur nationalité, un aspect retient particulièrement l'attention: les différences entre les sexes et les tranches d'âge. Durant des décennies, le sport a surtout été l'apanage des jeunes hommes. Cela a profondément changé en Suisse au cours des 30 à 40 dernières années (cf. chapitre 4), mais tous les pays n'ont pas évolué au même rythme. Les pays qui enregistrent un haut niveau d'activité sportive au sein de leur population, tels que présentés sur le graphique 2.3, sont aussi les pays dans lesquels l'activité sportive des femmes et des seniors a beaucoup progressé. Forts de ce constat, nous avons cherché à savoir si les différences en termes d'activité sportive selon l'âge et le sexe étaient les mêmes pour la population suisse que pour les personnes issues de la migration (cf. graphiques 8.3 et 8.4).

**Les migrants sont devenus plus sportifs**

Comme nous l'avons observé sur le graphique 8.2, on trouve un peu plus de non-sportifs parmi les migrants que parmi la population suisse. Cela vaut pour toutes les tranches d'âge et concerne aussi bien les hommes que les femmes (cf. graphique 8.3). Ainsi, contrairement à 2014, il n'existe plus aujourd'hui de différences en fonction de l'âge ou du sexe s'agissant de l'inactivité physique entre les personnes suisses et les personnes issues de la migration. Les migrantes, mais aussi les migrants âgés, ont comblé leur retard dans ce domaine au cours des six dernières années et sont nettement moins inactifs. La situation est quelque peu différente quand on s'attache aux sportifs très actifs (cf. graphique 8.4). Alors que, pour les hommes, on n'observe plus de grande différence entre les migrants et les Suisses sans passé migratoire, le contraste existe toujours pour les femmes. Même si les chiffres présentés ne sont pas directement comparables avec les valeurs relevées en 2014, on peut voir ici que les migrantes, en particulier les plus jeunes et les plus âgées, sont devenues plus actives. Cette évolution ne résulte pas uniquement de l'efficacité des programmes d'encouragement du sport destinés aux étrangères mais aussi de l'accroissement de la migration issue d'Europe de l'Ouest et d'Europe du Nord. S'ajoute à cela le fait que seuls les migrants maîtrisant l'une des trois langues nationales, c'est-à-dire les migrants pouvant être considérés comme bien intégrés, ont la possibilité de participer à l'enquête «Sport Suisse».

**Le niveau de formation, le revenu et la nationalité comme principaux facteurs d'influence**

Pour terminer, un autre élément doit être pris en compte lorsque l'on cherche à expliquer le lien entre caractéristiques socioéconomiques et activité sportive. Les différents facteurs d'influence tels que le niveau de formation, la profession, le revenu, la situation personnelle et le passé migratoire sont corrélés entre eux. Cela signifie qu'ils peuvent se superposer et se renforcer mutuellement mais aussi en partie s'annuler. Ainsi, l'on pourrait objecter, lorsque l'on établit un lien entre activité sportive et passé migratoire, que ce n'est pas la nationalité qui est déterminante mais le plus faible niveau de formation et de revenu des migrants issus d'Europe du Sud et d'Europe de l'Est. En appliquant des méthodes statistiques complexes (analyse de variance multivariée), que l'on ne détaillera pas ici, nous avons contrôlé les différents effets et filtré les facteurs d'influence déterminants: parmi le sexe, l'âge, le niveau de formation, le revenu, la situation au regard de l'emploi et la nationalité, ce sont le niveau de formation, le revenu et la nationalité qui, indépendamment l'un de l'autre, influencent le plus fortement la pratique sportive. Les corrélations ne sont toutefois globalement pas très fortes. Comme nous l'avons vu, les personnes ayant un faible niveau de formation, un faible revenu et un passé migratoire pratiquent souvent une activité sportive. Au-delà de l'existence d'un passé migratoire, c'est surtout la région du monde ou le pays dont sont originaires les migrants qui sont importants.

# 9. Non-sportifs

Un sixième de la population suisse répond non à la question «Faites-vous du sport?». Dans le chapitre 2, nous indiquions déjà que la part des non-sportifs avait considérablement diminué ces six dernières années, passant de 26% à 16% de la population. Ce recul est d'autant plus frappant que la part des non-sportifs s'établissait à 26% ou 27% depuis 20 ans. Dans ce chapitre, nous entendons étudier de plus près ce phénomène inédit. Nous nous demanderons aussi qui sont ces non-sportifs, quel rapport ils entretiennent avec le sport et si éventuellement leur comportement pourrait évoluer.

## Le profil social des non-sportifs

Dans les chapitres 4, 7 et 8, nous avons pu mettre en évidence les groupes de population qui comportaient le plus de personnes inactives physiquement. La proportion des non-sportifs est légèrement plus élevée chez les femmes que chez les hommes. Cet écart minime entre les sexes tient au fait que, dans la tranche d'âge la plus basse (15-24 ans) et dans la tranche d'âge la plus élevée (+ de 74 ans), les femmes sont nettement plus nombreuses que les hommes à ne pratiquer aucun sport. Toutefois, chez les femmes comme chez les hommes, la part des non-sportifs a enregistré un net recul au cours des six dernières an-

nées, particulièrement dans la tranche des 45-74 ans. Les disparités entre les régions linguistiques se sont également aplanies, la Suisse italophone comptant désormais nettement moins de non-sportifs qu'en 2014. Pour autant, la part des personnes physiquement inactives demeure toujours un peu plus élevée dans les régions latines qu'en Suisse alémanique. C'est par ailleurs parmi les personnes possédant un faible niveau de formation et de revenu, parmi les personnes sans emploi et parmi les migrants originaires d'Europe du Sud ou d'Europe de l'Est que l'on trouve le plus de non-sportifs. Dans tous ces groupes, la part des sportifs a néanmoins augmenté au cours des six dernières années. Ce n'est que parmi les personnes possédant un faible niveau de formation et parmi les personnes sans emploi que l'augmentation relevée est inférieure à la moyenne.

## Le passage du non-sportif au sportif occasionnel

Lors des précédentes études «Sport Suisse», nous avons déjà pu constater que les personnes qui se déclarent non-sportives ne sont en fait pas totalement inactives physiquement. En 2014, 75% d'entre elles disaient pratiquer occasionnellement une activité physique telle que la randonnée, la natation, le cyclisme, le ski alpin ou la danse, des activités que l'on peut qualifier de sportives. Celles-ci n'étaient toutefois pas pratiquées avec une intensité ou dans une mesure qui aurait amené leurs pratiquants à se considérer comme sportifs. En 2020 également, l'échantillon comprend des non-sportifs qui pratiquent occasionnellement des activités physiques ou sportives. Leur proportion parmi les non-sportifs a toutefois chuté de 17 points, pour atteindre 58%. Comme en 2014, la randonnée, le cyclisme et la natation sont les activités physiques occasionnelles les plus fréquemment citées, suivies du ski alpin, des promenades avec le chien, de la danse et du jogging, puis, plus rarement, du football, du snowboard, de la luge, du yoga, du Pilates, du Body-Mind et du fitness (cf. tableau 9.1).

**T 9.1:** Formes d'activité physique et sportive pratiquées occasionnellement par les non-sportifs

	Citations (en % des non-sportifs)	Age moyen (en années)	Part des femmes (en %)
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	26,8	51	55
Cyclisme (hors VTT)	17,9	49	48
Natation	16,2	45	59
Ski (hors randonnée à skis)	10,8	41	47
Promenade (sortie du chien)	7,2	51	65
Danse	5,8	43	79
Jogging, course à pied	4,8	42	60
Football	2,0	29	16
Snowboard (hors randonnée)	1,8	29	43
Luge, bob	1,3	38	50
Yoga, Pilates, Body-Mind	1,3	47	68
Fitness, individuel ou collectif	1,2	39	75

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 1855 (non-sportifs). Les formes d'activité physique et sportive listées sont celles qui ont été citées par au moins 1% des non-sportifs.

Etant donné que, parallèlement, le nombre de sportifs occasionnels a presque doublé entre 2014 et 2020 (cf. graphique 2.1), nous pouvons supposer que les anciens non-sportifs associent aujourd'hui davantage leurs activités physiques à du sport et se considèrent dès lors comme étant des sportifs (occasionnels). Deux raisons peuvent expliquer cette évolution: la première étant que les anciens non-sportifs ont augmenté l'intensité et la fréquence de leurs activités de telle manière qu'ils estiment être aujourd'hui des sportifs, la seconde que la notion de «sport» s'est de nouveau élargie au cours des six dernières années, ce qui amène les anciens non-sportifs à considérer leurs activités comme des activités sportives bien que leur comportement n'ait pas véritablement évolué. Il ressort de ces deux explications que la notion de «sport» renvoie à un concept positif auquel on apparente volontiers ses activités. Par ailleurs, nous constatons que la part des non-sportifs «convaincus» est restée stable ces six dernières années puisque les personnes qui ne pratiquent aucune forme d'activité physique ou sportive représentent aujourd'hui, comme en 2014, 7% de la population suisse.

### Les non-sportifs ont une image positive du sport

Comme un bon tiers des non-sportifs de 2014 comptent aujourd'hui parmi les sportifs occasionnels, nous pouvons supposer que nous avons affaire actuellement à des non-sportifs plus convaincus qu'auparavant. Nous pouvons le vérifier en étudiant la représentation qu'ils ont du sport et les expériences qu'ils ont faites en matière de sport.

Penchons-nous tout d'abord sur les images et concepts que les non-sportifs associent au sport. Comme les sportifs, les non-sportifs ont été interrogés sur ce que le sport évoque pour eux (cf. graphique 9.1). De prime abord, le nuage de mots des non-sportifs diffère peu de celui des sportifs (cf. graphique 5.3). Quand on leur parle de sport, la majorité des non-sportifs pensent ainsi en premier lieu à l'activité physique (83%) et à la santé (59%). Les associations négatives sont rares: blessures (17%), dopage (10%) ou violence (4%). En étudiant de plus près le nuage, on constate toutefois des différences. Les non-sportifs associent nettement moins souvent que les sportifs le sport à l'individualisme, au contact avec la nature, aux expériences, au plaisir, à la réalisation de soi, à la perception corporelle, à la liberté, à la convivialité, à la détente et au style de vie mais un peu plus souvent à la contrainte/au devoir et à l'agressivité/à la violence. Les différences entre les non-sportifs et les sportifs se sont accentuées au cours des six dernières années. Comparativement à 2014, les non-sportifs (restants) associent plus rarement le sport avec le plaisir, la convivialité, le jeu, l'entraînement et la perception corporelle mais plus souvent avec la contrainte/le devoir.



**G 9.1:** Termes associés au sport par les non-sportifs

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 1259 (non-sportifs; enquête en ligne uniquement). Nuage de mots-clés: les mots figurent en lettres plus ou moins grandes en fonction de leur fréquence de sélection par les personnes interrogées. Les couleurs font ressortir les combinaisons de mots fréquentes, repérées grâce à une analyse factorielle. Les termes «Plaisir», «Contraintes» et «Physique agréable» sont représentés en gris pour signifier que les personnes qui ont sélectionné à la fois «Contraintes» et «Physique agréable» ont très rarement cité le terme «Plaisir».

**T 9.2:** Raisons avancées par les non-sportifs pour expliquer leur inactivité

	en% des non-sportifs
Manque de temps en général	34,7
Surcharge de travail, excès de fatigue	24,8
Manque d'envie et de plaisir	23,1
Raisons de santé	23,1
Autres centres d'intérêt	13,5
Activité physique suffisante, se sent en bonne forme	11,2
A d'autres activités physiques	10,0
Horaires de travail étendus ou défavorables	9,7
Raisons financières, le sport coûte trop cher	9,6
Sport au détriment de la vie de famille	8,8
Sentiment d'être trop âgé-e	8,0
Ne se sent pas fait pour le sport, n'en retire aucun bien-être	3,7
Long temps de trajet entre le domicile et le lieu de travail	3,6
Aucune offre adaptée	3,5
Abandon suite à une blessure	2,4
Mauvais souvenirs, expériences négatives	2,0
Horaires d'ouverture incompatibles, mauvaise accessibilité des installations sportives	1,4

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 1855 (non-sportifs). Plusieurs réponses étaient possibles, ce qui explique que le total ne corresponde pas à 100%.

### **Le manque de temps et de motivation comme principales raisons de l'absence de pratique sportive**

Lorsque l'on demande aux non-sportifs pour quelles raisons ils ne pratiquent aucun sport, ils répondent en majorité que cela tient au manque de temps (cf. tableau 9.2). Dans le même ordre d'idées, ils citent des horaires de travail étendus ou défavorables et de longs trajets entre leur domicile et leur lieu de travail ou indiquent encore que le temps consacré au sport le serait au détriment de la vie de famille. Beaucoup invoquent aussi une surcharge de travail, source d'un excès de fatigue empêchant la pratique sportive, ou des raisons de santé. A cela s'ajoutent le manque d'envie de faire du sport, l'existence d'autres centres d'intérêts et (dans le meilleur des cas) le fait que d'autres activités physiques maintiennent ces non-sportifs en bonne forme. Manque d'intérêt et manque d'envie de faire du sport ont été en 2020 plus souvent cités en association avec la surcharge de travail et les raisons de santé qu'il y a six ans. Les non-sportifs avancent aussi plus souvent des raisons financières pour expliquer leur inactivité. Le manque d'offres, l'absence d'infrastructures sportives adaptées ou leur mauvaise accessibilité ou encore de mauvais souvenirs en lien avec le sport sont également plus fréquemment évoqués qu'en 2014, même si ces motifs restent rares.

### **Le sport à l'école, un jalon important**

Le fait que peu de non-sportifs associent le sport à de mauvais souvenirs ne tient pas au fait qu'ils n'ont aucune expérience dans ce domaine. 70% des non-sportifs ont effet par le passé fait du sport en dehors de l'éducation physique obligatoire, 90% d'entre eux au moins une fois par semaine. La plupart de ces non-sportifs autrefois actifs (72%) ont par ailleurs fait de bonnes expériences en matière de sport. Seuls 4% évoquent des expériences (plutôt) négatives tandis que 24% ont connu des expériences mitigées. Les non-sportifs qui n'ont jamais fait de sport en dehors de l'éducation physique obligatoire se montrent plus critiques. Interrogés sur leurs souvenirs du sport à l'école, ils sont 36% à décrire de bonnes expériences, 28% des expériences mitigées et 14% de mauvaises expériences. Les 22% restants n'ont pas pratiqué de sport à l'école. Il s'agit là, pour 64%, de personnes issues de la migration qui ne sont pas nées en Suisse et qui, selon toute vraisemblance, n'y ont pas fréquenté l'école. Les 36% restants sont certes des Suisses ou des personnes nées en Suisse qui y ont très certainement effectué leur scolarité obligatoire mais la plupart ont plus de 60 ans et les trois quarts sont des femmes. Les chiffres relevés montrent que c'est aussi par l'éducation physique que doivent passer l'initiation au sport et la fidélisation des jeunes à l'activité sportive.

### **Une volonté de renouer avec le sport**

La majorité des non-sportifs ne sont pas seulement d'anciens sportifs, ils pourraient aussi se (re)mettre au sport, au moins pour une partie d'entre eux. Ainsi, un tiers des non-sportifs déclarent avoir envie de reprendre une activité physique. Cette valeur s'établit légèrement en deçà de la valeur relevée en 2014 (2014: 38%; 2020: 34%). Le désir de renouer avec le sport augmente avec l'âge et s'exprime plus souvent chez les femmes, les personnes disposant d'une formation moyenne ou supérieure et les personnes de nationalité étrangère. Les non-sportives de moins de 45 ans de nationalité étrangère sont par exemple 58% à souhaiter reprendre une activité sportive. C'est dans la catégorie de population la plus inactive physiquement, à savoir les personnes possédant un faible niveau de formation, que ce désir est le moins présent (23%).

	<b>Citations</b> (en % des non-sportifs)	<b>Age moyen</b> (en années)	<b>Part des femmes</b> (en %)
Natation	6,4	45	58
Fitness, individuel ou collectif	5,9	39	68
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	4,9	56	57
Cyclisme (hors VTT)	3,9	46	51
Musculation, body-building	3,6	38	54
Jogging, course à pied	3,3	41	48
Yoga, Pilates, Body-Mind	3,2	43	90
Danse	3,2	36	89
Sports de combat, autodéfense	2,1	32	51
Tennis	1,9	42	41
Gymnastique	1,6	56	75
Football	1,6	38	10
Aqua-Fitness	1,6	51	100
Ski alpin (hors randonnée à skis)	1,2	49	71

**T 9.3:** Formes d'activité physique et sportive que les non-sportifs aimeraient pratiquer ou pratiquer davantage à l'avenir

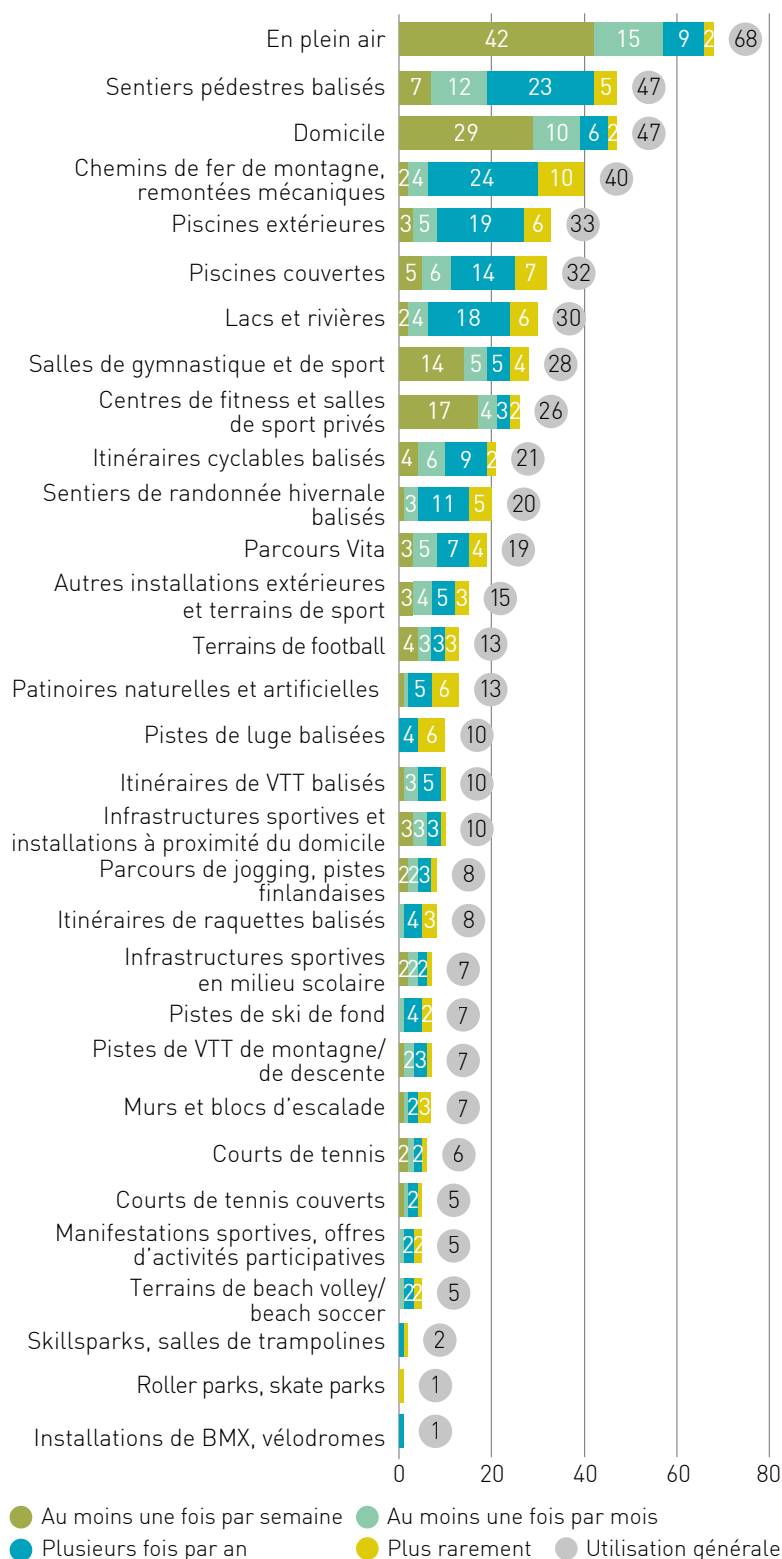
Remarques: Nombre de personnes interrogées: 1855 (non-sportifs). Les formes d'activité physique et sportive listées sont celles qui ont été citées par au moins 1 % des non-sportifs.

Les souhaits des non-sportifs en matière de pratiques sportives sont tout sauf surprenants (cf. tableau 9.3): les sports les plus fréquemment cités sont ceux qui figurent tout en haut du palmarès des sports les plus prisés par la population dans son ensemble et qui ont connu un boom ces dernières années, à savoir la natation, le fitness, la randonnée, le cyclisme, la musculation, le jogging, le yoga et la danse. De toute évidence, ce n'est pas en raison du manque d'offres que les non-sportifs ne se sont pas jusqu'à présent lancés dans la pratique d'une activité sportive (cf. tableau 9.2). Quelles sont alors les raisons qui pourraient les inciter à se montrer plus actifs? La plupart citent des motivations liées à la santé et à la forme physique (90% des non-sportifs qui aimeraient renouer avec le sport) puis la détente/la réduction du stress (63%), le plaisir de bouger (62%), le contact avec la nature (57%), la silhouette/l'apparence physique (52%), les contacts/la convivialité (27%), le risque/le défi (22%) et la compétition/la performance (8%). Les motivations des non-sportifs coïncident dès lors largement avec celles des sportifs (cf. chapitre 5).

L'encouragement de l'activité physique s'adresse tout particulièrement aux non-sportifs qui bougent peu dans le cadre de leur vie quotidienne ou de leur travail. Au chapitre 3, nous avons pu constater que 37% des non-sportifs ne pratiquaient pas l'activité physique minimale recommandée pour rester en bonne santé, invoquant plus souvent que les autres groupes le manque d'envie, des raisons de santé ou encore leur âge avancé pour justifier leur inactivité. Comme on peut s'y attendre, les arguments du manque de temps ou de l'existence d'autres activités physiques sont nettement moins cités. Pourtant, il apparaît qu'environ un tiers des non-sportifs qui ne satisfont pas aux recommandations minimales pourraient se (re)mettre au sport puisque 32% d'entre eux émettent le souhait de pratiquer une activité sportive. Cette proportion est quasiment la même chez les non-sportifs qui respectent les recommandations en matière d'activité physique (36%).

# 10. Lieux, horaires et cadre de la pratique sportive

**G 10.1:** Lieux de pratique et utilisation des infrastructures sportives au cours des douze derniers mois (en % de la population résidante suisse âgée de 15 ans ou plus)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 11 301.

## La Suisse, un paradis pour les sports de plein air

Pour pratiquer un sport, il faut disposer d'une infrastructure adéquate. On pense bien sûr aux salles de sport et de gymnastique, aux terrains de football, aux piscines couvertes ou de plein air ou encore aux patinoires et aux courts de tennis, mais il ne faut pas oublier les sentiers pédestres, itinéraires cyclables, pistes de ski de fond et de ski alpin et autres chemins de fer de montagne et remontées mécaniques. Le haut niveau d'activité sportive de la population suisse s'explique aussi par ces infrastructures de premier ordre, tout d'abord les installations sportives, qui sont la plupart du temps mises à disposition par les communes, mais aussi les nombreuses possibilités de sport qui s'offrent en plein air. Sa petite taille et sa diversité de paysages font en effet de la Suisse un paradis pour la pratique de sports de plein air: de grandes forêts, des collines mais aussi d'imposantes chaînes de montagne et un grand nombre de rivières et de lacs sont facilement accessibles et largement fréquentés pour la pratique sportive grâce aux bonnes infrastructures de transport.

Le tour d'horizon des lieux de sport et de leur fréquentation présenté au graphique 10.1 montre, d'une part, la quantité et la variété des infrastructures sportives et, d'autre part, le fort recours aux possibilités qu'offre la nature en matière de sport. S'agissant de l'interprétation des différents chiffres fournis, il convient de noter que la présente enquête n'a pas été menée de la même manière que les précédentes. Ainsi a-t-on pour la première fois questionné l'échantillon sur sa fréquentation des divers lieux de sport au cours de douze derniers mois et non sur une période indéterminée. Les valeurs relevées sont dès lors certes inférieures à celles figurant dans les précédentes études, mais elles reflètent certainement mieux la réalité. De cette façon, les taux d'utilisation des pistes de ski de fond ou des courts de tennis par exemple correspondent maintenant très précisément à la proportion de personnes qui, en Suisse, pratiquent ces sports.

## Forte utilisation des infrastructures sportives bâties

Dans la liste des lieux de sport fréquentés chaque semaine figure en tête la catégorie «En plein air», qui comprend en réalité tout un ensemble d'infrastructures. Car même en pleine nature, la pratique sportive requiert des infrastructures comme des sentiers pédestres, des chemins de fer de montagne et remontées mécaniques, des itinéraires cyclables, des parcours Vita, des sentiers VTT, des circuits de course à pied, des itinéraires de raquettes ou des pistes de ski

de fond. Tous ces lieux de sport de plein air affichent des taux d'utilisation considérables, en particulier si l'on prend en compte le fait que ces infrastructures consistent en général en des itinéraires et des voies spécifiques, c'est-à-dire balisés. Étonnamment, le sport est aussi souvent pratiqué à la maison: la part d'utilisations hebdomadaires y est particulièrement élevée, comme pour le plein air, les salles de sport et de gymnastique et les centres de fitness et salles de sport privés (cf. aussi chapitre 12). Parmi les lieux de sport fréquentés plusieurs fois par an par l'utilisateur type figurent enfin les sentiers pédestres balisés, les chemins de fer de montagne et remontées mécaniques ainsi que les piscines couvertes ou de plein air.

Les infrastructures sportives utilisées par moins de 20% de la population résidente suisse ont aussi une importance non négligeable. Si l'on considère que 1% de la population équivaut à environ 70 000 personnes, cela signifie par exemple que les terrains de foot sont foulés par quelque 280 000 personnes en Suisse chaque semaine, ce qui correspond assez précisément au nombre de licenciés des clubs de football. Si l'on y ajoute les utilisateurs occasionnels, les terrains de foot sont fréquentés par environ un million de personnes chaque année. Les parcours de jogging et pistes finlandaises accueillent quant à elles environ un demi-million de coureurs tout au long de l'année.

### Plusieurs installations à proximité du domicile

Certaines installations et offres sportives sont proposées directement dans la commune de domicile. Pour d'autres, il faut parcourir un trajet plus ou moins long. Le tableau 10.1 donne une vue d'ensemble des lieux dans lesquels se trouvent les différentes infrastructures fréquentées. Les infrastructures en milieu scolaire sont majoritairement utilisées au sein même de la commune de domicile. Environ la moitié des utilisateurs des parcours Vita, des terrains de football, des salles de gymnastique et salles de sport ainsi que des centres de sport et salles de sport privés fréquentent ces infrastructures dans leur commune de domicile. Les courts de tennis couverts, les roller et skate parks, les patinoires naturelles et artificielles, les piscines couvertes, les murs et blocs d'escalade, les piscines extérieures et les courts de tennis se trouvent généralement dans la région. Il faut en revanche sortir de sa région pour accéder à des pistes de luge, des skillsparks, des itinéraires de raquettes ou des sentiers de randonnée hivernale. Pour ces deux dernières infrastructures comme pour bon nombre d'autres offres de plein air, les utilisateurs optent généralement pour des lieux variés qui changent d'une fois à l'autre et se situent donc plus ou moins loin de leur domicile.

	Dans la commune de domicile	Dans la région	Dans un autre endroit	Variable
En plein air	40	27	3	30
Piscines extérieures	37	44	7	12
Piscines couvertes	32	48	8	12
Lacs et rivières	25	41	15	19
Salles de gymnastique et de sport	47	36	9	8
Centre de fitness et salles de sport privés	47	42	7	4
Sentiers de randonnée hivernale balisés	7	21	28	44
Parcours Vita	51	37	4	8
Autres installations extérieures et terrains de sport	40	39	7	14
Terrains de football	48	35	6	11
Patinoires naturelles et artificielles	27	50	12	11
Pistes de luge balisées	7	20	42	31
Parcours de jogging, pistes finlandaises	43	40	6	11
Itinéraires de raquettes balisés	6	25	31	38
Infrastructures sportives en milieu scolaire	61	26	7	6
Pistes de VTT de montagne/de descente	14	40	16	30
Murs et blocs d'escalade	15	47	24	14
Courts de tennis	41	44	8	7
Courts de tennis couverts	29	58	7	6
Manifestations sportives, offres d'activités participatives	18	36	16	30
Terrains de beach volley/beach soccer	33	41	16	10
Skillsparks, salles de trampolines	16	31	39	14
Roller parks, skate parks	21	52	9	18
Installations de BMX, vélodromes	21	39	12	28

**T 10.1:** Lieux d'utilisation d'une sélection d'infrastructures sportives (part de l'ensemble des utilisateurs d'une infrastructure donnée en %)

Remarques: Réponses à la question «Où utilisez-vous ces infrastructures d'habitude?». Nombre de personnes interrogées: entre 181 et 7708 selon l'infrastructure.



**T 10.2:** Moyens de transport empruntés pour aller faire du sport (part de l'ensemble des personnes qui ont utilisé une infrastructure sportive au cours des douze derniers mois)

	En%
A pied	23
A vélo	13
En transports publics	9
En transport motorisé individuel (voiture, moto)	27
Variable	27
Autre	1

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 10 688.

### Les transports publics peu utilisés pour aller faire du sport

Le tableau 10.2 présente les moyens de transport utilisés la plupart du temps pour aller faire du sport. Alors qu'un bon quart des sportifs utilisent la voiture ou la moto et qu'un autre quart n'ont pas de moyen de transport fixe, 23% des personnes s'y rendent à pied, 13% préfèrent le vélo et 9% les transports publics. Ce dernier chiffre est étonnamment faible si on le compare à la proportion de personnes qui empruntent les transports publics pour se rendre à leur travail. Cela est probablement dû au fait que les trajets liés au sport se font généralement à l'écart des axes principaux et qu'ils sont souvent effectués en dehors des heures de pointe.

### Une plus grande flexibilité dans les horaires de pratique

Le tableau 10.3 indique les moments de la journée auxquels la population suisse pratique une activité sportive. Le fait que la somme des pourcentages est supérieure à 100 et qu'un grand nombre de personnes ont choisi la réponse «Variable» souligne le besoin, pour les sportifs, de pouvoir déterminer avec souplesse leurs horaires de pratique. Le moment le plus apprécié reste toutefois la soirée, suivie de la matinée et de l'après-midi. Compte tenu de cette flexibilité horaire accrue et d'un développement de la pratique

**T 10.3:** Moment de la journée consacré au sport (part de sportifs en %)

	Ensemble des sportifs	Femmes	Hommes
Tôt le matin	12	12	12
Le matin	26	32	20
A midi	10	9	10
L'après-midi	26	27	25
Le soir	46	42	50
La nuit	1	1	2
Variable	26	26	26

Remarques: La question posée était: «A quel moment de la journée faites-vous habituellement du sport?» Plusieurs réponses étaient possibles, ce qui explique que le total ne corresponde pas à 100%. Nombre de personnes interrogées: 9577 (sportifs).

sportive tôt le matin, les personnes interrogées sont un peu moins nombreuses qu'en 2014 à indiquer faire du sport en soirée. Comme il y a six ans, les hommes sont un peu plus nombreux que les femmes à pratiquer leur sport en soirée, ces dernières se montrant quant à elles plus actives que les hommes durant la matinée. Ce constat est bien plus une affaire de situation professionnelle que de sexe à proprement parler puisque les personnes travaillant à temps plein et les personnes en formation disent faire du sport avant tout le soir.

### Evolution du cadre de la pratique sportive

Le souhait des sportifs de bénéficier d'une plus grande flexibilité a aussi des conséquences sur les offres de sport. Le tableau 10.4 fournit un aperçu du cadre dans lequel le sport est pratiqué. Près de la moitié de la population fait du sport en dehors de toute appartenance à un club ou à un centre de fitness. 22% sont membres actifs d'un club sportif tandis que 19% possèdent un abonnement dans un centre de fitness. 5% de la population sont d'ailleurs à la fois membres actifs d'un club sportif et titulaires d'un abonnement dans un centre de fitness.

Ces six dernières années, la part des sportifs sans affiliation, c'est-à-dire des personnes qui pratiquent un sport en dehors d'un club ou d'un centre de fitness, a nettement augmenté. Bon nombre des sports en plein essor, tels que la randonnée, le cyclisme ou la course à pied, peuvent être pratiqués en toute autonomie, en dehors d'un cadre organisationnel fixe et sans moniteur. Dans le même temps, de nouvelles offres et de nouveaux prestataires ont fait leur apparition aux côtés des clubs sportifs et des centres de fitness. Ainsi, aujourd'hui, 13% de la population pratiquent une activité sportive proposée par un autre prestataire privé, à l'image des salles de danse ou des écoles de yoga. 6% prennent part à des offres sportives dirigées à la carte telles que des rencontres de randonnée ou des leçons d'Aqua-Fitness ou de gymnastique. Les femmes sont nettement plus nombreuses que les hommes à recourir à ce type d'offres. S'agissant des prestataires établis, on constate dans le tableau 10.4 un report des affiliations aux clubs sportifs vers les centres de fitness. Nous nous pencherons sur ce phénomène dans les deux chapitres suivants.

**T 10.4:** Types de sportifs selon le cadre de la pratique sportive (en % de la population résidante suisse âgée de 15 ans ou plus)

	2014	2020
Non-sportifs	25	16
Sportifs sans affiliation	39	48
Membres d'un centre de fitness	11	14
Membres actifs d'un club sportif	20	17
Membres d'un centre de fitness et d'un club sportif	5	5

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2014 = 10 651; 2020 = 11 290.

# 11. Sport en club

## Les clubs sportifs rassemblent deux millions de pratiquants

D'après les résultats de la dernière enquête nationale réalisée auprès des clubs sportifs, la Suisse comptait en 2017 19 000 clubs et associations sportifs qui rassemblaient au total deux millions de membres actifs [11]. Dans le cadre de la présente enquête «Sport Suisse 2020», 22 % des personnes interrogées indiquent être membres actifs d'un club, ce qui, ramené à la population dans son ensemble, correspondrait à 1,54 million de membres actifs. Cette extrapolation ne tient toutefois pas compte des enfants et des jeunes de moins de 15 ans, qui n'entrent pas dans le champ de la présente étude mais dans celui de l'étude «Sport Suisse: rapport sur les enfants et les adolescents». Sur la base de ce rapport, nous pouvons partir du principe que plus de la moitié des enfants et des jeunes font partie d'un club sportif. Aux 1,54 million de membres extrapolés, on pourrait donc ajouter quelques 450 000 membres âgés de 5 à 14 ans, soit un total de presque deux millions de personnes, un résultat qui correspond quasiment à celui de l'enquête réalisée auprès des clubs sportifs. Dans cette comparaison entre enquête auprès des clubs et étude «Sport Suisse», deux aspects supplémentaires méritent toutefois notre attention: la première ne porte que sur les clubs sportifs affiliés à des fédérations elles-mêmes affiliées à Swiss Olympic et la deuxième prend en compte environ 25 % de personnes qui sont membres de plus d'un club. Il semble néanmoins que ces deux effets s'annulent et que le chiffre de deux millions de membres actifs dans les clubs sportifs suisses constitue une valeur fiable.

## Léger recul du nombre de membres

La part des membres actifs de clubs sportifs dans la population a baissé de 3 points au cours des six dernières années, passant de 25 % à 22 %, tandis que la part des membres passifs a progressé dans la même mesure, passant de 4 % à 7 %. Si le recul du pourcentage de membres actifs a été en partie contrebalancé par une augmentation de quelque 5 % de la population, les clubs sportifs suisses enregistrent malgré tout un recul du nombre de leurs membres actifs, ce que montre aussi l'enquête nationale réalisée auprès des clubs. Ce recul n'est certes pas dramatique mais il témoigne du fait que les clubs restent à l'écart des deux tendances de fond actuelles que sont l'augmentation de la population et le boom du sport et qu'ils doivent mettre en place des stratégies pour préserver leurs effectifs.

Malgré ce recul, les clubs sportifs restent les principaux prestataires d'activités sportives. Grâce à la pluralité et à l'attractivité de leurs offres, ils font bouger les groupes de population les plus divers. Cette diversité dans le profil des membres apparaît au graphique 11.1. Les hommes sont un peu plus nombreux que les femmes à faire du sport au sein d'un club, un phénomène qui n'a pas évolué durant ces six dernières années. Le recul du nombre de membres actifs concerne par ailleurs dans une même mesure les hommes et les femmes et coïncide avec l'augmentation du nombre de membres passifs. S'agissant de

l'âge, on n'observe plus aujourd'hui de désaffiliation constante avec l'avancée en âge. Ainsi, la part des membres actifs s'établit-elle désormais quasiment au même niveau pour les 65-74 ans que pour les 25-34 ans. Les membres actifs les plus nombreux – et de loin – ont entre 15 et 24 ans. A partir de 25 ans, il n'existe presque plus aucune différence selon les tranches d'âge. Autre fait marquant, on ne constate pas d'augmentation du nombre de membres passifs avec l'âge.

## Des disparités sociales en partie atténuées, en partie accentuées

La nette différence que l'on constate entre la Suisse italophone d'un côté et la Suisse alémanique et la Suisse romande de l'autre s'agissant de la part des personnes membres d'un club sportif avait déjà été relevée lors de l'étude «Sport Suisse 2014». Cet écart s'est toutefois resserré au cours des six dernières années. Contrairement à ce qui a été observé dans les autres régions linguistiques, le nombre de membres des clubs sportifs a en effet légèrement progressé en Suisse italophone. Les disparités existant entre les nationalités en termes d'appartenance à un club sportif se sont elles aussi amoindries: les étrangers vivant en Suisse sont plus souvent affiliés à un club sportif qu'il y a six ans, la population indigène un peu moins. Dans le même temps, les différences liées aux écarts de revenus entre les ménages se sont plutôt accentuées. Ainsi, bien que les clubs sportifs soient ouverts à tous et que l'affiliation à un club soit généralement peu onéreuse, les personnes ayant de faibles revenus sont nettement moins représentées au sein des clubs sportifs que les personnes ayant des revenus moyens à élevés.

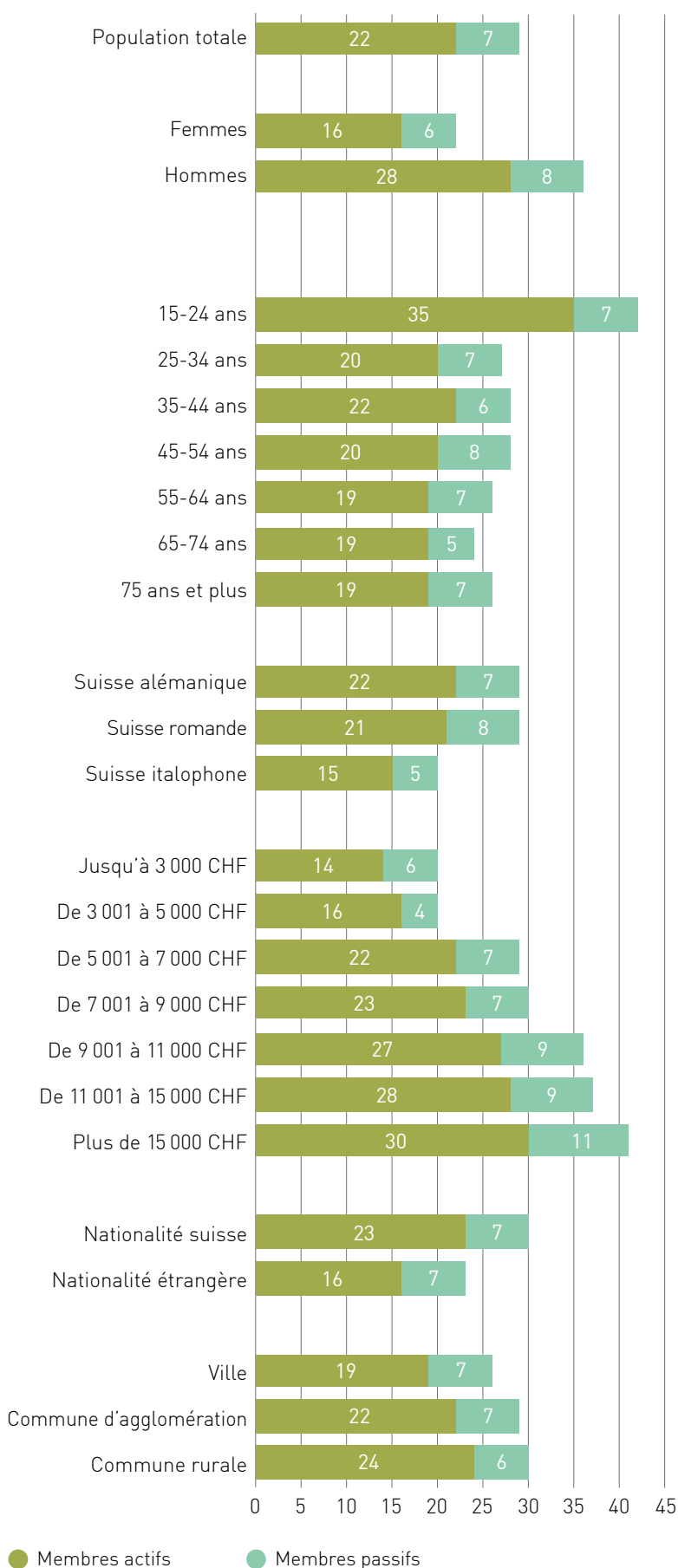
## Anciens et futurs membres de clubs

L'importance des clubs pour le sport et la société ne se mesure pas uniquement à la part de membres actifs dans la population du pays. En effet, les clubs sportifs ne sont pas seulement importants pour les 22 % de la population qui en font actuellement partie. Ainsi, parmi les personnes qui pratiquent aujourd'hui un sport en dehors de la structure d'un club, plus de la moitié (54 %) en ont déjà été membres au moins une fois par le passé. Seul un bon tiers des sportifs actifs n'ont jamais fait partie d'aucun club sportif. De plus, les expériences faites au sein des clubs peuvent avoir une influence sur les activités ultérieures. Il semble qu'elles soient majoritairement positives puisque 43 % des sportifs actifs non membres d'un club pourraient s'imaginer rejoindre (de nouveau) un club. Cela concerne notamment de nombreuses femmes (51 %) et des personnes de plus de 45 ans (41 %).

## Communauté et convivialité, les principales motivations pour rejoindre un club sportif

Les membres actifs des clubs sportifs se distinguent par leur activité sportive élevée: 72 % d'entre eux font du sport plusieurs fois par semaine, durant trois heures ou plus au total. En outre, les membres actifs sont plus souvent des sportifs de compétition que les autres pratiquants. En effet, 69 % des sportifs qui participent à des compétitions sont membres d'un club.

**G 11.1:** Membres d'un club sportif selon le sexe, l'âge, la région linguistique, le revenu du ménage, la nationalité et le type de commune (urbaine ou rurale) (en %)



Remarques: Nombre de personnes interrogées: 11 296; revenu du ménage: net par mois en CHF; «Nationalité suisse» inclut aussi les binationaux.

Souvent pourtant, ce ne sont pas uniquement des motivations sportives mais aussi des aspects sociaux qui poussent les personnes à s'affilier à un club. Ainsi, environ 60% des membres indiquent qu'ils ont adhéré à un club parce qu'ils y rencontrent de bons amis ou des connaissances et parce qu'ils apprécient la communauté qu'ils forment et la convivialité qui règne au sein du club (cf. tableau 11.1). Suivent ensuite, parmi les motivations, la qualité de l'offre/de l'entraînement, le sport proposé, la régularité des entraînements et la proximité géographique. Le fait de pouvoir participer à des compétitions et à des championnats constitue par ailleurs une motivation importante pour un bon quart des membres des clubs sportifs. Pour résumer, on peut dire que les clubs sportifs jouent un rôle important dans le domaine de la socialisation par le sport, qu'ils contribuent largement au sport de compétition et qu'ils assument de nombreuses fonctions en termes d'intégration et de bien commun. Ce dernier aspect se manifeste en particulier à travers l'engagement bénévole des membres au sein du club et pour le club.

### L'engagement bénévole au cœur de l'activité des clubs

Etre affilié à un club sportif, c'est bénéficier d'une offre sportive, d'un entraînement et d'une infrastructure de qualité, mais c'est aussi s'engager au sein du club ou pour le club. Un membre actif sur deux dit ainsi s'être engagé bénévolement en faveur du sport au cours des douze derniers mois en exerçant une fonction à titre bénévole ou en apportant son aide (cf. tableau 11.2). Dans la plupart des cas, l'activité est exercée au sein même du club, mais on relève aussi d'autres formes de prestations, par exemple dans le cadre de l'organisation de manifestations sportives extérieures au club. Si l'on comptabilise l'ensemble de ces activités, on peut dire qu'un cinquième de la population suisse a fourni un travail bénévole en faveur du sport au cours des douze derniers mois.

**T 11.1:** Raisons motivant l'affiliation à un club sportif (membres actifs)

En % des membres actifs	
Retrouver des amis et des connaissances	61
Communauté, convivialité	58
Qualité de l'offre sportive/de l'entraînement	43
Pratique en club plus bénéfique pour mon sport	43
Entraînements réguliers à heures fixes	40
Proximité géographique	35
Participation à des compétitions ou à des championnats	27
Bon entraîneur	23
Par habitude ou tradition	21
Bon rapport qualité/prix	18
Autre raison	8

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2632.

### Une tendance au cumul des fonctions bénévoles au sein des clubs

Les hommes sont plus souvent engagés dans le domaine du sport que les femmes. Cela tient toutefois principalement au fait que les hommes sont plus souvent affiliés à un club sportif que les femmes. Si l'on ne prend en compte que les membres actifs, il apparaît que si les hommes assument plus souvent des fonctions au sein du club que les femmes, hommes et femmes sont quasiment à égalité pour ce qui est des prestations d'aide (cf. tableau 11.2). Par rapport à 2014, l'engagement dans et pour le sport a légèrement reculé, concernant aujourd'hui 19% de la population contre 22% il y a six ans. Ce recul correspond approximativement à celui que connaît le nombre d'affiliations. De fait, ceux et celles qui s'engagent doivent plus souvent s'engager à plusieurs titres. Ainsi, en 2014, seule une personne sur huit indiquait exercer son engagement sous plusieurs formes. Aujourd'hui, cela concerne quelque trois personnes sur dix (32%). Cette tendance est également observable au niveau des fonctions bénévoles assumées au sein des clubs: en 2014, un bénévole sur cinq exerçait deux fonctions ou plus au sein du club; en 2020, c'est près d'un bénévole sur deux (44%). Le temps consacré à ces fonctions est en revanche relativement stable, s'établissant à 2,6 h par semaine en 2020, contre 2,5 heures en 2014. Le fait que ce temps n'a que peu progressé malgré le cumul des fonctions montre que le temps de travail nécessaire par fonction a tendance à diminuer grâce à un plus large partage des fonctions et que le temps gagné par ce biais est directement investi dans l'exercice de nouvelles tâches.

### Le travail bénévole, source de grandes satisfactions

Les chiffres relevés concernant le temps de travail moyen que représentent les engagements bénévoles au sein des clubs sportifs sont très disparates, allant de quelques heures par an à plusieurs heures par jour. La plupart de ces heures ne sont pas rémunérées. Il s'agit donc bien là d'engagements volontaires, assumés à titre gracieux. Parmi les personnes qui exercent une fonction au sein d'un club, 68% accomplissent ce travail à titre exclusivement bénévole tandis que 26% sont indemnisées en partie et 6% bénéficient d'un salaire pour la majorité ou la totalité des tâches effectuées. Les personnes qui fournissent une aide ou qui exercent une fonction en dehors du club s'engagent encore plus sou-

vent à titre purement bénévole (84%) et seulement 14% se voient rémunérées en partie contre 2% majoritairement ou totalement. Lorsque l'on accepte ce type de missions, on ne le fait pas pour l'argent mais parce qu'on les considère comme ayant du sens et parce qu'elles sont source de plaisir. Comme l'on pouvait donc s'y attendre, l'engagement bénévole suscite beaucoup de satisfaction chez ceux qui le pratiquent. Ainsi, parmi les personnes qui assument une fonction au sein d'un club, 43% s'en déclarent satisfaites et 49% se disent même très satisfaites. Seules 8% avouent être insatisfaites ou en partie insatisfaites de leur situation. Le degré de satisfaction est à peu près le même chez le personnel auxiliaire et chez les personnes qui assument une fonction en dehors de leur club (45% très satisfaits, 39% plutôt satisfaits). Ces valeurs correspondent à celles relevées en 2014. Le plaisir procuré par ces activités bénévoles se mesure aussi aux réponses apportées à la question: «Accepteriez-vous à nouveau cette fonction si vous pouviez choisir maintenant?»: 55% ont déclaré qu'ils reprendraient cette fonction dans tous les cas, 34% à certaines conditions.

### L'avenir de l'engagement bénévole

Le haut degré de satisfaction des personnes qui s'engagent bénévolement dans le sport est certainement de bon augure pour l'avenir. Mais qu'en est-il de la disposition des autres membres des clubs à assumer des tâches et des fonctions? Comme en 2014, un quart (24%) des membres actifs n'exerçant pas de fonction au sein d'un club pourraient s'imaginer reprendre une telle fonction à l'avenir. Cette valeur s'inscrit certes en deçà de celle relevée en 2014 (32%), mais elle montre qu'un potentiel existe et qu'il pourrait être exploité. Deux tiers des personnes qui se disent prêtes à exercer une fonction au sein de leur club indiquent n'avoir jamais été approchés à ce sujet. S'assurer une relève en la matière constitue l'un des défis des clubs pour le futur mais savoir où chercher est déjà une première étape. Les membres disposés à reprendre une fonction sont majoritairement des hommes et des personnes de moins de 45 ans et, dans une moindre mesure, des personnes travaillant à plein temps et des personnes ayant des enfants de plus de 5 ans. Par ailleurs, près de la moitié des candidats potentiels à ces fonctions (45%) en ont déjà exercé une au sein d'un club par le passé et un quart a également suivi une formation J+S (24%).

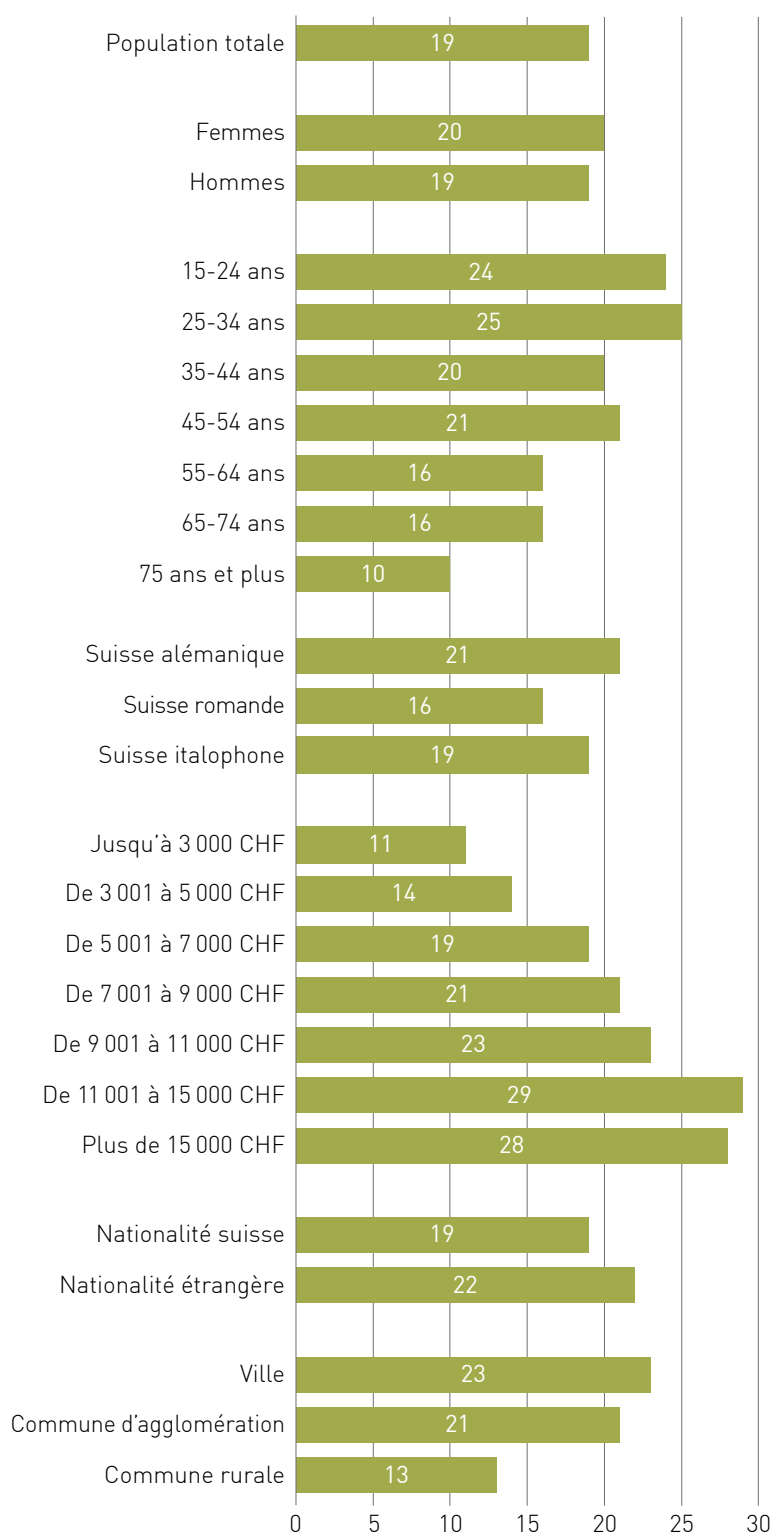
T 11.2: Engagement bénévole et volontaire dans le sport

	Tous		Hommes		Femmes	
	En % de la population	En % des membres actifs	En % de la population	En % des membres actifs	En % de la population	En % des membres actifs
Fonction au sein du club	8	28	11	30	5	23
Fonction en dehors du club	3	8	4	8	2	6
Prestation d'aide dans/pour le club	11	33	13	34	8	32
Prestation d'aide en dehors du club	6	14	7	13	5	14
<b>Engagement bénévole dans le sport</b>	<b>19</b>	<b>53</b>	<b>23</b>	<b>55</b>	<b>15</b>	<b>49</b>

Remarques: Nombre de personnes interrogées: respectivement 11 286 et 2 631 (membres actifs). Elles pouvaient indiquer plusieurs formes d'engagement.

# 12. Sport dans les centres de fitness

**G 12.1:** Membres d'un centre du fitness privé selon le sexe, l'âge, la région linguistique, le revenu du ménage, la nationalité et le type de commune (urbaine ou rurale) (en %).



## Les centres de fitness ont le vent en poupe

Au cours des 20 dernières années, les centres de fitness ont connu une croissance dans l'ombre des clubs sportifs, jusqu'à devenir des prestataires majeurs dans le monde du sport. Près d'un cinquième de la population résidante suisse est membre d'un centre de fitness ou a souscrit un abonnement lui permettant d'y accéder régulièrement (cf. graphique 12.1). Contrairement aux clubs sportifs, les centres de fitness enregistrent un nombre croissant de membres: 14% de la population était inscrite dans un centre de fitness en 2008, 16% en 2014 et 19% en 2020. Les différences liées au sexe et à la nationalité, qui sont caractéristiques des clubs sportifs, ne se retrouvent pas dans les centres de fitness. Les étrangers vivant en Suisse et, dans une moindre mesure, les femmes sont même plus souvent membres de centres de fitness que les citoyens suisses et les hommes. C'est d'ailleurs le groupe des étrangers vivant en Suisse qui connaît le plus fort taux de progression, la part des membres dans ce groupe étant passée de 16% à 22% au cours des six dernières années.

## Les centres de fitness, des prestataires plutôt urbains

Les centres de fitness gagnent aussi en popularité en Suisse italophone. La proportion de membres de clubs de fitness y est désormais aussi forte qu'en Suisse alémanique, ce qui n'est pas le cas pour les clubs sportifs. Les disparités en termes de revenus sont néanmoins encore plus marquées parmi les membres des centres de fitness que parmi ceux des clubs sportifs. Les personnes disposant d'un revenu élevé y sont ainsi trois fois plus nombreuses que les personnes disposant d'un faible revenu. Mais la plus grande différence existant entre les clubs sportifs et les centres de fitness concerne le type de commune dans lequel leurs membres résident. Parmi les habitants des villes, 23% possèdent un abonnement à un centre de fitness, contre seulement 13% des habitants de la campagne. Parallèlement, 24% des ruraux sont affiliés à un club sportif contre seulement 19% des citadins. Une autre différence marquante, non observable sur le graphique 12.1, a trait à la situation personnelle des membres: le recul en termes de pratique sportive chez les jeunes parents, que nous avons décrit au chapitre 8, n'a pas été constaté parmi les membres des centres de fitness. Ces prestataires semblent en effet offrir aux jeunes parents la souplesse leur permettant de conserver une activité sportive.

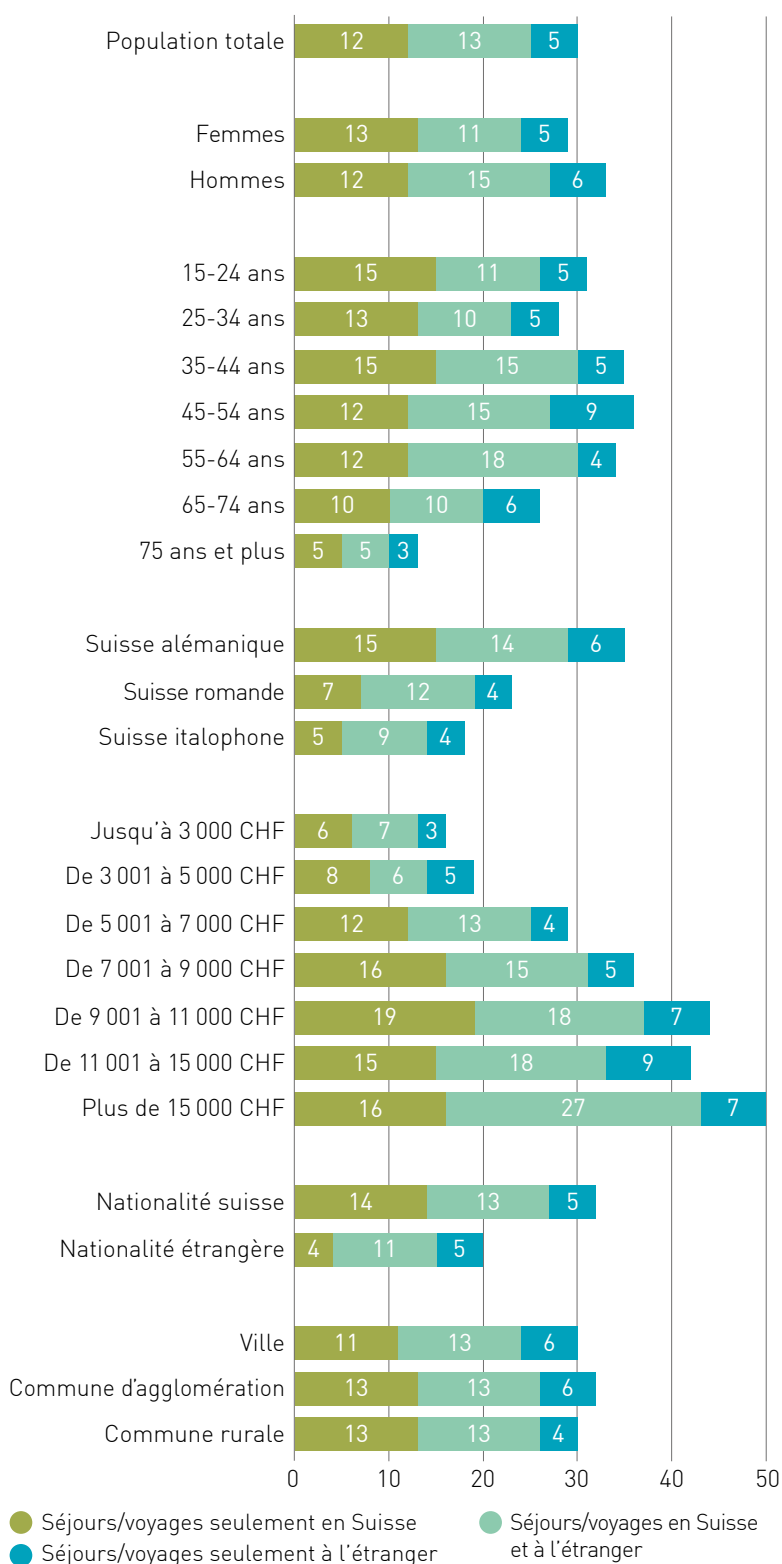
Remarques: Nombre de personnes interrogées: 11 286; revenu du ménage: net par mois en CHF; «Nationalité suisse» inclut aussi les binationaux.

**Pas de contraintes et une grande flexibilité:  
des arguments de vente qui font mouche**

La grande flexibilité, la liberté et l'absence de contraintes comptent parmi les avantages offerts par les centres de fitness, dont les membres apprécient en outre la qualité de l'offre, de l'encadrement et des conseils proposés. A la question «Quel est l'avantage le plus important pour vous d'être membre d'un club de fitness privé par rapport à d'autres offres sportives comme par exemple une association?», les personnes interrogées apportent les réponses suivantes: la liberté et l'absence de contraintes (citées par 25% des membres de centres de fitness), les horaires d'ouverture étendus et la proximité (18%), le haut degré de flexibilité (18%), la qualité ou l'originalité de l'offre (12%), la qualité de l'encadrement et du conseil (10%), la qualité de l'infrastructure (6%) et la meilleure accessibilité (3%). Les 8% restants ne voient pas d'avantages particuliers à être membres d'un centre de fitness ou en citent d'autres que ceux proposés. Les arguments de l'absence de contraintes et de la liberté, d'une part, et de l'amplitude horaire et de la proximité de l'offre, d'autre part, sont encore plus fréquemment avancés qu'en 2014. Dans un contexte de déclin de l'engagement bénévole au sein des clubs sportifs (cf. chapitre 11), le premier de ces deux arguments semble expliquer dans une large mesure le report des membres des clubs sportifs vers les centres de fitness.

# 13. Sport et vacances

**G 13.1:** Sport en vacances selon le sexe, l'âge, la région linguistique, les revenus du ménage, la nationalité et le type de commune (urbaine ou rurale) (part des personnes ayant passé des vacances sportives incluant au moins une nuitée en dehors du domicile au cours des douze derniers mois, en %)



## Environ un tiers de la population adepte des vacances et voyages sportifs

En Suisse, sport et vacances font bon ménage puisque quelque 30% de la population suisse ont passé des vacances sportives au cours des douze derniers mois. Ont été comptabilisés tous les séjours et voyages comportant au moins une nuitée en dehors du domicile et mettant les activités sportives au premier plan. Selon cette définition, on entend donc par vacances sportives aussi bien un week-end de ski en Engadine qu'un trek de plusieurs semaines dans l'Himalaya. Parmi ces voyageurs, peu se contentent toutefois d'un week-end dans les montagnes suisses. Ainsi, au cours des douze derniers mois, ils totalisent en moyenne 9 nuitées en Suisse et 12 nuitées à l'étranger. Si l'on ramène ces chiffres à l'ensemble de la population résidente suisse, les vacances sportives représentent en moyenne 4,4 nuitées par habitant et par an, à raison de 2,3 nuitées en Suisse et de 2,1 à l'étranger.

## De grandes différences selon la région linguistique, le revenu et la nationalité

Sur une année, 25% de la population suisse passent des vacances sportives en Suisse et 18% à l'étranger (cf. graphique 13.1). Si l'on considère que 13% partent aussi bien en Suisse qu'à l'étranger, on parvient à peu de choses près aux 30% de la population évoqués en introduction. Les hommes réalisent un peu plus de vacances sportives à l'étranger que les femmes, tandis que ces vacances, en Suisse comme à l'étranger, concernent indifféremment toutes les tranches d'âge. Ce n'est qu'à partir de 75 ans que les vacances sportives se font nettement plus rares. Les 35-64 ans sont par ailleurs les sportifs les plus voyageurs. Si l'on relève peu d'écarts selon le sexe et l'âge, les différences liées à la région linguistique, au niveau de revenu et à la nationalité sont plus marquées. Les vacances sportives sont ainsi nettement plus prisées par les Suisses alémaniques que par les Romands ou les Italo-phones. Ce contraste est particulièrement marqué s'agissant des séjours en Suisse. Sans surprise, la fréquence des vacances sportives s'accroît avec le niveau de revenu, les classes moyennes et supérieures se distinguant toutefois peu sur ce point. Là où des différences apparaissent entre ces deux groupes, c'est lorsque l'on se penche sur la destination des vacances et sur leur durée (cf. aussi le chapitre 14 consacré aux dépenses liées au sport). Pour finir, les étrangers vivant en Suisse effectuent nettement moins de séjours sportifs en Suisse que la population indigène.

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 3466 (module de base); revenu du ménage: net par mois en CHF; «Nationalité suisse» inclut aussi les binationaux.

Pour des raisons méthodologiques, il n'est pas possible de comparer directement les nouveaux chiffres à ceux relevés dans le cadre des études précédentes. On peut affirmer malgré tout que les vacances sportives n'ont pas connu de croissance sur la période observée, contrairement à l'activité sportive en général. Une tendance se dessine néanmoins: la destination Suisse perd du terrain par rapport aux destinations étrangères. La part des personnes qui n'ont passé des vacances sportives qu'en Suisse a diminué par rapport à la part des personnes qui ont aussi passé des vacances sportives à l'étranger.

### Ski et randonnée se partagent la tête du classement

Le tableau 13.1 fournit une vue d'ensemble des 20 sports les plus pratiqués durant les vacances. Comme en 2014, la palme revient sans conteste au ski et à la randonnée. L'écart entre ces deux grands classiques s'est cependant nettement réduit: les vacances de randonnée sont aujourd'hui quasiment aussi populaires que les vacances de ski. Bien après, on trouve le cyclisme, la natation, la course à pied, le VTT et le snowboard, qui sont pratiqués par 2% à 5% de la population dans le cadre de vacances. Suivent, le golf, le ski de fond, le fitness, la randonnée en raquettes, l'escalade, l'alpinisme, la randonnée à skis et la plongée, des sports que moins de 1% des Suisses choisissent pour leurs vacances. Alors que les jeunes partent plus souvent en vacances pour faire du football, du snowboard, du surf, du fitness et de l'escalade, l'âge

moyen des pratiquants de walking, de golf, de randonnée en raquettes, de ski de fond et de natation en vacances est supérieur à 50 ans. A l'image de ce qui a été constaté quant aux pratiques sportives en général (cf. chapitre 6), ce sont le yoga et le football qui attirent respectivement le plus et le moins de femmes. Les vacances dédiées au vélo de course et au VTT attirent majoritairement des hommes, plus que celles dédiées au vélo de randonnée, qui sont également appréciées par les femmes. Les femmes constituent en revanche la majorité des pratiquants de ski de fond pendant les vacances, alors même que le ski de fond est pratiqué dans une même mesure par les femmes et par les hommes en dehors des vacances.

	Citations (en % de la population)	Age moyen (en années)	Part des femmes (en %)
Ski, ski alpin	14,4	45	45
Randonnée pédestre, randonnée en montagne	13,0	50	55
Cyclisme, randonnée à vélo	4,7	50	43
Natation	3,8	53	57
Jogging, course à pied, running	2,5	43	45
VTT	2,3	48	26
Snowboard	2,0	31	54
Golf	1,7	56	40
Ski de fond	1,5	53	64
Fitness	1,3	40	56
Randonnée en raquettes	1,1	55	57
Escalade, alpinisme	1,0	40	43
Randonnée à skis/ en snowboard	1,0	49	40
Plongée, snorkeling	1,0	44	54
Football	0,9	28	13
Vélo de course	0,9	47	20
Yoga, Tai Chi, Qi Gong	0,8	44	79
Tennis	0,8	44	37
Nordic walking, walking	0,7	57	52
Surf, bodyboard	0,7	33	54

**T 13.1:** Sports les plus pratiqués dans le cadre des vacances

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 3466 (module de base).



# 14. Dépenses liées au sport

## Le sport, un facteur économique important

Le sport n'est pas seulement une activité de loisirs très prisée, c'est aussi un facteur économique de taille. Les derniers chiffres, établis par Rütter Soceco en 2019 dans le cadre de la mise à jour de l'étude «Sport et économie en Suisse» commandée par l'Office fédéral du sport, montrent que le secteur du sport a de nouveau accru son chiffre d'affaires, qui atteint aujourd'hui 22,2 milliards de francs [12]. Générant une valeur ajoutée brute de 11,4 milliards de francs, le sport contribue à hauteur de 1,7% au produit intérieur brut suisse (PIB).

Dans l'étude «Sport Suisse», les participants ont été invités à estimer leurs dépenses dans le domaine du sport au cours des douze derniers mois. Les postes de dépenses suivants étaient proposés: vêtements et équipements de sport, offres et prestations sportives, utilisation d'installations sportives, fréquentation d'événements sportifs et vacances sportives. Même si les données fournies ne sont que des estimations, elles s'avèrent plutôt réalistes du point de vue des sondés. Lorsqu'on leur a présenté le total des dépenses annoncées pour l'ensemble des postes, la majorité des personnes interrogées (62%) ont indiqué que ce montant correspondait approximativement à leurs dépenses annuelles dans le domaine du sport. 29% ont déclaré en revanche que leurs dépenses réelles étaient supérieures à ce montant et 9%, au contraire, qu'elles étaient inférieures. Nous pouvons donc partir du principe que les données figurant dans le tableau 14.1 se situent plutôt en deçà des dépenses réelles.

En moyenne, une personne en Suisse dépense environ 2000 francs par an pour le sport. 89% de la population indiquaient avoir réalisé des dépenses dans ce domaine au cours des douze mois précédant le sondage.

Les 11% restants sont d'une part des non-sportifs et d'autre part des sportifs tels que des randonneurs, des joggeurs, des nageurs ou des cyclistes qui ont tous dit ne pas avoir dépensé d'argent pour le sport durant les douze derniers mois.

## Les vêtements et équipements ainsi que les vacances et voyages en tête des dépenses

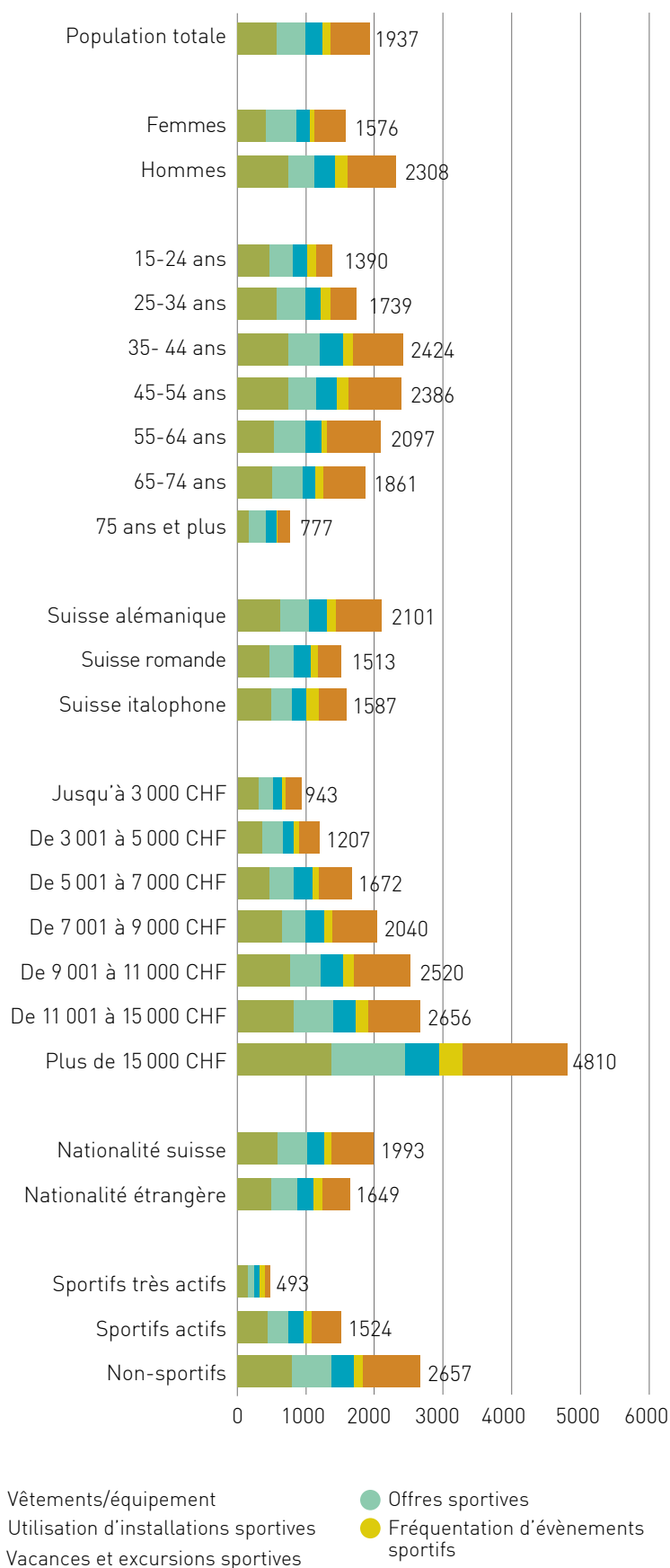
Les deux plus grands postes de dépenses dans le domaine du sport sont les vêtements et équipements d'une part et les vacances et voyages d'autre part, à raison de 580 francs par an pour chacun d'eux. Les personnes interrogées sont toutefois deux fois plus nombreuses à avoir effectué des dépenses pour des vêtements et équipements de sport (78% de la population) que pour des vacances et voyages à caractère sportif (41%). La catégorie «Vacances et voyages à caractère sportif» incluant aussi les excursions à la journée, la part des personnes qui déclarent avoir consacré une partie de leur budget à ce poste de dépenses est plus élevée que la part de celles qui déclarent avoir réalisé des vacances sportives (30%, cf. chapitre 13). La population résidente dépense par ailleurs en moyenne plus de 400 francs par an pour les activités sportives proposées par les clubs, les centres de fitness ou d'autres prestataires. Si l'on prend en compte le fait que seule la moitié des personnes interrogées font état de dépenses dans ce domaine, ces personnes dépensent dans les faits quelque 800 francs par an pour ces activités. Cette valeur moyenne est néanmoins peu révélatrice des dépenses réelles car la fourchette des dépenses indiquées par les personnes interrogées est très étendue, allant de quelques francs à plus de 20 000 francs sur une année. S'agissant de l'argent consacré à l'utilisation d'installations sportives, cette fourchette va de 0 à 10 000 francs, avec une valeur

	Dépenses moyennes par habitant (en CHF)	Part de la population faisant état de telles dépenses (en %)
Vêtements de sport, chaussures de sport, matériel sportif, y compris les frais de location et de prêt	578	78
Offres sportives, p. ex. cotisations pour des clubs ou centres de fitness, entraînements, cours, formations ou prestations médico-sportives	409	54
Utilisation d'installations sportives, p. ex. entrées et abonnements aux piscines, remontées mécaniques, chemins de fer de montagne	249	69
Fréquentation d'événements sportifs	121	33
Vacances sportives ou excursions sportives à la journée en Suisse et à l'étranger, y compris les frais de voyage, d'hébergement et de repas	580	41
<b>Total des dépenses consacrées au sport</b>	<b>1937</b>	<b>89</b>

**T 14.1:** Dépenses consacrées au sport par la population résidente suisse âgée de 15 ans ou plus

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 3394 (module de base). La première colonne indique le budget moyen consacré au sport par la population âgée de 15 ans ou plus. La deuxième colonne indique la part de la population qui fait état de dépenses dans les domaines concernés.

**G 14.1:** Dépenses consacrées au sport selon le sexe, l'âge, la région linguistique, le revenu du ménage, la nationalité et l'activité sportive (dépenses moyennes par personne au sein des groupes de population, en CHF)



moyenne des dépenses s'établissant à 249 francs. La fréquentation d'événements sportifs entraîne quant à elle une dépense moyenne de 121 francs par an avec, dans ce cas, une fourchette qui s'étend même de 0 à 45 000 francs.

### Des dépenses influencées par le volume d'activité sportive et le revenu, mais pas seulement

Sans surprise, on relève de grands écarts de dépenses dans le domaine du sport selon le volume de l'activité sportive pratiquée et le revenu disponible (cf. graphique 14.1). Ainsi, les personnes qui ont un revenu inférieur à 3000 francs ne peuvent dépenser en moyenne que 943 francs par an pour le sport, tandis que les dépenses des personnes disposant d'un revenu supérieur à 15000 francs atteignent en moyenne 4810 francs chaque année. Les plus riches dépensent nettement plus, principalement pour les vêtements et équipements de sport et pour les vacances et voyages à caractère sportif. Tous niveaux de revenu confondus, les dépenses en matière de sport représentent toutefois une même part du budget, à savoir 2% à 3% du revenu annuel.

Moins surprenant: les sportifs très actifs sont ceux qui dépensent en moyenne le plus pour le sport. L'étude révèle néanmoins que certains sportifs occasionnels sont prêts à délier largement les cordons de leur bourse pour leur équipement et leurs vacances, par exemple quand ils partent au ski. Même les non-sportifs peuvent se montrer relativement dépensiers, qu'il s'agisse de s'offrir un bon équipement pour pratiquer de temps à autre une activité physique, de disposer de bonnes chaussures de sport au quotidien ou d'assister à des événements sportifs.

Les dépenses dans le domaine du sport diffèrent par ailleurs selon le sexe, l'âge, la région linguistique et la nationalité. Les hommes dépensent plus pour le sport que les femmes, en premier lieu pour les vêtements et équipements, pour les vacances à caractère sportif et pour la fréquentation d'événements sportifs. S'agissant de l'âge, c'est aux 35-54 ans que revient la palme des dépenses consacrées au sport. En outre, les Suisses alémaniques se montrent plus dépensiers que leurs compatriotes romands et italophones, l'écart le plus frappant concernant les vacances sportives. On constate enfin certaines différences entre les Suisses et les étrangers vivant en Suisse quant aux dépenses réalisées dans le domaine du sport, des différences qui s'expliquent principalement par la moindre pratique sportive et le plus faible niveau de revenu de la population étrangère.

Remarques: Nombre de personnes interrogées: 3476 (module de base); revenu du ménage: net par mois en CHF; «Nationalité suisse» inclut aussi les binationaux.

# 15. Blessures et accidents liés au sport

Le sport a aussi un revers: les accidents. Selon les données du Bureau de prévention des accidents (bpa) ainsi que du Service de centralisation des statistiques de l'assurance-accidents (SSAA), plus de 400 000 personnes sont victimes d'un accident lié au sport chaque année au sein de la population résidante suisse [13].

## Le nombre d'accidents liés au sport n'a pas augmenté

Dans le cadre de cette nouvelle enquête «Sport Suisse», 8,5% des personnes interrogées ont déclaré s'être blessées au cours des douze derniers mois en pratiquant du sport au point d'être prises en charge par un médecin (cf. tableau 15.1). Cette valeur est comparable avec celles relevées dans le cadre des enquêtes précédentes. Elle n'est que de 0,5 point supérieure à la valeur de 2014, ce qui est très peu compte tenu de l'augmentation de l'activité sportive. Celle-ci a davantage augmenté que les accidents liés au sport. Dans deux cas sur trois, il s'agit d'accidents au sens juridique du terme, survenus soudainement. Une blessure liée au sport sur cinq est une blessure chronique ou la conséquence d'une blessure antérieure et est considérée comme une «maladie» par les assurances. Dans un cas sur huit, il n'est pas possible d'établir s'il s'agit d'un cas d'«accident» ou de «maladie». En comparaison avec 2014, les «accidents» ont diminué et les cas difficiles à déterminer ont augmenté. Les blessures chroniques ou qui sont liées à une blessure antérieure sont restées constantes.

## Les deux tiers des accidents liés au sport sont des cas légers

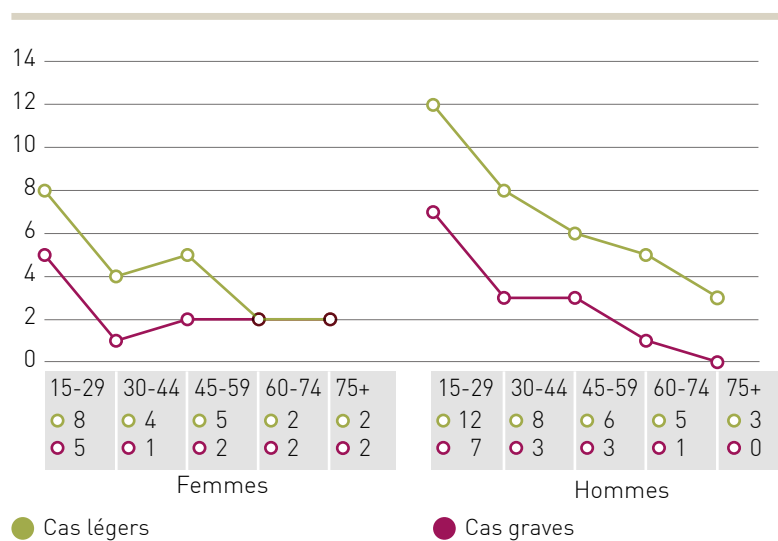
Dans la majorité des cas (78%), une seule blessure est survenue au cours des douze derniers mois. 17% des personnes interrogées ont annoncé avoir subi deux blessures et 5% trois blessures ou davantage. 64% des blessures ont nécessité une prise en charge par un médecin et 36% par un hôpital. Plus de la moitié des cas traités dans un hôpital (58%) n'ont toutefois nécessité aucun séjour hospitalier. Dans 26% des cas traités dans un hôpital, le séjour hospitalier a duré de un à trois jours, et dans 16% des cas plus de trois jours. Parmi les personnes ayant subi une blessure dans le cadre de la pratique d'un sport au cours des douze derniers mois, 38% ont déclaré que leur blessure avait entraîné une incapacité de travail (ou une incapacité potentielle pour les personnes n'exerçant pas d'activité lucrative). Dans 4% de tous les cas de blessures, l'incapacité de travail n'a pas duré plus de trois jours. Elle a duré entre quatre et sept jours dans 8% des cas, entre huit et 30 jours dans 15% des cas et plus de 30 jours dans 11% des cas. En clair, cela signifie que les deux tiers des blessures liées au sport sont des cas légers.

		En % de la population	En % de toutes les blessures
Blessures survenues lors des douze derniers mois	Blessure	8,5	100,0
	Pas de blessure	91,5	
Survenance de la blessure	Blessure soudaine	5,8	68,5
	Blessure chronique/ancienne	1,6	19,3
	Les deux/indéterminé	1,0	12,2

**T 15.1:** Blessures ayant nécessité des soins médicaux

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 11 286.

**G 15.1:** Proportion de personnes victimes d'une blessure survenue dans le cadre de la pratique d'un sport au cours des douze derniers mois selon le degré de gravité ainsi que l'âge et le sexe (uniquement blessures ayant nécessité des soins médicaux, en %)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: 11 286. Les accidents graves sont ceux qui entraînent une incapacité de travail de plus de trois jours.

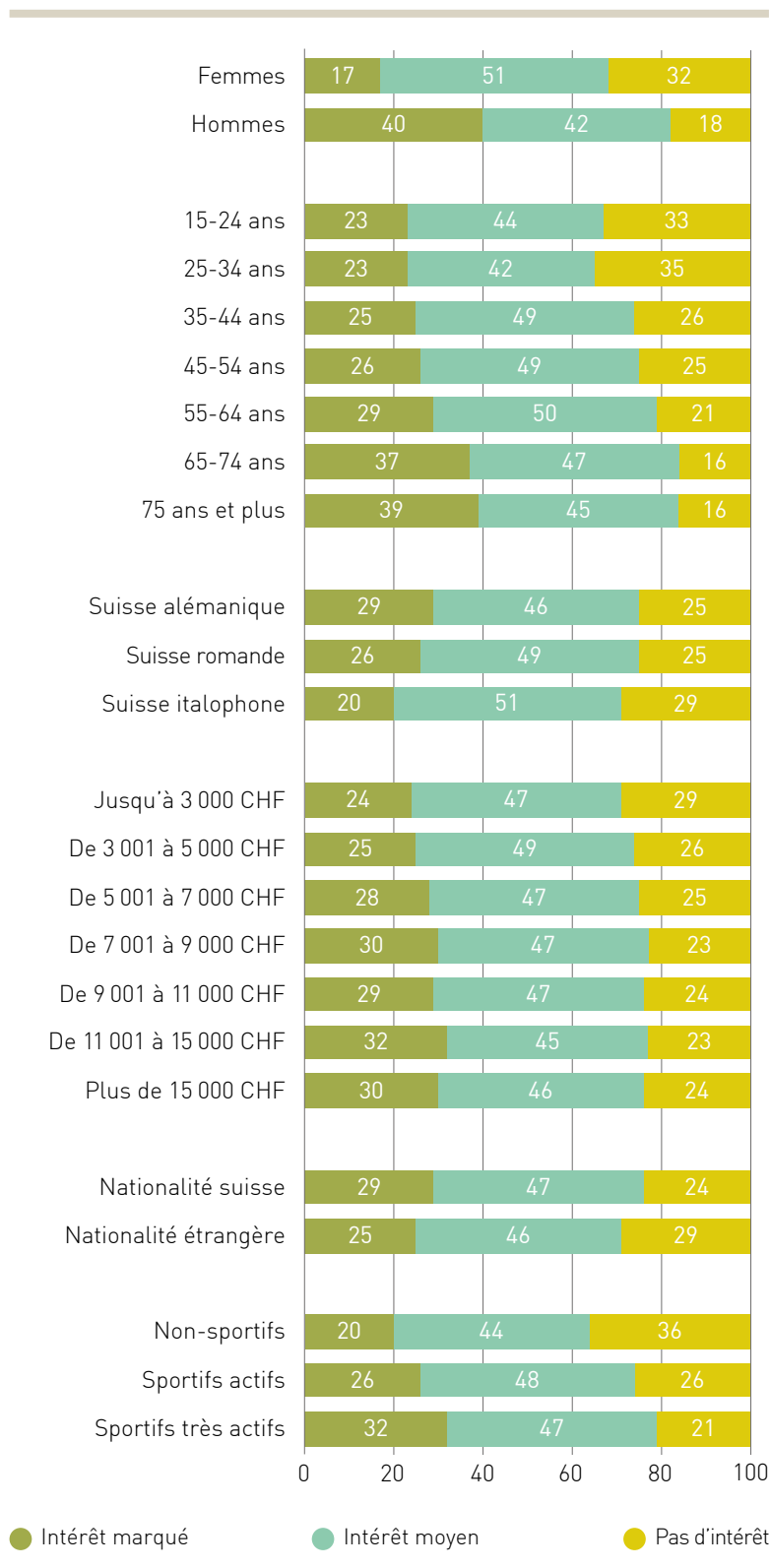
### Des différences selon l'âge et le sexe ainsi que l'activité sportive et le sport

Les hommes sont davantage victimes de blessures liées au sport que les femmes. Chez les hommes, la proportion des personnes qui se sont blessées au cours des douze derniers mois s'élève à 10,5% alors qu'elle atteint 6,6% chez les femmes. Bien que les femmes se blessent moins souvent, leurs blessures ont tendance à être plus graves. Alors que chez les hommes, 31% de toutes les blessures ont constitué des accidents graves entraînant une incapacité de travail de plus de trois jours, cette proportion s'est élevée à 36% chez les femmes. La part des personnes subissant une blessure diminue avec l'âge, de manière plus marquée chez les hommes que chez les femmes (cf. graphique 15.1). Ce sont en premier lieu les hommes âgés de 15 à 29 ans qui présentent un risque de blessure élevé, en particulier pour les blessures graves. Cette tendance diminue de manière constante avec l'âge. Chez les femmes également, le risque de blessure est plus marqué chez les plus jeunes, mais, contrairement aux hommes, la gravité des blessures a tendance à s'accroître proportionnellement au-delà de 45 ans. Comparativement à 2014, la part des blessures survenues chez les hommes et les femmes d'âge moyen a légèrement augmenté. Cela s'explique aussi par le fait que ces groupes sont beaucoup plus actifs sportivement qu'il y a six ans.

Moins surprenant, les non-sportifs se blessent moins fréquemment (3%) que les sportifs (10%). Par contre, lorsque les non-sportifs se blessent en pratiquant une activité sportive, il s'agit plus souvent d'une blessure grave. Tandis que chez les non-sportifs, les blessures graves surviennent presque une fois sur deux (45%), elles surviennent moins d'une fois sur trois (32%) chez les sportifs. Les sports dans lesquels les accidents sont les plus fréquents sont le football, le jogging, la course à pied, le cyclisme, le ski et la randonnée. Cela n'est guère étonnant en ce qui concerne les quatre derniers cités puisque, faisant partie du « combiné helvétique », ils sont, avec la natation, les sports les plus pratiqués. Si l'on considère en outre le nombre de personnes qui pratiquent un sport, le handball, le hockey sur glace, le football et le basketball sont ceux dans lesquels le risque de blessure est le plus élevé. L'athlétisme, le volleyball, les sports de combat et l'équitation ainsi que les sports de raquette (tennis, squash et badminton) présentent un risque de blessure conséquent. La majorité des blessures graves entraînant une incapacité de travail de plus de trois jours survient dans les excursions à skis et à snowboard, l'inline-skating, l'équitation, le cyclisme, l'escalade et le ski.

# 16. Intérêt porté aux sports médiatiques

**G 16.1:** Intérêt pour le sport selon le sexe, l'âge, la région linguistique, le revenu du ménage, la nationalité et l'activité sportive (en %)



Remarques: Nombre de personnes interrogées: 11 282. Revenu du ménage: net par mois en CHF; «Nationalité suisse» inclut aussi les binationaux.

De nombreux Suisses ne se contentent pas de faire du sport, ils aiment aussi regarder les autres en faire. Pour eux, le sport ne se déroule pas seulement sur un terrain de sport ou dans la nature, mais aussi et surtout dans les médias. L'intérêt pour le sport dans les médias est important: 28% de la population suisse témoigne d'un intérêt marqué et 47% d'un intérêt moyen pour celui-ci (cf. tableau 16.1). Contrairement à l'activité sportive, où la tendance reste à la hausse, on assiste toutefois à une certaine saturation dans la consommation passive de sport. L'intérêt pour le sport n'a cessé de croître jusqu'au début des années 2000 avec l'essor massif de la couverture médiatique du sport. La tendance s'est toutefois inversée entre 2008 et 2014 et ce renversement s'est confirmé par la suite. Depuis, l'intérêt de la population suisse pour le sport dans les médias est retombé sous la barre des années 2000.

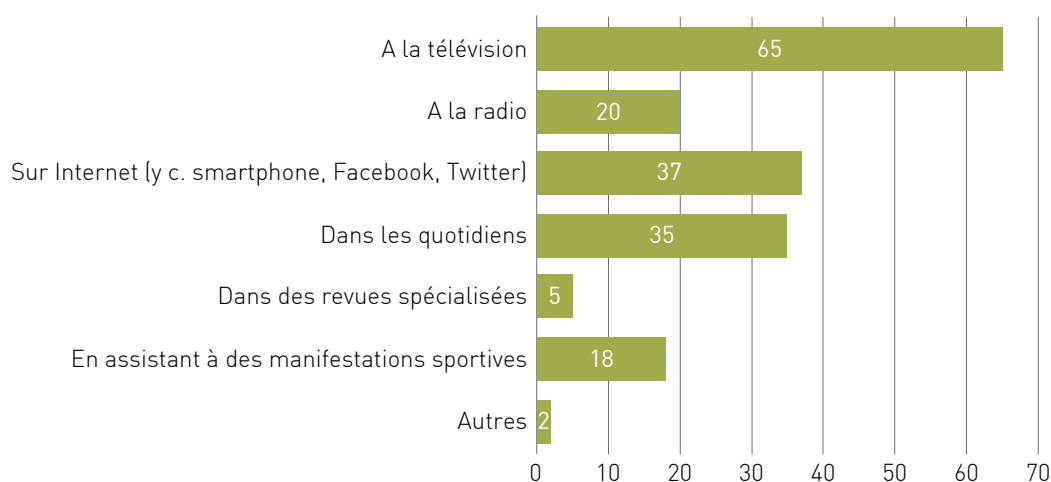
## L'intérêt que portent les jeunes au sport recule

Comme le montre le graphique 16.1, les différences habituelles selon le sexe, l'âge, le revenu du ménage et l'activité sportive sont notables ici aussi. De nouvelles différences se dessinent en outre en fonction de la région linguistique et de la nationalité. Les hommes, les seniors, les sportifs actifs ainsi que, dans une moindre mesure, les Suisses alémaniques, les citoyens suisses et les personnes ayant un revenu moyen à élevé témoignent d'un intérêt pour le sport supérieur à la moyenne. Les plus grandes différences se manifestent entre les sexes: l'intérêt pour les sports médiatiques a notamment augmenté entre 1990 et 2008 en raison de l'intérêt grandissant des femmes pour la pratique et la consommation du sport. Tandis que leur activité sportive a rejoint celle des hommes, une différence subsiste au niveau de la consommation. L'intérêt des femmes pour le sport est à nouveau en train de baisser, lui aussi. Si l'on considère le critère de l'âge, les différences se sont accen-

**T 16.1:** Intérêt de la population suisse pour le sport entre 2000 et 2020 (en % de la population résidente âgée de 15 ans ou plus)

	2000	2008	2014	2020
Intérêt marqué	33	35	31	28
Intérêt moyen	45	45	47	47
Pas d'intérêt	22	20	22	25

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2000: 2063; 2008: 10 255; 2014: 10 625; 2020: 11 282.



**G 16.2:** Manière de suivre l'actualité sportive (en % de la population résidante âgée de 15 ans ou plus)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 11 282

tuées. Ainsi, les seniors ont toujours tendance à davantage s'intéresser au sport que les jeunes, mais les écarts se creusent. Tandis que l'intérêt des personnes de plus de 55 ans pour le sport est resté pratiquement le même au cours des six dernières années, il a nettement diminué chez les personnes de moins de 35 ans.

#### La télévision reste le média principal

En termes de consommation de sport, la télévision semble rester le média principal. 65% de la population suisse a déclaré consommer du sport à la télévision, 37% sur Internet, 35% dans la section sport des quotidiens et 20% à la radio. Si 18% des personnes interrogées disent également assister à des manifestations sportives, 5% seulement lisent des revues spécialisées (cf. graphique 16.2).

#### De grandes différences d'âge dans l'utilisation des médias

Des différences notables sont à signaler dans l'utilisation des médias selon l'activité sportive, le sexe, l'âge et la région linguistique, différences dont il faut tenir compte en plus des différences générales en termes d'intérêt pour le sport (cf. tableau 16.2). Logiquement, il existe une grande différence entre les tranches d'âge. Les jeunes suivent désormais les événements sportifs presque autant sur Internet qu'à la télévision. Leurs aînés, par contre, privilégient non seulement davantage la télévision, mais lisent aussi plus facilement la section sport des quotidiens. En ce qui concerne les revues spécialisées et les manifestations sportives, peu de différences sont à noter en fonction de l'âge. Par contre, les différences sont particulièrement importantes entre les sportifs et les non-sportifs ainsi qu'entre les hommes et les femmes. Il convient de souligner que les femmes utilisent autant la radio que les hommes pour suivre les événements sportifs, mais nettement moins Internet. Cela s'explique sans doute par le fait que l'utilisation d'Internet nécessite une recherche active, et donc un intérêt plus marqué pour le sport. L'importance de la radio dans la consommation de sport est moins forte en Suisse romande et en Suisse italophone qu'en Suisse alémanique. Par contre, la population a davantage tendance à assister à des manifestations sportives sur place en Suisse italophone.

Bien que la télévision puisse encore être considérée comme le matériel de sport préféré du Suisse, elle pourrait bientôt être détrônée par la chaussure de randonnée, le vélo ou le tapis de yoga. Même constat chez les Suissesses: seulement 58% d'entre elles suivent encore l'actualité sportive à la télévision alors qu'elles sont maintenant 59% à pratiquer la randonnée.

**T 16.2:** Manière de suivre l'actualité sportive selon le sexe, l'âge, la région linguistique et l'activité sportive (en %)

	<b>A la télévision</b>	<b>A la radio</b>	<b>Sur Internet</b> (y compris smartphone, Facebook, Twitter)	<b>Dans les quotidiens</b>	<b>Dans des revues spécialisées</b>	<b>En assistant à des manifestations sportives</b>	<b>Autres</b>
Femmes	58	20	26	29	3	12	2
Hommes	73	21	48	42	8	24	2
15-24 ans	53	13	49	17	4	17	3
25-34 ans	53	18	46	22	5	17	2
35-44 ans	63	19	46	28	7	20	2
45-54 ans	67	22	37	36	5	20	2
55-64 ans	70	25	31	45	6	19	2
65-74 ans	77	23	23	52	4	16	1
75 ans et plus	79	18	11	52	4	9	1
Suisse alémanique	65	23	37	37	5	19	2
Suisse romande	65	13	37	30	6	14	3
Suisse italophone	61	14	27	33	6	23	2
Non-sportifs	57	11	20	24	2	7	2
Sportifs actifs	64	20	37	33	4	17	2
Sportifs très actifs	68	23	42	39	7	22	2

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 11 282.

# 17. Encouragement du sport, intérêt pour le sport, politique du sport

## Des dons plus importants pour le sport que pour la culture

Dans le but d'en apprendre plus sur l'importance du sport, les personnes interrogées ont été priées de procéder à une répartition hypothétique de leurs dons. Elles devaient indiquer quelle somme elles seraient prêtes à donner en faveur d'activités culturelles, d'activités sociales ou d'activités sportives si elles avaient 1000 francs à distribuer. Les réponses ont été très variées. Tandis que certaines personnes répartiraient la somme en parts égales, d'autres octroieraient la totalité à un seul domaine. La grande majorité des personnes interrogées a néanmoins procédé à une répartition différenciée, ce qui correspond au poids accordé à chaque domaine. En moyenne, 266 francs seraient ainsi dédiés à des activités culturelles, 390 francs à des activités sociales et 344 francs à des activités sportives (cf. tableau 17.1). La somme allouée aux activités sportives est presque identique à celle de 2014. Celle allouée aux activités culturelles est à peine inférieure et celle aux activités sociales à peine supérieure.

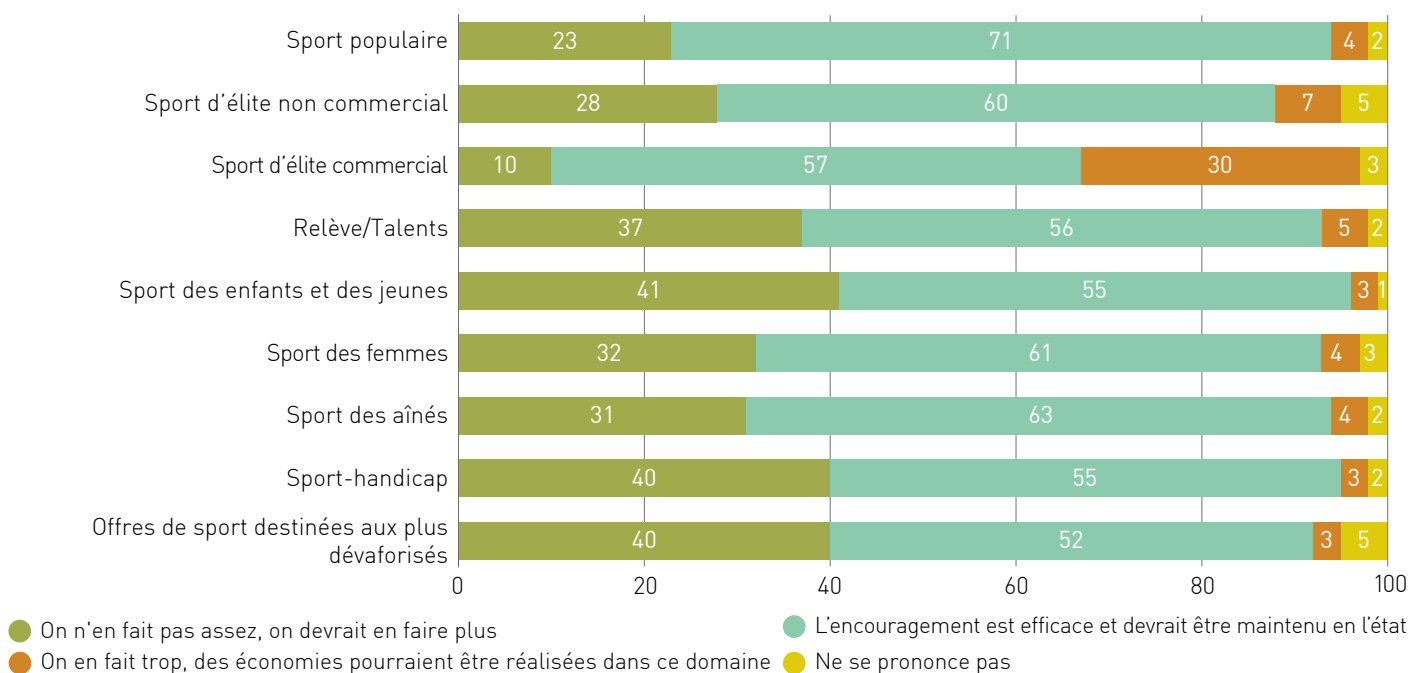
**T 17.1:** Répartition des dons en faveur des activités culturelles, sociales ou sportives pour un montant de 1000 CHF (moyenne des dons en CHF pour chaque domaine)

	2014	2020
Activités culturelles	275	266
Activités sociales	380	390
Activités sportives	345	344

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 2014: 6861; 2020: 11 012. Nombre de réponses à la question: «Si vous pouviez faire un don de 1000 francs pour la culture, les affaires sociales ou le sport: combien d'argent chacun de ces domaines obtiendrait-il de vous? »

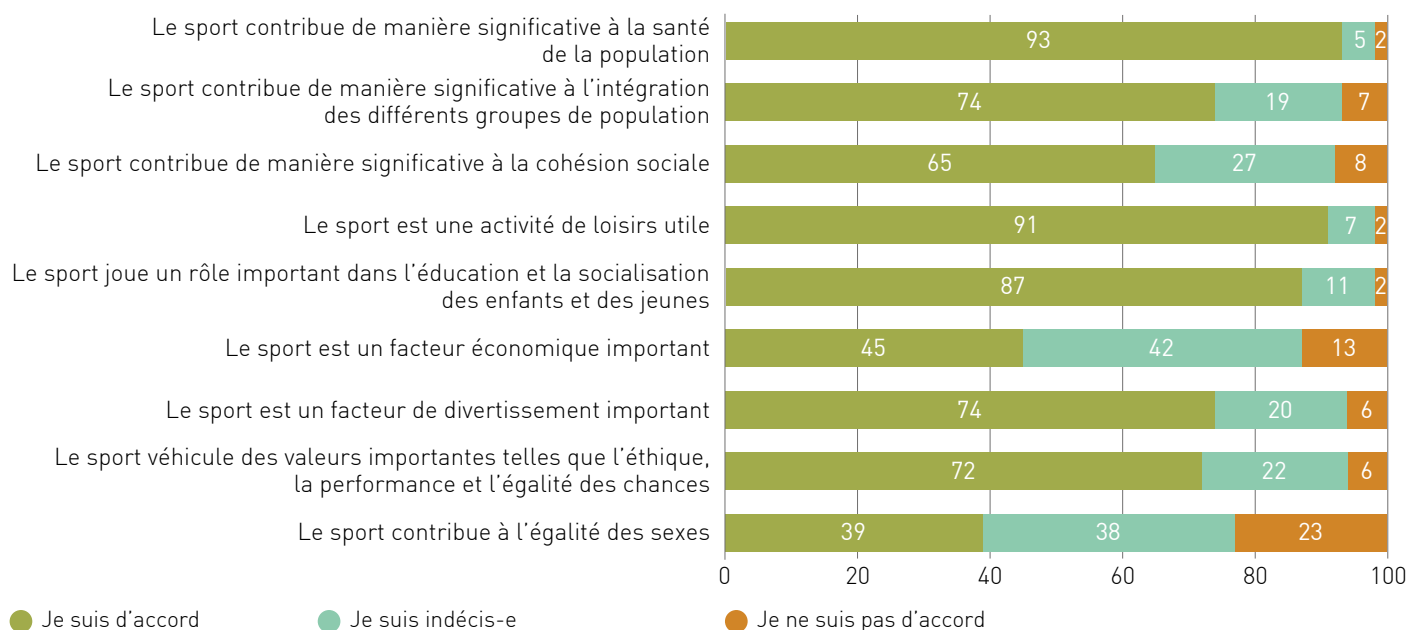
Non seulement la clé de répartition est restée stable dans le temps, mais elle est appliquée par le plus grand nombre. Les différences entre les différents groupes de population sont nettement moins marquées que ce que laissaient présager les différences constatées au niveau de l'activité sportive et de la consommation de sport. Seuls les non-sportifs et les personnes avec un profil académique se montreraient plus généreux envers la culture qu'envers le sport, mais même les non-sportifs alloueraient 276 francs

**G 17.1:** Appréciation relative à l'encouragement du sport (en % de la population résidente suisse âgée de 15 ans ou plus)



Remarque: Nombre de personnes interrogées: entre 10842 et 10995.





Remarque: Nombre de personnes interrogées: 1045.

en moyenne aux activités sportives, contre 302 francs aux activités culturelles. Chez les personnes au bénéfice d'un titre universitaire, ces dépenses s'élèveraient à 289 francs pour le sport et 305 francs pour la culture. En Suisse italophone, les personnes interrogées octroieraient pratiquement la même somme aux activités culturelles et aux activités sportives, à savoir 300 francs environ. Les personnes qui donneraient le plus pour le sport sont celles qui pratiquent du sport associatif: elles seraient prêtes à offrir 447 francs au sport, contre seulement 226 francs à la culture.

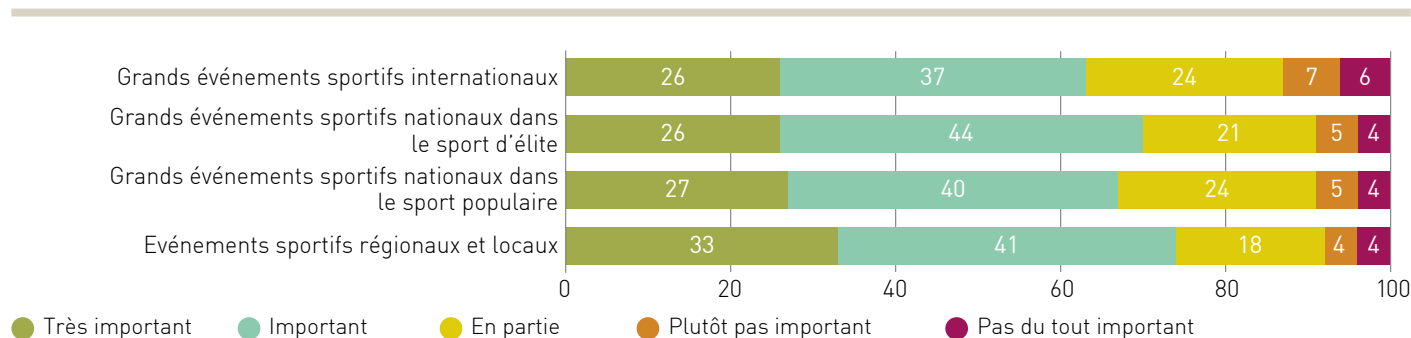
### L'encouragement du sport bénéficie d'un large soutien

En Suisse, le sport et son utilité pour la société sont reconnus politiquement et l'encouragement du sport est inscrit dans la loi [5]. Le graphique 17.1 montre comment la population apprécie l'encouragement du sport en Suisse et quels domaines devraient éventuellement être davantage, ou au contraire, moins soutenus. La majorité de la population en Suisse considère que l'encouragement du sport actuel est efficace et qu'il devrait être maintenu en l'état. Près de deux personnes interrogées sur cinq estiment toutefois que certains domaines pourraient être mieux soutenus. C'est notamment le cas du sport des enfants et des jeunes, du sport-handicap, des offres de sport destinées aux plus défavorisés ainsi que, dans une moindre mesure, de l'encouragement de la relève dans le sport d'élite et des talents. Un tiers de la population considère en outre que le sport des femmes et le sport des aînés pourraient aussi être plus développés. Le sport commercial est le seul domaine pour lequel de plus en plus de critiques sont formulées. 30% de la population estiment notamment que des économies pourraient être réalisées dans le sport d'élite commercial. Cette

proportion est toutefois largement minoritaire face aux 57% qui considèrent que l'encouragement actuel devrait être maintenu et aux 10% qui pensent qu'il devrait être développé. Il est intéressant de relever les nettes différences entre le sport d'élite commercial et le sport d'élite non commercial. Elles montrent clairement que les critiques visent moins le sport d'élite que sa commercialisation. En comparaison avec 2014, la proportion de personnes n'ayant pas d'opinion est plus faible. Pour le reste, l'appréciation des différents domaines est restée sensiblement la même.

### Effets positifs du sport pour la santé, le bien commun, l'intégration et la socialisation

Outre les appréciations portant sur l'encouragement du sport, une partie des personnes interrogées sélectionnée au hasard a été invitée à donner son avis sur les effets et les fonctions du sport. Les personnes interrogées devaient indiquer dans quelle mesure le sport déploie effectivement ses effets et remplit ses fonctions (cf. graphique 17.2). Les réponses montrent qu'une grande majorité de la population suisse estime que le sport est sain, qu'il constitue une activité de loisirs utile et qu'il joue un rôle important dans l'éducation et la socialisation des jeunes. En outre, la fonction du sport en termes d'intégration, sa contribution à la cohésion sociale et les valeurs qu'il transmet sont largement reconnues. Par contre, son importance pour l'égalité des sexes est remise en question. Enfin, la plupart des personnes interrogées estiment que le sport est davantage un important facteur de divertissement qu'un important facteur économique. En résumé, la population suisse reconnaît les effets positifs que le sport déploie pour la société.

**G 17.3:** Appréciation de l'importance des manifestations sportives pour le sport suisse et la Suisse en tant que pays (en % de la population résidente âgée de 15 ans ou plus)

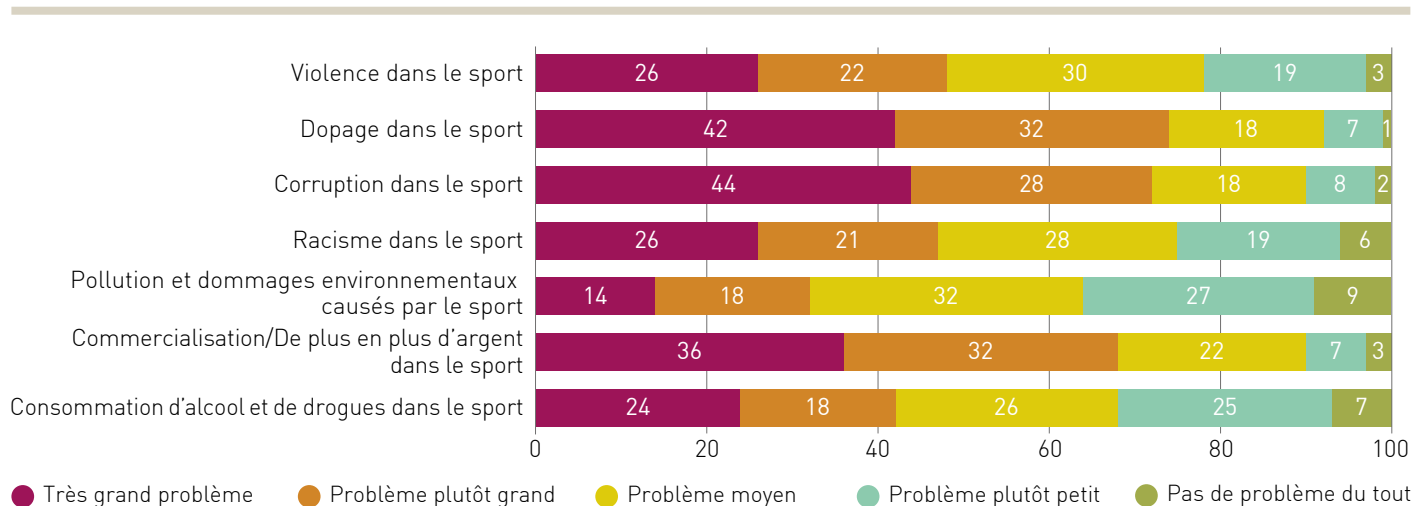
Remarque: Nombre de personnes interrogées: 1045.

### Importance des manifestations sportives

L'importance des manifestations sportives a fait l'objet d'une question spécifique. Les personnes interrogées ont été invitées à donner leur avis sur l'importance des manifestations sportives internationales, nationales et régionales pour le sport suisse et la Suisse en tant que pays. Les réponses (cf. graphique 17.3) montrent qu'une grande majorité de la population estime que les manifestations sportives jouent un rôle important. Seule une petite minorité estime qu'elles ne jouent qu'un rôle mineur, voire aucun rôle. Aucune différence significative n'a été relevée entre les manifestations internationales, nationales, régionales et locales ainsi qu'entre le sport d'élite et le sport populaire. Les manifestations plus petites semblent toutefois occuper une place plus importante aux yeux de la population. Les manifestations sportives ont plus d'importance encore pour les sportifs qui participent à des compétitions que pour les autres sportifs ainsi que pour les non-sportifs. Les différences les plus marquées se situent entre les manifestations régionales et locales, pour lesquelles près de 90% des sportifs qui participent à des compétitions estiment qu'elles jouent un rôle (très) important pour le sport et la Suisse. Mais même plus de la moitié des non-sportifs considèrent que les manifestations sportives internationales, nationales et régionales jouent un rôle important.

### Pointés du doigt: le dopage, la corruption et la commercialisation

Malgré les appréciations globalement positives formulées à l'égard du sport et de l'encouragement du sport et bien que la grande majorité des personnes interrogées reconnaissent l'importance du sport et de ses fonctions pour la société, la majorité de la population est consciente que le sport a aussi ses zones d'ombre. Parmi les principaux problèmes identifiés figurent en particulier la corruption, le dopage et la commercialisation (cf. graphique 17.4). Etant donné que ces trois thématiques concernent en premier lieu le sport d'élite commercial, cela explique notamment la position plus critique de la population à son égard (cf. graphique 17.1). Près de la moitié de la population considère en outre que la violence et le racisme constituent des problèmes (plutôt) importants. Les avis sont plus partagés en ce qui concerne les atteintes à l'environnement ainsi que la consommation d'alcool et de drogues dans le sport. Une personne interrogée sur trois considère en effet que ces domaines constituent un problème important; une sur trois, un problème moyen; et une sur trois, pas un problème du tout.

**G 17.4:** Appréciation des problèmes dans le sport (en % de la population résidente âgée de 15 ans ou plus)

Remarque: Nombre de personnes interrogées: 1045.

# 18. Méthodologie et échantillon

Pour la première fois, l'étude «Sport Suisse 2020» a été menée sous une forme mixte pour le groupe cible des adultes. Les personnes cibles avaient le choix entre participer à un entretien téléphonique assisté par ordinateur, comme les années précédentes, ou répondre à un questionnaire en ligne. Cette nouvelle forme d'enquête avait pour but d'obtenir un taux de réponse élevé et de contrer la tendance se dessinant dans l'ensemble du pays selon laquelle les personnes à sonder ne sont plus toujours joignables et disposées à répondre aux enquêteurs. Le groupe cible des enfants (10 à 14 ans), dont les résultats feront l'objet d'un rapport distinct, a été interrogé uniquement par téléphone, comme jusqu'à présent.

Le questionnaire a été élaboré par l'Observatoire Suisse du Sport sur la base des enquêtes précédentes, en étroite collaboration avec les organes responsables et les partenaires de l'étude. En raison de la nouvelle méthode d'enquête, le questionnaire a été adapté au nouveau cadre méthodologique. Tout comme en 2000, 2008 et 2024, l'institut LINK a été chargé d'effectuer le sondage. Les entretiens téléphoniques ont été menés depuis les centrales téléphonique de l'institut à Zurich (allemand), Lausanne (français) et Lugano (italien).

En vue de tester la fonctionnalité et la compréhensibilité des questionnaires associés aux deux méthodes de sondage (par téléphone et par Internet), 59 entretiens test ont été réalisés entre le 21 et le 24 janvier 2019. Les personnes chargées de poser les questions ainsi que les superviseurs ont été formés avant le lancement de l'étude. L'enquête de terrain a officiellement démarré le 7 mars 2019. Pour pouvoir exclure tout effet saisonnier, les entretiens ont eu lieu en trois phases espacées d'environ sept semaines les unes des autres. L'enquête de terrain a officiellement pris fin le 17 août.

Outre la nouvelle méthode de sondage, l'étude «Sport Suisse 2020» s'est également penchée pour la première fois sur les personnes âgées de plus de 74 ans. L'enquête a ainsi porté sur un échantillon représentatif de l'ensemble de la population résidente suisse âgée de 15 ans ou plus pouvant répondre aux questions en allemand, français ou italien. Indépendamment de cet échantillon de base, des échantillons complémentaires ont été constitués (autres jeunes et habitants des cantons et des villes participant à l'enquête). En outre, près de 800 entretiens téléphoniques supplémentaires provenant d'un projet partiel de l'Université de Berne ainsi que de la Haute école

	Enquête en ligne	Enquête téléphonique	Total	Part en ligne (en %)
Module de base	2858	618	3476	82,2
Module supplémentaire jeunes	1114	56	1170	95,2
Module supplémentaire projet partiel Uni Berne/FHNW	0	819	819	0,0
Cantons	5675	980	6655	85,3
BE	610	117	727	83,9
BL	605	115	720	84,0
GR	595	129	724	82,2
ZG	672	105	777	86,5
ZH	627	107	734	85,4
Ville de Zurich	656	78	734	89,4
Ville de Winterthour	641	96	737	87,0
SG	529	114	643	82,3
Ville de St-Gall	393	56	449	87,5
Ville de Rapperswil-Jona	347	63	410	84,6
<b>Total</b>	<b>9647</b>	<b>2473</b>	<b>12120</b>	<b>79,6</b>
<b>Module supplémentaire enfants</b>	<b>0</b>	<b>1501</b>	<b>1501</b>	<b>0,0</b>

**T 18.1:** Vue d'ensemble du nombre de sondages réalisés dans les différents modules

spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse (FHNW) [14], ont été intégrées à l'enquête. Ce sont donc au total les données de 12 120 personnes qui ont été exploitées dans le cadre de l'étude. Près de quatre personnes interrogées sur cinq ont rempli le questionnaire en ligne dans ce cadre (cf. tableau 18.1).

Toutes les personnes cibles sélectionnées suivant le principe aléatoire du cadre de sondage pour les enquêtes auprès de la population mis à disposition par l'Office fédéral de la statistique (OFS) ont reçu un avis préalable de l'Office fédéral du sport envoyé par courrier. Etant donné que l'enquête mettait l'accent sur le questionnaire en ligne, la lettre contenait, outre les informations usuelles concernant l'étude, les données personnelles permettant d'accéder au formulaire. Les personnes cibles n'ont été contactées par téléphone que dans le cadre du deuxième rappel. Elles avaient toutefois déjà la possibilité de prendre contact avec l'institut Link par courriel ou par le biais de sa permanence téléphonique gratuite afin de s'annoncer au préalable pour un entretien téléphonique. Les personnes cibles pouvaient aussi obtenir des informations sur l'étude sur un site Internet. Comme le montre le tableau 18.2, un taux de réponse de 51% (sans compter les multiples tentatives de contact) a finalement pu être atteint. L'absence de numéro de téléphone a constitué la principale raison pour laquelle un entretien n'a pas pu avoir lieu (68%), loin devant le refus (14%) ou des problèmes liés à la langue, à l'âge ou à l'état de santé des personnes (8%) (cf. tableau 18.2). Indépendamment de la méthode, les personnes interrogées devaient consacrer environ 40 minutes à l'enquête.

Parmi les personnes interrogées, 51% étaient des femmes, 17% étaient de nationalité étrangère et 14% des binationaux. La population résidente étrangère est ainsi quelque peu sous-représentée dans le cadre de cette étude. Il faudrait donc plutôt parler de population résidente assimilée linguistiquement. Il convient en outre de souligner que l'enquête n'est pas représentative pour les personnes âgées en raison de la méthode utilisée, du type de questions ainsi que de la manière de prendre contact avec les personnes interrogées. Il en a été tenu compte dans l'extrapolation (cf. ci-dessous).

Près de quatre participants sur cinq (78%) ont répondu au questionnaire en allemand, 14% en français et 8% en italien. Afin que l'échantillon global composé des différents échantillons partiels soit représentatif de la population résidente suisse, les données ont été pondérées en tenant compte de la taille variable des échantillons en particulier selon les régions et les tranches d'âge. Les résultats publiés dans le présent rapport se fondent sur des données pondérées, sauf s'agissant du nombre de cas, qui n'a pas été pondéré et qui correspond au nombre effectif de personnes interrogées.

«Sport Suisse» est la plus vaste enquête sur le comportement sportif menée en Suisse. Les données sont recueillies et analysées sur la base de critères scientifiques très stricts. Malgré cela, il faut garder à l'esprit que les enquêtes par échantillonnage présentent toujours une certaine marge d'erreur. La principale valeur de contrôle statistique de cette marge d'erreur est l'intervalle de confiance. Cet intervalle est calculé à l'aide de la formule suivante:

$$IC = \pm 2 \sqrt{\frac{p(100-p)}{n}}$$

IC = intervalle de confiance

p = part de personnes interrogées ayant fourni une réponse donnée (en points de pourcentage)

n = taille de l'échantillon non pondérée

A titre d'exemple, si 56,9% des personnes faisant partie de l'échantillon sélectionné déclarent faire de la randonnée, la valeur «réelle» extrapolée à l'échantillon global selon une probabilité de 95% se situe entre 56,0 et 57,8% (intervalle de confiance: +/-0,90 point de pourcentage). En ce qui concerne la voile, sport cité par 1,1% de la population, la valeur «réelle» selon une probabilité de 95% est comprise entre 0,9 et 1,3% (intervalle de confiance: +/-0,19 point de pourcentage).

Les résultats présentés ont en outre été consolidés à l'aide de diverses analyses (multivariées) et contrôlés en vue d'en établir la pertinence statistique. Pour des raisons liées à des contraintes de place, les analyses en question ne figurent pas dans ce rapport.

	Total	Module de base	Cantons/Villes	Jeunes	Enfants
Adresses actives	31 386	8 421	17 928	2 013	3 024
Bon contact (multiples tentatives de contact)	6 205	1 418	4 038	344	405
Adresses actives (sans multiples tentatives de contact)	25 181	7 003	13 890	1 669	2 619
Défaillances, total	12 378	3 527	7 235	499	1 117
- dont mauvais n° de tél.	8 496	2 289	4 996	402	809
- dont personnes inatteignables	655	193	369	37	56
- dont refus	1 672	527	954	30	161
- dont problèmes liés à la langue, à l'âge ou problèmes de santé	1 007	360	598	9	40
- dont lettres renvoyées à l'expéditeur	503	147	296	19	41
- dont autres	45	11	22	2	10
Sondages réalisés	12 803	3 476	6 655	1 170	1 501
- en allemand	9 970	1 943	6 343	733	950
- en français	1 841	1 032	138	327	344
- en italien	992	501	174	110	207
Taux de retour (sans multiples tentatives de contact) (en %)	50,8	49,6	47,9	70,1	57,3
Durée de l'enquête par téléphone: moyenne arith. (en min.)	37,5	39,1	37,8	34,3	34,9
Durée de l'enquête en ligne: moyenne arith. (en min.)	41,1	40,8	40,3	46,4	-

Dans le cadre de l'analyse des évolutions dans le temps, le changement de méthode (passage d'enquêtes téléphoniques suivies d'une enquête en ligne à un mode mixte) a été pris en compte. Ce changement peut avoir eu comme conséquence que les personnes sportives ont participé un peu plus souvent à l'enquête que les non-sportives. Toutefois, la comparaison entre les différentes méthodes montre que cela ne permet pas d'expliquer l'augmentation de l'activité sportive. Il n'est néanmoins pas exclu que le changement de méthode ait eu un impact sur la composition des échantillons. En outre, les questions ainsi que les catégories de réponses ont dû être adaptées de la forme orale à la forme écrite. Lorsque ces adaptations ont eu un impact manifeste sur les résultats (comme p. ex. avec les infrastructures), cela a été indiqué dans le texte. Il en va de même en ce qui concerne les changements induits par la nouvelle catégorie de personnes interrogées, à savoir les 75 ans ou plus.

Selon les données de l'OFS, la population résidente suisse âgée de 15 à 85 ans représentait 7 072 904 personnes début 2019. Compte tenu de l'intervalle de confiance, on peut donc affirmer qu'un pour-cent de sondés équivaut à 70 000 personnes environ.

# 19. Bibliographie

- [1] Lamprecht, Markus et Stamm, Hanspeter (2000): *Sport Suisse 2000. Activité et consommation sportives de la population suisse*. Bâle, Berne, Zurich: SST/AOS/LSSFB, 2000.
- [2] Lamprecht, Markus, Fischer, Adrian et Stamm, Hanspeter (2008): *Sport Suisse 2008. Activités et consommation sportive de la population suisse*. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.
- [3] Lamprecht, Markus, Fischer, Adrian et Stamm, Hanspeter (2014): *Sport Suisse 2014. Activité et consommation sportives de la population suisse*. Macolin: OFSPO, OFS, Swiss Olympic, bpa et Suva.
- [4] Commission européenne, Direction générale de l'éducation, de la jeunesse, du sport et de la culture (2018): *Special Eurobarometer 472. Sport and physical activity: Report*.
- [5] Kempf, Hippolyt et Lichtsteiner, Hans (Ed.)(2017): *Le système du sport – en Suisse et à l'international*. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.
- [6] Schürmann, Volker (2019): Am Fall eSport: Wie den Sport bestimmen? *German Journal of Exercise and Sport Research*, 49(4), 472-481.
- [7] Observatoire Suisse du Sport. Indicateur «Promotion du sport», en ligne: <https://www.sportobs.ch/fr/indicateurs/promotion-du-sport/vue-densemble-des-indicateurs-relatifs-a-lencouragement-du-sport/> (consulté le 10.2.2020).
- [8] Storni, Marco, Stamm, Hanspeter et Lamprecht, Markus (2019): Enquête suisse sur la santé 2017 – Activité physique et santé. Neuchâtel, Office fédéral de la statistique OFS.
- [9] Lehnert, Katrin, Sudeck, Gorden et Conzelmann, Achim (2011): BMZI – Berner Motiv- und Zielinventar im Freizeit- und Gesundheitssport. *Diagnostica*, 57(3), 146-159.
- [10] Haut, Jan (2018): Sport und soziale Ungleichheit. In Arne Güllich und Michael Krüger (Ed.), *Sport in Kultur und Gesellschaft: Handbuch Sport und Sportwissenschaft*. Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg.
- [11] Lamprecht, Markus, Bürgi, Rahel, Gebert, Angela et Stamm, Hanspeter (2017): *Clubs sportifs en Suisse. Evolutions, défis et perspectives*. Macolin: Office fédéral du sport OFSPO.
- [12] Hoff, Oliver, Schwehr, Tonio, Hellmüller, Pino, Clausen, Josephine et Nathani, Carsten (2020): *Sport et économie en Suisse. De l'importance économique du sport en Suisse*. Rüschlikon: Rütter Soceco.
- [13] Bureau de prévention des accidents bpa (2019): *Status 2019: Statistique des accidents non professionnels et du niveau de sécurité en Suisse. Circulation routière, sport, habitat et loisirs*. Berne: bpa.
- [14] Klostermann, Claudia et Nagel, Siegfried (2020): *Körperliche und sportliche Aktivität im Lebensverlauf. Projet du FNS en cours, intégré en tant que projet partiel dans l'enquête nationale «Sport Suisse 2020»*. Université de Berne et Haute école spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse (Fachhochschule Nordwestschweiz).



Image: ©karrastock – stock.adobe.com

Observatoire Suisse du Sport  
c/o Lamprecht & Stamm Sozialforschung und Beratung AG  
Forchstrasse 212  
CH-8032 Zurich  
info@sportobs.ch  
www.sportobs.ch

Office fédéral du sport OFSP  
2532 Macolin  
info@baspo.admin.ch  
www.ofspo.ch

Edition: 2020

Tous droits réservés. Toute reproduction ou diffusion – même partielle –  
requiert l'autorisation écrite de l'éditeur et l'indication des sources.