



Selon le nouvel Eurobaromètre sur le sport et l'activité physique, 55 % des Européens font de l'exercice physique*

Bruxelles, le 19 septembre 2022

La Commission européenne publie aujourd'hui le cinquième [Eurobaromètre](#) consacré au sport et à l'activité physique. D'après cette enquête, 38 % des Européens font du sport ou de l'exercice une fois par semaine ou plus, tandis que 17 % en font moins d'une fois par semaine. À l'heure actuelle, 45 % des Européens ne pratiquent aucune activité physique ni ne pratiquent jamais de sport. Si la situation se stabilise par rapport à l'Eurobaromètre de 2017, il n'en reste pas moins clairement indispensable de poursuivre la promotion du sport et de l'activité physique. L'enquête révèle également que pendant la pandémie de COVID-19, la moitié des Européens ont réduit leurs activités physiques, voire les ont complètement interrompues.

M. Margaritis **Schinas**, vice-président chargé de la promotion de notre mode de vie européen, a déclaré: *«Le sport ne résoudra pas à lui seul tous nos problèmes mais, outre les bienfaits évidents pour notre santé, il présente également un potentiel unique pour nous rassembler et nous donner le sentiment que nous appartenons à une communauté. Le sport joue un rôle important dans la construction de sociétés cohésives, qui constitue l'un des plus grands défis auxquels l'Europe est confrontée aujourd'hui. Nous avons déjà touché des millions de personnes grâce à nos initiatives, mais l'Eurobaromètre publié aujourd'hui nous montre que nous devons continuer à trouver de nouveaux moyens de motiver les Européens à bouger.»*

Mme Mariya **Gabriel**, commissaire à l'innovation, à la recherche, à la culture, à l'éducation et à la jeunesse, a déclaré: *«Les conclusions présentées aujourd'hui indiquent qu'il est vital de poursuivre et d'intensifier nos efforts pour promouvoir l'activité physique, les modes de vie sains et les valeurs universelles, allant de l'égalité hommes-femmes à l'inclusion, à travers le sport. Nous avons déjà lancé des initiatives très utiles pour encourager les citoyens à être plus actifs, et la [Semaine européenne du sport](#), qui débutera à la fin de cette semaine avec des événements et des actions aux quatre coins de l'Europe, est l'une d'entre elles. Aux côtés des États membres et des partenaires du monde sportif, que ce soit les athlètes, les entraîneurs ou les clubs, et plus particulièrement les jeunes en cette Année européenne de la jeunesse, nous utiliserons cette Semaine pour encourager tous les Européens à s'adonner à une activité physique.»*

Les personnes interrogées âgées entre 15 et 24 ans sont les plus susceptibles de faire de l'exercice ou de pratiquer un sport avec une certaine régularité (54 %). Ce chiffre diminue avec l'âge, passant de 42 % chez les 25-39 ans à 32 % dans le groupe des 40-54 ans, et 21 % chez les personnes âgées de 55 ans et plus. Dans l'ensemble, l'Eurobaromètre montre que les personnes interrogées qui s'adonnent régulièrement une activité physique à des fins récréatives et non sportives ne constituent une majorité dans aucun État membre de l'UE.

Selon elles, le principal obstacle à l'activité est le manque de temps, suivi d'un manque de motivation, ou tout simplement l'absence d'intérêt pour le sport. En réaction à cette situation, la campagne [HealthyLifeStyle4All](#) (Un mode de vie sain pour tous) de la Commission continuera de sensibiliser les différents groupes sociaux et générations à l'importance d'un mode de vie actif et sain.

L'enquête indique que la principale raison de bouger citée par les personnes interrogées est une meilleure santé, suivie par le souhait d'améliorer sa forme physique et de trouver des moyens de se détendre. Chaque année, la Commission promeut les bénéfices du sport pour le bien-être physique et mental lors de la [Semaine européenne du sport](#). La moitié des personnes interrogées ont également exprimé leur volonté de bouger à l'extérieur, une voie que la Commission soutient dans le cadre de ses actions en faveur de pratiques sportives et d'activités physiques plus écologiques et plus durables. Selon une nouvelle tendance, probablement renforcée par la pandémie de COVID-19, environ un tiers des personnes préfèrent faire du sport chez elles.

Enfin, les résultats de l'Eurobaromètre confirment nettement l'importance des efforts déployés par la Commission européenne pour [améliorer l'égalité entre les hommes et les femmes dans le sport](#), étant donné que l'écart qui existe entre les personnes qui font régulièrement du sport ou pas reste

favorable aux hommes. Dans ce contexte, il est encourageant d'apprendre qu'une majorité des personnes interrogées dans 25 États membres de l'UE déclarent qu'elles aiment tout autant suivre les compétitions sportives masculines et féminines dans les médias.

Contexte

Enquête Eurobaromètre spéciale

La Commission lance régulièrement un Eurobaromètre spécial sur le sport (les derniers datent de 2013 et 2017) afin de suivre les tendances en matière de pratique sportive et d'activité physique, notamment pour connaître les niveaux d'activité physique dans l'EU-27 et disposer d'informations sur les contextes dans lesquels les personnes font de l'exercice.

Cet Eurobaromètre spécial sur le sport et l'activité physique repose sur les réponses à quelque 20 questions, données par 26 580 Européens provenant des 27 États membres. Il illustre les tendances en ce qui concerne les niveaux d'activité, les obstacles et les préférences en matière de pratique sportive sur lesquelles se fonderont les politiques futures. Les résultats alimenteront les actions que mènera la Commission afin de promouvoir le sport, l'activité physique bienfaisante pour la santé et un mode de vie sain dans l'ensemble de l'Europe.

Le plan de travail de l'UE en faveur du sport (2021-2024), adopté par le Conseil, a souligné l'importance des données relatives au sport et aux niveaux d'activité dans l'UE. Les nouvelles conclusions disponibles de l'Eurobaromètre sur les tendances en matière d'activité physique et de pratique sportive étayeront les actions menées à l'échelle de l'UE dans les volets opérationnel et politique du sport. L'enquête s'appuie également sur les enquêtes Eurobaromètre précédentes, qui permettent d'effectuer une comparaison continue et constituent une bonne base pour continuer à élaborer des politiques sportives européennes, en étroite collaboration avec les États membres.

Semaine européenne du sport

La Semaine européenne du sport est une initiative de la Commission européenne visant à promouvoir le sport et l'activité physique dans toute l'Europe, y compris dans les Balkans occidentaux et dans les pays du partenariat oriental. Le sport et l'activité physique contribuent de manière substantielle à la santé et au bien-être des citoyens européens. Néanmoins, le niveau d'activité physique en Europe stagne, voire décline dans certains pays. La Semaine européenne du sport constitue une réponse commune à cet enjeu et un appel à l'action afin de lutter contre le phénomène de l'inactivité en encourageant les Européens de tous âges à adopter un mode de vie sain et actif. Elle s'inscrit dans le cadre de la campagne #BeActive, qui a été officiellement lancée le 23 juin dernier, Journée internationale olympique. La campagne #BeActive 2022 mettra l'accent sur des personnes à qui on peut s'identifier et qui sont source d'inspiration; elle s'articulera autour de 3 piliers: la jeunesse, l'inclusion et l'égalité, et un mode de vie sain.

HealthyLifestyle4All (un mode de vie sain pour tous)

L'initiative *HealthyLifestyle4All* a été lancée en septembre 2021 sous la forme d'une campagne de deux ans pour associer le sport et les modes de vie actifs à la santé, à l'alimentation et à d'autres politiques. Elle vise à mettre en évidence l'engagement de la Commission à promouvoir des modes de vie sains pour tous, à travers les générations et les groupes sociaux, en faisant observer que chacun peut bénéficier d'activités qui améliorent la santé et le bien-être. L'initiative est ouverte au mouvement sportif, aux pouvoirs publics et aux organisations de la société civile, qui peuvent y participer en proposant leurs propres engagements, publiés sur une [liste d'engagements](#) en ligne.

Pour en savoir plus

[Eurobaromètre 525 — Sport et activité physique](#)

[Semaine européenne du sport | Sport \(europa.eu\)](#)

[Initiative HealthyLifestyle4All | \(Un mode de vie sain pour tous\) Sport \(europa.eu\)](#)

**Mis à jour le 21.9.2022*

IP/22/5573

Personnes de contact pour la presse:

[Sonya GOSPODINOVA](#) (+32 2 296 69 53)

[Flore BOUTIER](#) (+32 2 296 60 43)

Renseignements au public: [Europe Direct](#) par téléphone au [00 800 67 89 10 11](#) ou par [courriel](#)