

Communiqué de presse, 6 octobre 2020

Le sport d'élite réagit bien à la situation « corona » pour l'instant

Les athlètes suisses de haut niveau ont jusqu'à présent bien supporté les restrictions imposées par le coronavirus. C'est ce que montre l'étude « Swiss Athletes Corona Study » de l'Université de Berne, une enquête menée conjointement avec Swiss Olympic et la Fondation Aide Sportive Suisse. Toutefois, la situation financière des athlètes pourrait se détériorer considérablement vers la fin de l'année en raison de l'expiration des contrats.

La pandémie COVID-19 et les restrictions qu'elle a entraînées ont massivement changé la situation de vie de tous les athlètes suisses de haut niveau. Avec l'annulation de presque toutes les compétitions, le report des Jeux Olympiques d'été à Tokyo jusqu'en 2021 et les restrictions considérables imposées aux activités d'entraînement, leur carrière sportive de compétition a connu de sévères limitations. Afin d'évaluer la situation, une équipe de chercheur·se·s de l'Institut de Science du Sport de l'Université de Berne, dirigée par le professeur Achim Conzelmann et en collaboration avec Swiss Olympic et la Fondation Aide Sportive Suisse, a réalisé l'étude nommée « Swiss Athletes Corona Study ». 1411 athlètes suisses de haut niveau y ont pris part anonymement et en ligne, ce qui permet aujourd'hui de mettre en lumière les effets que la période du 13 mars au 20 juillet a eu sur leur quotidien sportif. Les résultats montrent qu'en dépit des restrictions, les athlètes suisses de haut niveau n'ont pas perçu le confinement de manière trop négative.

Presque un tiers des entraînements sont tombés à l'eau

Le lockdown complet a entraîné un changement important dans le programme d'entraînement des athlètes. 74,4% des athlètes de haut niveau interrogé·e·s ont déclaré que leur programme d'entraînement quotidien avait été « chamboulé ». En moyenne, seulement 69 % des heures d'entraînement hebdomadaires ont pu être effectuées par rapport à la charge de travail normalement prévue. Les pertes les plus importantes ont été enregistrées par les athlètes des Jeux olympiques d'été (-33%), qui auraient normalement

dû augmenter leur charge d'entraînement au début de l'été. En revanche, les athlètes olympiques d'hiver (-24%), dont la saison de compétition active touchait à sa fin, et les athlètes en situation de handicap (-22%) ont rapporté des pertes d'entraînement nettement moins importantes. Dans la période qui a suivi le premier assouplissement (à partir du 11 mai), les athlètes de haut niveau ont pu revenir à une moyenne de 92 % de leur charge d'entraînement normale.

Perception globale modérée du lockdown

Contrairement à ce qui s'est passé pour les entraînements, le confinement n'a eu, selon l'enquête, qu'un effet mineur sur la motivation et les performances sportives actuelles des personnes interrogées. « Ce n'est que dans de rares cas que le lockdown a conduit à des réflexions sur la fin d'une carrière dans le sport de haut niveau », explique Achim Conzelmann. En ce qui concerne l'expérience subjective du stress, les chercheurs ont constaté des différences dans les différentes catégories de sport. Les athlètes des sports olympiques d'été et non olympiques avaient des niveaux de stress subjectif jusqu'à 10 % plus élevés que ceux des deux autres catégories (sports olympiques d'hiver et sports handicap). Selon les chercheurs, cela est probablement lié à la durée du lockdown et la phase de la saison dans laquelle il est survenu dans chaque catégorie de sport. "La majorité des athlètes a pu relativement bien faire face à la crise. 99% de tous les répondants ont indiqué qu'ils ont pu tirer au moins un aspect positif de ce confinement", déclare Conzelmann. Seuls 5% des athlètes ont signalé dans l'enquête qu'ils avaient fait appel à des services de soutien supplémentaires pendant le confinement, comme des conseils psychologiques sportifs par exemple. La majorité des personnes interrogées étaient très satisfaites du soutien apporté par leurs entraîneurs, Swiss Olympic et la Fondation Aide Sportive Suisse.

La situation financière n'a pratiquement pas changé (pour l'instant)

L'enquête montre que la situation financière de près de la moitié des athlètes est inchangée. Environ un quart d'entre eux ont subi une légère détérioration de leur situation financière et moins de 5 % ont souffert d'une détérioration significative. Selon Conzelmann, « ces pertes s'expliquent principalement par l'absence de primes de compétition pendant la période de lockdown ». Le soutien financier de la Fondation Aide Sportive Suisse (concernant 41% des athlètes) et des sponsors est resté relativement constant en vertu des contrats. Seules les contributions cantonales aux bénéficiaires n'étaient plus applicables. Achim Conzelmann : « Toutefois, cette situation peut changer radicalement après l'expiration des contrats actuels, si les contributions de soutien sont être considérablement réduites, voire totalement supprimées ». Environ 19 % des personnes interrogées ont déclaré une légère amélioration de leur situation financière et 4 % une amélioration significative. Cela peut s'expliquer par la diminution des dépenses liées au sport (par exemple, les frais de déplacement ou de camp d'entraînement).

L'avenir des carrières individuelles est incertain

Selon le chef de projet Achim Conzelmann, les résultats globalement positifs doivent être considérés avec prudence : « Bien que la plupart des athlètes interrogé-e-s aient traversé le confinement sans difficultés majeures et que beaucoup d'entre eux ont été en mesure de tirer au moins un certain bénéfice personnel de la situation, certains effets négatifs ne se

feront sentir que dans les prochains mois. Il est possible que les sponsors se retirent à la fin de l'année ou que d'autres compétitions importantes soient annulées. La conséquence pourrait être que des carrières prometteuses dans le sport de compétition pourraient prendre fin prématurément ».

Personnes de contact:

Merlin Örencik & Prof. Dr. Achim Conzelmann
Institut de Science du Sport, Université de Berne
Tél. +41 031 631 83 22
swissathletesstudy@ispw.unibe.ch

La Swiss Athletes Corona Study

Les données de l'étude couvrent les périodes du 13 mars 2020 au 10 mai 2020 (lockdown complet) et du 11 mai 2020 jusqu'au début de la collecte des données (assouplissements). Tous les **athlètes détenteurs d'une carte olympique suisse (or, argent, bronze, élite)**, ce qui représente une population totale de 2'638 personnes, étaient autorisé·e·s à participer. Au total, 1'411 athlètes suisses de haut niveau (dont 1'036 dans son intégralité) ont participé à l'enquête anonyme en ligne.

En raison du taux de réponse élevé ainsi que de la répartition proportionnelle entre les sports (sports olympiques d'été/hiver, sports non olympiques, sports pour handicapés) et les niveaux de performance (de la classe mondiale absolue à la classe nationale supérieure élargie), l'échantillon étudié peut être considéré comme représentatif du sport suisse de haut niveau.

L'équipe de projet

Prof. Dr. Achim Conzelmann, Dr. Jürg Schmid, Michael Schmid, Merlin Örencik

L'Institut de Science du Sport de l'Université de Berne

L'Institut de science du sport (ISPW) est l'un des plus grands et des plus importants établissements d'enseignement et de recherche en science du sport en Suisse. Son enseignement et sa recherche se caractérisent par une approche intégrative et orientée vers une application pratique, avec un accent sur les sciences sociales et comportementales.

<http://www.ispw.unibe.ch/>

Partenaire d'étude Swiss Olympic

Swiss Olympic est l'organisation qui chapeaute le sport suisse et le Comité national olympique de la Suisse. Dans cette double fonction, Swiss Olympic crée les meilleures conditions possibles pour le succès sportif au niveau international et représente les intérêts du secteur organisé de droit privé dans le sport suisse. Par son engagement, l'organisation faitière soutient et renforce ses membres (81 fédérations sportives nationales et 23 organisations partenaires) et donc environ 19 000 clubs avec 2 millions de sportifs. En outre, Swiss Olympic diffuse et ancre dans la société les valeurs olympiques (performance de haut niveau, le respect et l'amitié), et s'engage en faveur d'un sport suisse sain, respectueux et équitable. L'organisation a été fondée en 1912 et est basée à Ittigen près de Berne. www.swissolympic.ch

Partenaire d'étude Fondation Aide Sportive Suisse

La Fondation suisse d'aide au sport est une organisation non subventionnée et sans but lucratif dont le siège est à Ittigen, près de Berne. Depuis 50 ans, elle soutient les athlètes suisses sur la voie de l'ascension vers le sommet du monde sportif. Elle aide les jeunes sportifs et leurs familles à surmonter les difficultés financières, en particulier dans les sports marginaux où la présence médiatique, les grands sponsors et les primes élevées font défaut. L'Aide Sportive Suisse soutient 1 176 espoirs sportifs suisses axés sur la performance avec 9,1 millions de francs suisses par an. L'argent va directement aux athlètes talentueux dans 79 sports sous forme de parrainages individuels, de subventions et de primes. www.sporthilfe.ch