

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 10 (2008)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Des bases pour l'avenir  
**Autor:** Leonardi Sacino, Lorenza  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995581>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 07.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Des bases pour l'avenir

La Suisse est un pays de sportifs: 70% de la population s'adonnent à une activité sportive. Le point sur l'enquête «Sport Suisse 2008» et le développement du sport en Suisse.

Texte: Lorenza Leonardi Sacino, photo: Alain Dössegger

► «Près des trois quarts (73%) de la population résidente suisse âgée de 15 à 74 ans pratiquent une activité sportive au moins occasionnellement. Cependant, le niveau d'activité effectif varie considérablement: les deux cinquièmes (40%) font du sport plusieurs fois par semaine, à raison de trois heures ou plus; un bon quart (27%) s'adonne à une activité sportive au moins une fois par semaine, un seizième (6%) occasionnellement, tandis que le quart restant (27%) déclare ne pratiquer aucun sport. Réinterrogées, les deux tiers des personnes se considérant comme non sportives reconnaissent toutefois qu'elles s'adonnent de temps à autre à une activité physique (sportive). La comparaison de ces résultats avec ceux de Sport Suisse 2000 montre que la proportion des sportifs réguliers s'est accrue au cours des huit dernières années, alors que celle des inactifs est restée stable.»

(Extrait du rapport «Sport Suisse 2008»)

## Collaboration multipartite

Cette vaste enquête n'aurait pu être menée à bien sans la collaboration étroite de différents partenaires. Elle a réuni, outre l'Office fédéral du sport OFSPO, qui pilote l'Observatoire Sport et activité physique Suisse, Swiss Olympic, le bpa et la Suva. En tant qu'organisations partenaires de l'Observatoire, l'Office fédéral de la statistique et le service des Sports de la Direction de la Sécurité du canton de Zurich ont assuré le suivi technique du projet. Plusieurs offices des sports cantonaux et communaux ont également participé au projet et, grâce à Jeunesse+Sport, les enfants de 10 à 14 ans ont pour la première fois pu être intégrés dans l'enquête. L'enquête a été réalisée par l'institut LINK de Lucerne. Le présent rapport est axé sur les principaux résultats pour la population résidente suisse de 15 à 74 ans. Au cours de l'année, des comptes rendus cantonaux et communaux ainsi qu'un rapport consacré aux enfants et aux jeunes seront publiés. L'enquête peut être téléchargée sur le site de l'OFSPO.

► [www.ofspo.ch](http://www.ofspo.ch)

«Sport Suisse 2008» représente l'enquête la plus vaste et la plus complète jamais menée en Suisse sur le comportement et les besoins sportifs. Le premier sondage de ce type a été effectué il y a 30 ans. Dans l'intervalle, les habitudes sportives de la population helvétique ont changé. L'évolution la plus significative concerne la proportion – en forte hausse – de personnes qui pratiquent une activité sportive plusieurs fois par semaine. Des différences d'ordre méthodologique entre la première et la dernière enquête méritent toutefois d'être relevées. «La méthode est globalement similaire», explique Urs Mäder, responsable de la section Activité physique et santé à l'Office fédéral du sport. «Les principaux changements sont un nombre plus élevé d'entretiens conduits, des questions plus précises et spécifiques de certains aspects, et l'intégration d'un échantillon composé d'enfants de 10 à 14 ans.» Ce dernier groupe fera d'ailleurs l'objet d'une étude séparée à paraître en automne de cette année.

Ces précautions prises, on peut toutefois affirmer que l'augmentation de la population physiquement active est réelle si l'on confronte les deux enquêtes menées en 2000 et 2008 et jugées compatibles par Urs Mäder. Cette hausse est particulièrement manifeste chez les femmes et elle conforte les conclusions de «l'Enquête suisse sur la santé 2002». De 1997 à 2002, une croissance de l'activité physique de la population féminine avait déjà été relevée.

### Corrélation au féminin

Plus de 11 000 personnes ont été interrogées dans le cadre de l'enquête «Sport Suisse 2008». D'après Urs Mäder, les données collectées, représentatives de la population suisse, pourraient aider les institutions sportives nationales et régionales à adapter leurs activités futures aux conditions actuelles et aux besoins de la population. Il est en revanche difficile de savoir si ces données permettent d'élaborer des mesures ayant un impact sur l'activité sportive des gens. «Il n'y a pas eu, à ma connaissance, d'interventions décidées sur la seule base des résultats de l'étude Sport Suisse 2000», dit Urs Mäder. Des parallèles peuvent tout de même être établis entre certaines mesures prises et la hausse constatée de l'activité sportive des femmes. L'exemple le plus marquant est celui du Nordic Walking. Des organisations actives dans ce segment, comme Allez Hop (la campagne nationale de promotion de l'activité physique) n'en ont jamais fait un mystère. Le public visé par leurs cours de Nordic Walking est les femmes d'âge moyen. Selon la présente enquête, cette classe d'âge fait partie – à l'instar des jeunes hommes et des aînés – de celles dont la pratique sportive s'est intensifiée au cours des huit dernières années. «De nombreuses autres mesures ont toutefois été mises en œuvre sans tenir compte des résultats des études précitées. Ces derniers fournissent uniquement des renseignements sur le volume et la distribution du sport dans notre société et où il est au besoin nécessaire d'agir.»

### Habitudes sous la loupe

L'enquête «Sport Suisse 2008» permet, au même titre que les précédentes, de se faire une image précise de la population helvétique en matière de sport. Avec un accent consciemment mis sur le comportement personnel, les motivations et les besoins. D'autres études, comme l'«Enquête suisse sur la santé 2002», dressent un profil plus

### Bon à savoir

## Une mode devenue sport

► Les disciplines dont la part d'adeptes a augmenté le plus en Suisse sont celles de la catégorie «Randonnée pédestre, walking, randonnée en montagne» avec une croissance de 11% en huit ans, grâce notamment au Nordic Walking. Née en Finlande, cette activité a pris place sous nos latitudes à la fin des années 90. Raillé à ses débuts, le Nordic Walking a aujourd'hui troqué son statut de phénomène de mode contre celui de sport d'endurance à part entière pratiqué à travers le monde.

Ce succès est à mettre en lien avec la prise de conscience croissante de l'importance de la santé par la population. Hommes et femmes confondus prêtent de plus en plus attention à leur bien-être physique, ce qui n'est pas sans influence sur leur activité.

Le Nordic Walking représente une alternative intéressante au jogging, dont l'intensité est souvent jugée trop exigeante. Son apprentissage est facile et les sollicitations articulaires sont modérées. Mais d'autres facteurs interviennent également pour expliquer son actuelle cote d'amour. Le Nordic Walking:

- ne nécessite pas d'infrastructures particulières...
- ...ni un matériel onéreux;
- s'apprend aisément, car il n'est pas trop technique;
- se pratique dès le pas de porte franchi;
- est une discipline flexible (horaire fixé individuellement);
- stimule les compétences sociales;
- est source de nouvelles expériences;
- garantit des moments de détente et de divertissement...
- ...ainsi qu'un contact avec la nature.

complexe de l'état de santé des Suisses et des facteurs qui les influencent. Les enseignements tirés de ces dernières aident les décideurs et les acteurs impliqués dans la promotion du sport et de l'activité physique à formuler des objectifs et à les atteindre de manière plus efficace. Ils peuvent, d'une part, constituer leur plaidoyer sur la base de données réelles pour convaincre leurs partenaires et, d'autre part, mettre en œuvre des mesures ciblées.

Et à l'avenir, observera-t-on à nouveau une intensification de l'activité sportive? Il est difficile de l'affirmer catégoriquement. «Cette tendance va inexorablement marquer le pas», prédit Urs Mäder. «Après la nette croissance observée ces 14 dernières années, je ne serai pas surpris qu'elle ralentisse, voire stagne. Il est en revanche fort peu probable que le mouvement s'inverse et que l'on constate une diminution.» //