

Communiqué de presse
2 septembre 2020

Fondation « Alliance activité physique, sport et santé »

En Suisse, environ un quart de la population ne fait pas assez d'exercice. Le manque d'activité physique est particulièrement marqué chez les jeunes. C'est pourquoi, le 7 septembre 2020, des associations se réunissent afin de former l'« Alliance activité physique, sport et santé ».

La pratique d'une activité physique régulière prévient l'apparition de certaines pathologies, comme les maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2, l'ostéoporose, certaines formes de cancer et la dépression. L'exercice physique joue également un rôle important dans la prévention et le traitement de l'obésité. C'est pourquoi les experts recommandent au moins deux heures et demie d'activité physique par semaine. Il peut s'agir d'activités quotidiennes telles qu'une promenade le dimanche, aller faire ses courses à pied ou aller au travail à vélo. Faire 75 minutes de sport par semaine serait une alternative. Un quart de la population suisse ne suit pas ces recommandations.

Danger d'une évolution grave de Covid-19

Le conseiller national Christian Lohr est alarmé. "Le manque d'activité physique peut entraîner des maladies vasculaires. Ces patients doivent s'attendre à une évolution particulièrement grave de COVID-19", dit-il. Christian Lohr est particulièrement préoccupé par les jeunes. Si l'on pouvait appeler les adultes à se prendre en charge, cela ne s'appliquerait certainement plus aux mineurs. Mais c'est précisément là que la Suisse obtient de mauvais résultats : une étude de l'OMS montre qu'une grande partie des jeunes, en particulier les filles, ne font pas assez d'exercice et que la Suisse est loin de respecter la recommandation de l'OMS de pratiquer au moins une heure d'activité physique par jour.

Diverses raisons pour le manque d'exercice

Les raisons de cette situation sont multiples. Bien que l'on s'entraîne moins dans les associations sportives de nos jours, les offres sportives ne manquent pas nécessairement. Les modes de vie modernes et les obstacles structurels sont également en partie responsables : dans la vie de tous les jours, il faut offrir des possibilités suffisantes d'exercice physique - itinéraires scolaires sûrs, pistes cyclables, sentiers de randonnée, zones vertes, terrains de jeux - pour que les enfants et les adultes puissent bouger. L'aménagement du territoire ou la politique des transports jouent donc un rôle tout aussi important dans la promotion de l'activité physique que les clubs sportifs.

La politique est sollicitée

Cette sensibilité n'est pas toujours présente en politique. C'est pourquoi plusieurs associations ont décidé de fonder l'« Alliance activité physique, sport et santé » le 7 septembre 2020. Christian Lohr en est convaincu : "si l'on veut ancrer durablement la question de l'activité physique favorable à la santé dans la politique suisse, il faut un partenariat et une collaboration commune entre différentes organisations. » L'Alliance devrait inclure tous les acteurs qui promeuvent et exigent une politique d'activité physique favorable à la santé en Suisse.

Fondation de l'association le 7 septembre 2020 à Berne

L'association se fondera le 7 septembre 2020. Les candidats au comité représentent diverses organisations de santé, de sport et d'activité physique : Fondation suisse de Cardiologie, Santé publique Suisse, Fédération suisse des Centres Fitness et de Santé, Pro Velo Suisse. Le conseiller national Christian Lohr se présente à la présidence de l'association.

Contact : Stefanie Zehnder, Secrétariat « Alliance activité physique, sport et santé », 031 350 16 02, info@allianzbewegung.ch