

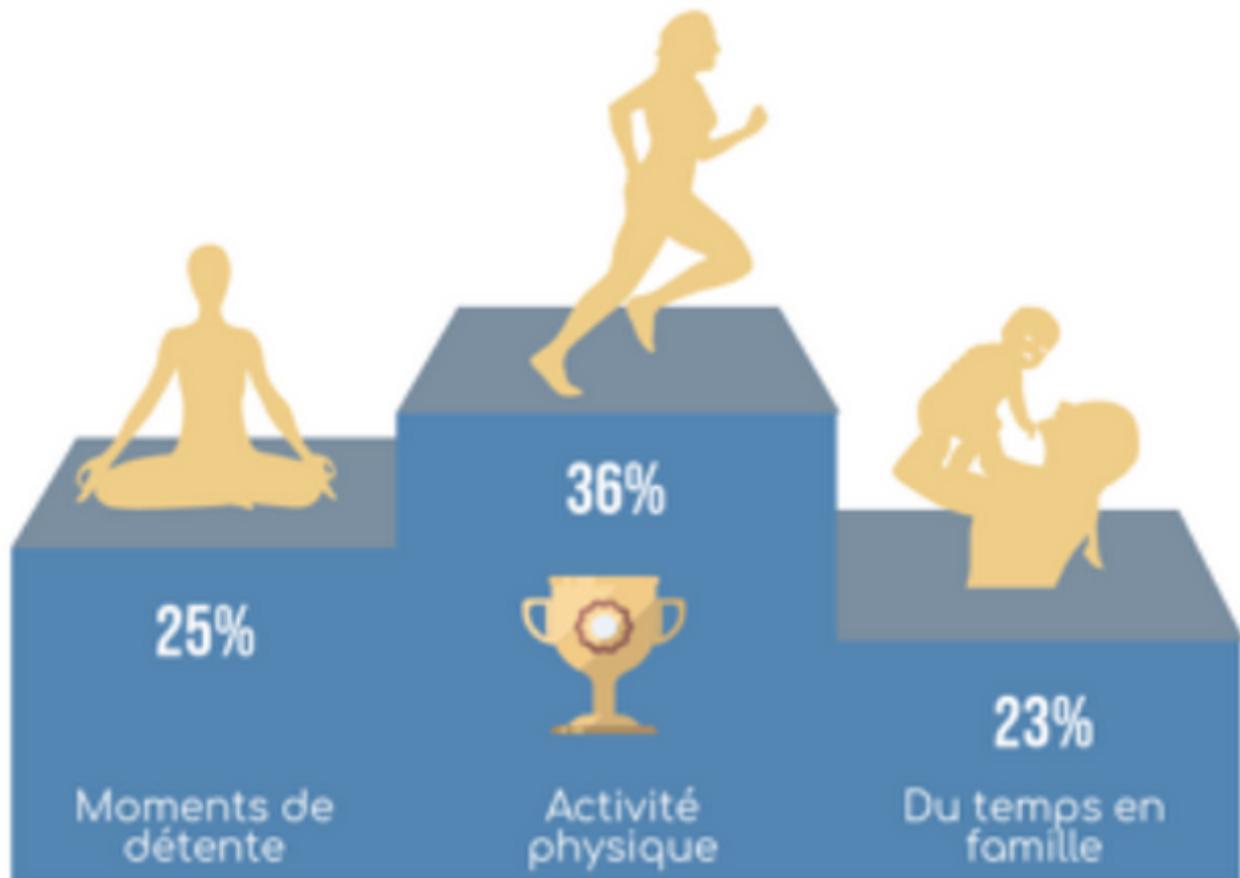
Bonnes résolutions 2019, le sport est LA priorité des Français !

Baromètre Sport Santé FFEPGV 2018* : Pratiquer une activité physique, la bonne résolution n°1 pour 36% des Français !



Pour la 8ème année consécutive, la Fédération Française d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire (FFEPGV) publie son Baromètre Sport-Santé réalisé en collaboration avec l'institut IPSOS.

TOP 3 Des résolutions des Français



La 1ère vague, dédiée aux bonnes résolutions de début d'année, révèle que la pratique d'une activité physique occupe la 1ère place pour la 2ème année consécutive. 36% des Français se fixent cet objectif pour 2019, un chiffre qui progresse de 4% par rapport à 2017 et qui révèle une prise de conscience du rôle du sport dans la vie de tous les jours.

Dans un contexte économique et social tendu, le Baromètre Sport Santé FFEPGV révèle que les Français ont besoin de pratiquer une activité physique et qu'ils sont conscients qu'elle participe à leur bien-être physique mais également social et mental. Se réserver de vrais moments de détente seront, pour l'année à venir, importants pour 25% des Français, un chiffre en recul de 4% en comparaison avec 2017. Le fait de passer plus de temps avec ses amis et sa famille sera en 2019 une priorité seulement pour 23% des Français soit

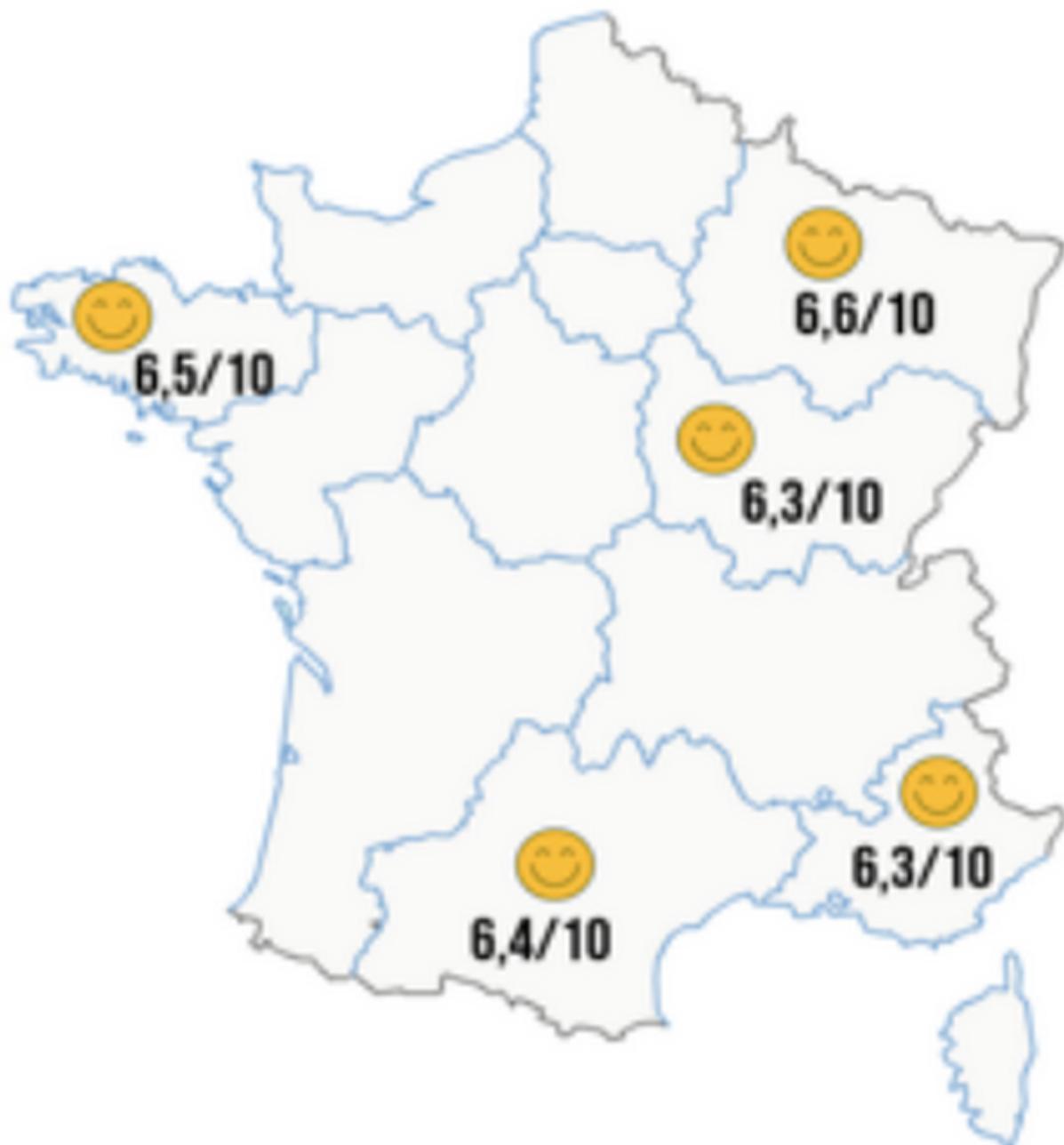
2% de moins qu'en 2017.

» En tant que fédération leader du Sport Santé, ces résultats confortent notre mission d'intérêt général et notre devoir de donner à chaque français, quelles que soient ses origines sociales, sa condition physique, le lieu où il vit et ses moyens financiers, la possibilité d'accéder à une activité physique et sportive lui permettant de bénéficier de bien-être physique, social et mental. « **explique Patricia MOREL, Présidente de la FFEPGV.**

Les Français qui pratiquent une activité physique sont en meilleure forme

Quand on les interroge sur leur état de forme, les Français sont positifs. Ils sont 65% à qualifier leur niveau de bien-être de » Bon « , voire » plutôt bon « . Pourtant, ils attribuent à leur état de forme général une note de 6,2/10, un chiffre qui n'avait jamais été aussi bas depuis 2013. L'état de forme général des Français qui pratiquent au moins une heure par semaine une activité physique ou sportive est plus élevé : +0,2 de moyenne (6,4) et cet écart grandit encore pour ceux qui pratiquent 3 heures ou plus par semaine +0,4 (6,6) par rapport à la moyenne nationale.

TOP 5 Des régions les plus en forme



En régions, les Français affichent un niveau de forme supérieur à la moyenne nationale

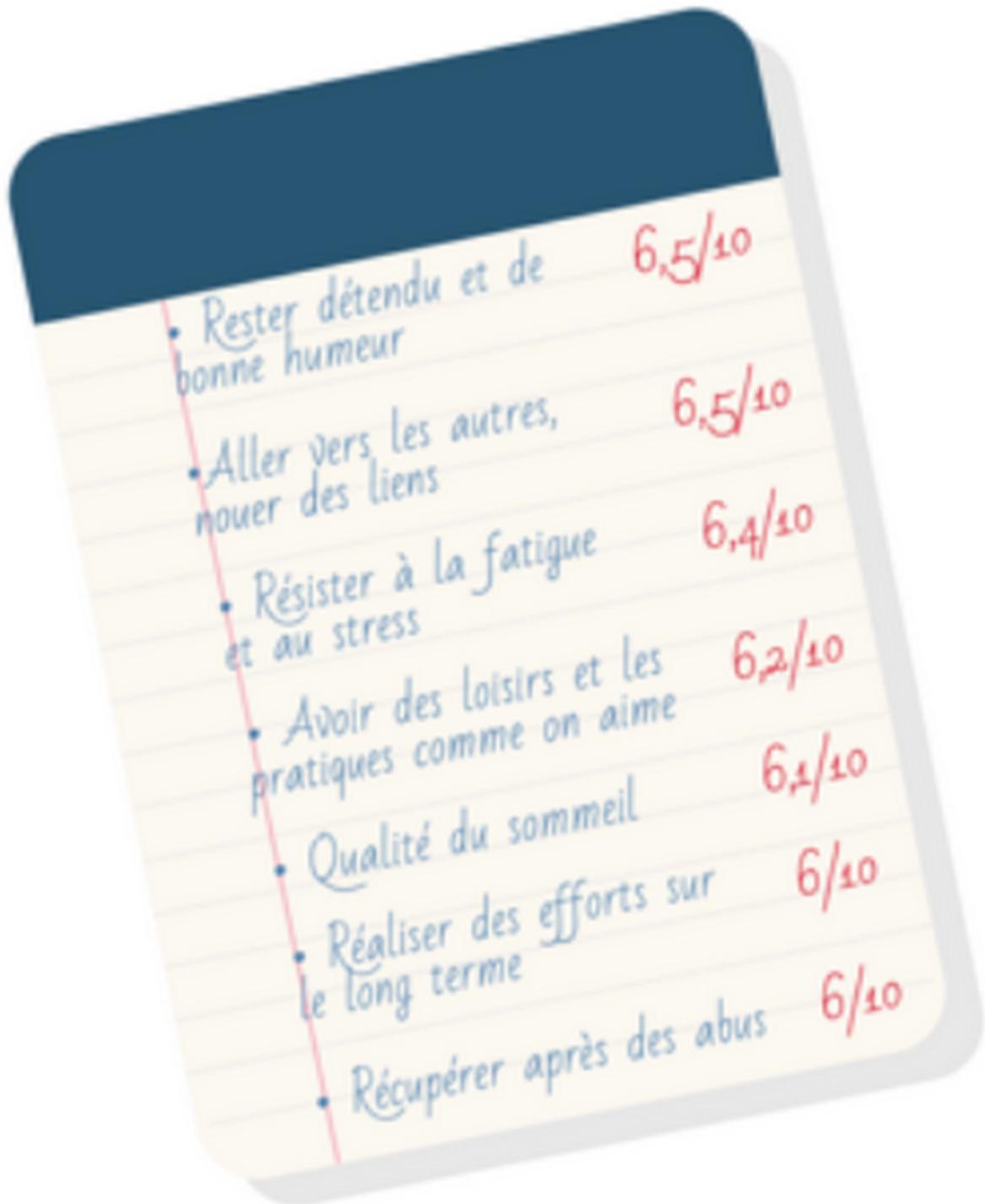
1. Grand Est : 6,6
2. Bretagne : 6,5
3. Occitanie : 6,4

4. Bourgogne Franche Comté : 6,3

5. PACA : 6,3

Le bien-être social, mental et physique au TOP !

ETAT DE FORME Le bulletin de note des Français



Quand on interroge l'état de bien-être des Français sur chacun

des sujets qui rythment leur vie quotidienne, il en ressort que c'est le bien-être mental (rester détendu et de bonne humeur), le bien-être social (aller vers les autres et nouer des liens) et le bien-être physique (résister à la fatigue et au stress) qui sont les critères sur lesquels ils se sentent le plus en forme.

» Dans les territoires, c'est dans cet objectif que nos 6000 clubs accompagnent près de 500 000 licenciés contribuant à améliorer leur santé et leur bien-être au quotidien. Ce bulletin de notes conforte notre intention et confirme que notre fédération sait comment adresser au mieux leurs besoins en matière de sport santé. » affirme Patricia MOREL, Présidente de la FFEPGV.

* Enquête réalisée par l'institut Ipsos pour la FFEPGV dans 12 régions françaises auprès de 2000 personnes interrogées, du 14 au 19 décembre 2018.

A propos de la FFEPGV

Issue d'un mouvement sportif créé en 1888 pour améliorer la santé publique par la démocratisation de la pratique sportive, la FFEPGV voit le jour en 1971, avec la réunion de plusieurs structures fédérales sportives. La Fédération a pour vocation d'organiser des activités physiques et sportives, orientées vers les loisirs et le bien-être. Elle est reconnue d'utilité publique depuis 1976, et compte près d'un demi-million de licenciés et pratiquants à travers 6000 clubs. Les cours sont délivrés dans chaque club par des animateurs sportifs formés et diplômés par la Fédération.

Pour information : www.ffepgv.fr ou www.sport-sante.fr