

Le sport des aînés en Suisse

Résultats d'un sondage réalisé auprès des moniteurs et des monitrices

Hans Peter Stamm, Adrian Fischer, Markus Lamprecht
(Observatoire Sport et Mouvement Suisse)

Andres Schneider (Sport des aînés Suisse)

Résumé de l'exposé fait le 1^{er} novembre 2005
à la Journée d'information Sport des aînés, Macolin

1. Pourquoi un sondage sur le sport des aînés ?

En Suisse, les activités de sport des aînés foisonnent et il n'est pas facile d'en avoir une vue d'ensemble. Pour se faire une idée plus précise de la manière dont ces offres sont organisées et des enjeux actuels dans ce domaine, « Sport des aînés Suisse » et l'Observatoire Sport et Mouvement Suisse ont, durant l'été 2005, réalisé un sondage auprès des moniteurs et des monitrices. Un sondage de ce type permet non seulement de comprendre comment l'offre de cours s'organise, mais aussi de savoir quels sont les souhaits et les opinions des moniteurs et monitrices, et quels problèmes ils rencontrent dans leur activité.

Sur les quelque 4600 moniteurs et monitrices enregistrés dans la banque de données de l'OFSP, 2050 ont été sélectionnés au hasard et ont reçu le questionnaire de sondage. Au total, 993 questionnaires ont pu être dépouillés, soit 50 pour cent du total – un bon taux de retour.

Pour l'heure, seul un aperçu des résultats du sondage est disponible : on trouvera ci-après quelques indications sur le profil des moniteurs et des monitrices Sport des aînés (paragraphe 2.1), un résumé de leurs réponses concernant les formations et les perfectionnements (2.2), et un résumé concernant la structure de l'offre (2.3).

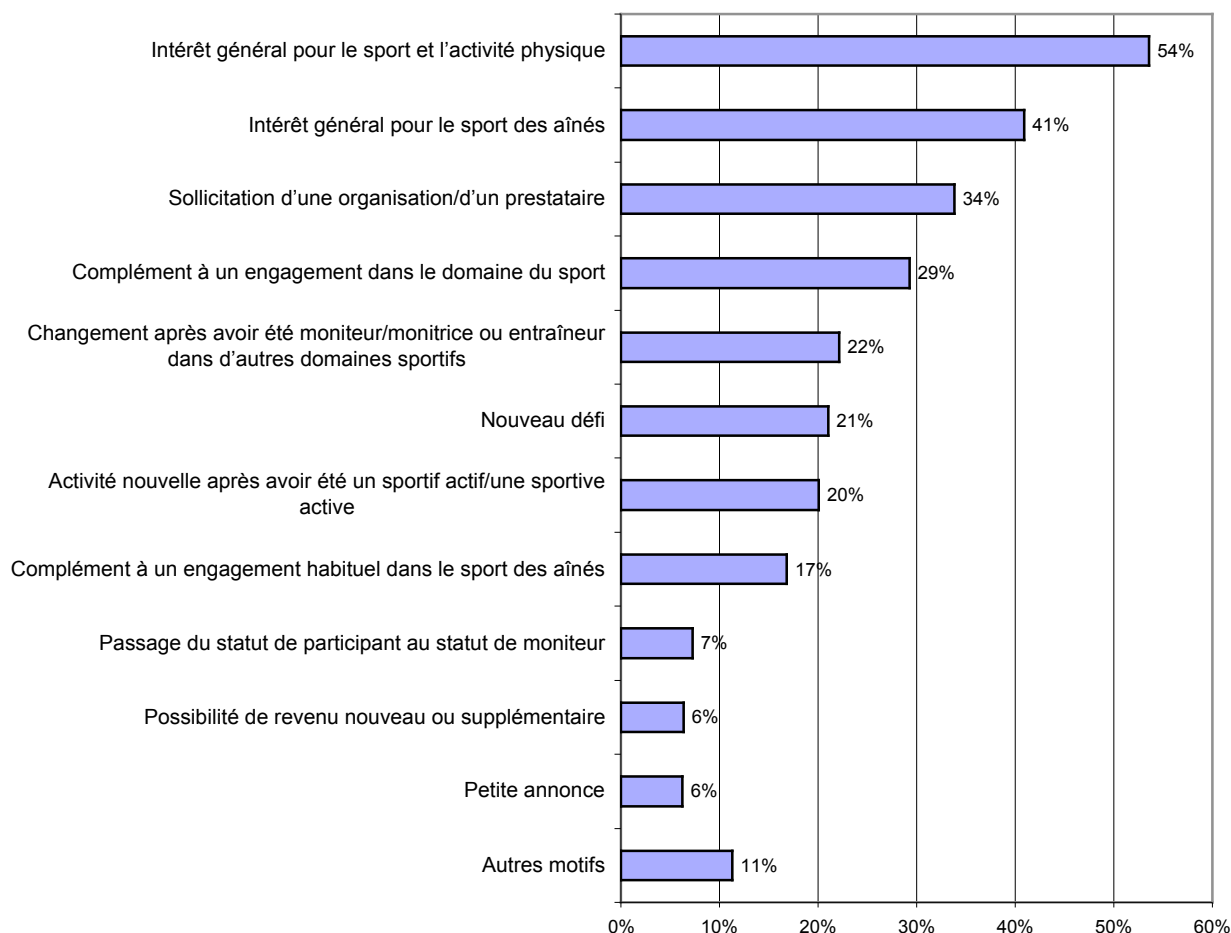
2. Aperçu des résultats

2.1 Qui sont les moniteurs et les monitrices Sport des aînés ?

- *Profil sociodémographique* : le moniteur-type est en fait une monitrice (76%) âgée de 58 ans et exerçant cette fonction depuis plus de neuf ans. En général, les moniteurs sont nettement plus âgés que les monitrices (64 ans en moyenne, contre 56 ans pour les femmes) et ils sont actifs depuis moins longtemps que leurs collègues féminines (6 ans d'ancienneté, contre 10 ans pour les femmes). Ces caractéristiques s'expliquent notamment par la situation professionnelle des hommes, qui ne leur permet de s'engager au service du Sport des aînés qu'à l'approche de la retraite ou après.
- *Motivations des moniteurs/monitrices et contexte de leur engagement* : le schéma 1 montre pour quelles raisons ces personnes s'investissent dans le sport des aînés. Une motivation particulièrement importante est leur intérêt pour le sport en général, et pour le sport des aînés en particulier. Beaucoup exercent l'activité de moniteur/monitrice Sport des aînés en complément d'autres activités, ou pour remplacer des activités antérieures (certaines personnes cessent par exemple d'encadrer des jeunes pour se mettre au service des seniors).
- *Recrutement* : les raisons précitées n'expliquent que partiellement la motivation des moniteurs. Le schéma montre aussi à quel point le recrutement pratiqué par les nombreuses organisations de sport des aînés est important. Un tiers des personnes interrogées indiquent qu'elles ont été sollicitées par une organisation ou un prestataire. Par

contre, il est relativement rare que les moniteurs/monitrices s'inscrivent d'eux-mêmes à un cours de formation ; ou que, de participants, ils deviennent moniteurs. Quant aux autres activités dans le domaine du sport des aînés ou aux considérations financières (« possibilité de travail lucratif »), elles constituent des motivations relativement peu importantes.

Schéma 1: motivations et contexte de l'engagement au service du sport des aînés (pourcentage de réponses sur l'ensemble des personnes sondées, possibilité de réponses multiples, n=993)



2.2 Appréciation des formations et des perfectionnements

- **Organisations** : en moyenne, les personnes sondées ont suivi leur dernière formation ou leur dernier perfectionnement il y a un an environ. La principale institution formatrice est Pro Senectute, qui assure près de 60 pour cent des formations initiales et 65 pour cent des perfectionnements. Autre organisme formateur important : la Fédération suisse de gymnastique (FSG), avec 17% des formations initiales et 13% des perfectionnements. Les autres fédérations et organisations de sport des aînés assurent moins d'un quart de toutes les formations.
- **Appréciation de la formation** : quelle que soit l'organisation dans laquelle elles ont suivi leur dernière formation, les personnes sondées se disent très satisfaites de l'offre. 92 pour cent qualifient de compétente la personne qui a dirigé le cours. 86 pour cent ont trouvé le matériel didactique ou matériel d'information utile, 76 pour cent ont eu le sentiment d'être bien formées après ce cours, et 71 pour cent indiquent qu'elles ont appris des choses

importantes dans leur dernière formation. Seule une petite minorité de quatre ou cinq pour cent donne des réponses très négatives à ces questions.

- *Mise en œuvre et applicabilité des savoirs acquis* : en conséquence de ces appréciations positives, la grande majorité des personnes interrogées (91%) se sentent bien préparées à leur tâche et se déclarent d'accord avec les affirmations suivantes : après la formation, elles étaient motivées pour proposer des cours ou diriger des groupes (82%) et ce qu'elles ont appris est aisément transposable dans la pratique (78%). Inversement, peu de personnes sondées pensent avoir des lacunes de formation (17%), ce qui explique que relativement peu de personnes (56%) trouvent nécessaire de se perfectionner par leurs propres moyens (par exemple par des lectures ou grâce à Internet). Etant donné que l'offre de perfectionnement est relativement étoffée et que les moniteurs et monitrices y recourent assez souvent, ils sont assez peu nombreux à éprouver le besoin d'offres de formation supplémentaires (21%).
- *Besoin d'amélioration* : ces réponses positives n'excluent pas un désir d'améliorations ou de changements dans le domaine de la formation. A la question ouverte « A votre avis, que pourrait-on améliorer ou changer dans la formation et le perfectionnement des moniteurs-trices Sport des aînés ? », les sondés ont répondu par de nombreuses propositions visant à améliorer divers aspects de la formation. On relève notamment beaucoup de suggestions sur l'animation des cours et leur cadre (20%), ainsi que sur les possibilités d'approfondissement pratique (18%) et sur l'introduction de contenus supplémentaires ou de contenus théoriques différents (entre 14 et 16% selon les cas).

2.3 Structure de l'offre et marketing

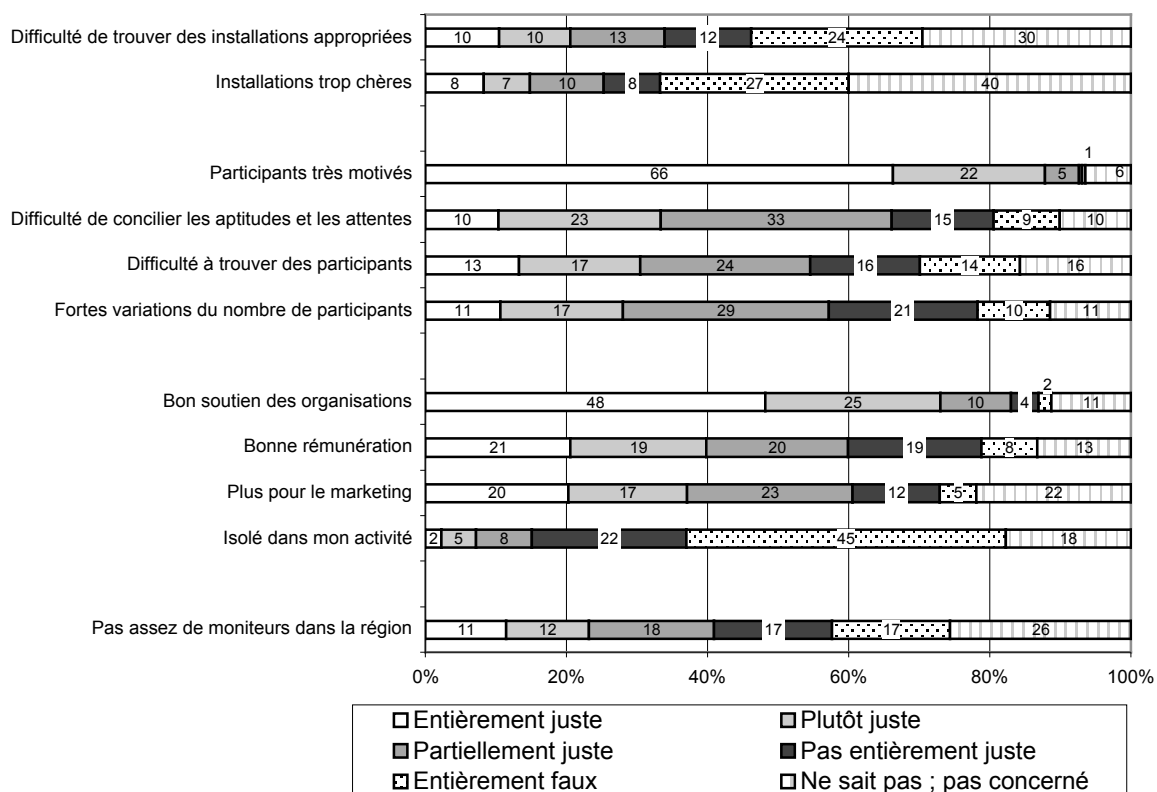
- *Volume d'activité* : les moniteurs et monitrices interrogés indiquent avoir dirigé chacun 2,5 groupes ou activités en moyenne en 2004.
- *Organisations* : là encore, Pro Senectute se révèle être la principale organisation proposant des cours de sport des aînés : 60 pour cent des personnes interrogées répondent qu'elles ont encadré des groupes sur mandat de cette institution, 17 pour cent sur mandat de la FSG, 11 pour cent en leur propre nom et les 14 pour cent restants en collaboration avec d'autres organisations et fédérations.
- *Nature des offres, disciplines sportives représentées*: les personnes sondées ont été priées d'indiquer combien de groupes elles ont dirigé en 2004 pour chaque thème ou discipline. Leurs réponses montrent que la gymnastique constitue une part très importante de l'offre de sport des aînés, soit près de 58 pour cent (la gymnastique dans les homes en fait partie à raison de 5%). D'autres disciplines sont également bien représentées : walking et nordic walking (9%), sports aquatiques (natation, aquafit, 8%), randonnée (6%), tennis et badminton (4%), danse et danse folklorique (4%) et bicyclette (4%). Les disciplines restantes – citons en particulier les sports de neige, le tai chi, le chi qong, l'autodéfense et les sports d'équipe – forment à elles toutes 7 pour cent du total. On voit donc que malgré la grande diversité des activités pratiquées, l'essentiel de l'offre porte sur quelques disciplines particulièrement populaires.
- *Appréciation des cours et des groupes* : on a demandé aux moniteurs et aux monitrices quelles expériences ils avaient faites en matière d'organisation et de réalisation de cours. Ils devaient (comme pour la formation et le perfectionnement) donner leur avis sur une série d'affirmations, les réponses possibles allant de « entièrement juste » à « entièrement faux ». Le schéma 2 fournit un aperçu de leurs réponses.

Comme on peut le voir, seule une petite partie des personnes sondées rencontre des problèmes d'infrastructure (difficulté de trouver des installations appropriées à un prix abordable). Les participants, une fois trouvés et intégrés au groupe – ce qui n'est pas toujours facile, semble-t-il – sont très motivés. Par ailleurs, la grande majorité des sondés affirment être bien soutenus par les différentes organisations de sport des aînés. Presque personne ne se sent isolé. Cependant, plus d'un tiers des participants souhaite une

intensification du marketing des cours. Enfin, un quart des personnes interrogées constatent un déficit de monitrices et de moniteurs qualifiés dans leur région. A cet égard, donc, tout indique qu'il existe un potentiel à exploiter.

- *Disparités au sein des organisations et des disciplines* : l'analyse détaillée des résultats représentés ici montre qu'il existe des différences importantes entre les organisations, entre les disciplines sportives et entre les régions. Les organisateurs de cours de sport aquatique, par exemple, et les moniteurs et monitrices de Suisse romande, sont plus nombreux à déplorer des problèmes d'infrastructure. En revanche, trouver des participants pour les sports aquatiques ne présente pas beaucoup de difficultés – apparemment, la demande est relativement importante – et les Suisses romands sont nettement plus satisfaits que les Suisses allemands du soutien que leur accordent les organisations de sport des aînés. Ils sont toutefois plus nombreux aussi à souhaiter un renforcement du marketing des cours. En ce qui concerne la rémunération, les moniteurs et monitrices de danse, de sports aquatiques et de walking sont un peu moins satisfaits que ceux et celles qui encadrent des cours de gymnastique.

Schéma 2: accord ou désaccord avec les affirmations sur les groupes et les cours (en pour cent, n=993)



3. Perspectives

Globalement, ce sondage donne une image positive de la situation actuelle. Toutefois, les réponses concernant les cours (ci-dessus) montrent bien que les moyennes globales cachent d'importantes disparités. Il faudra connaître précisément les problèmes et les souhaits des moniteurs des diverses disciplines sportives pour pouvoir continuer à améliorer de façon ciblée les offres, les formations et les prestations de soutien.

Par conséquent, les prochains travaux d'analyse vont consister à étudier très précisément les différences constatées. En principe, le rapport complet sur cette étude devrait paraître début 2006 sur le site de l'Observatoire Sport et Mouvement Suisse (www.sportobs.ch).