



SANTÉ ET LOISIRS

# SPORT ET ACTIVITÉ PHYSIQUE LES EUROPÉENS BOUGENT-ILS ASSEZ ?



ATTITUDE  
PRÉVENTION  
Les assureurs se mobilisent



SANTÉ ET LOISIRS



# SPORT ET ACTIVITÉ PHYSIQUE LES EUROPÉENS BOUGENT-ILS ASSEZ ?

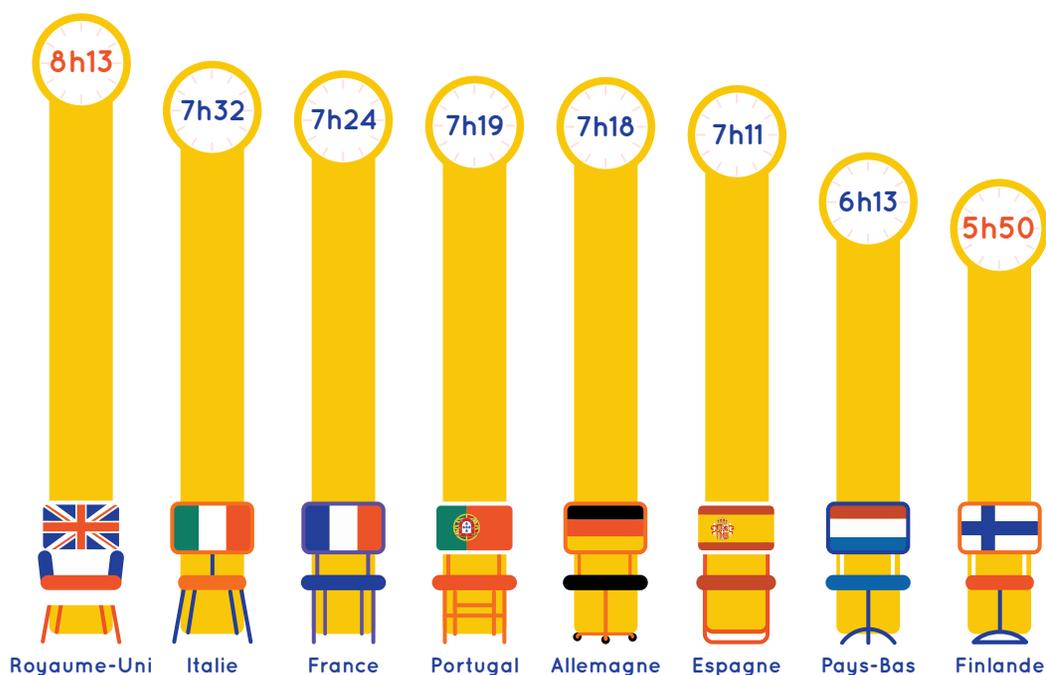


## UN NIVEAU DE SÉDENTARITÉ TRÈS INÉGAL EN EUROPE



Dans une journée normale de votre semaine, combien d'heures passez-vous assis(e) en moyenne ?

- ▶ **La sédentarité constitue un facteur de risque de mortalité** au même titre que le cholestérol élevé, le diabète, l'hypertension artérielle, l'obésité et le tabagisme. Elle serait responsable de **600 000 décès par an en Europe**, selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS).
- ▶ **Quels sont les niveaux de sédentarité en Europe ?** Les Européens connaissent-ils ses impacts sur leur santé ? Voici les résultats d'une **enquête inédite menée par Attitude Prévention dans 8 pays européens.**



**UNE LÉGÈRE PRÉFÉRENCE  
POUR LES ACTIVITÉS SÉDENTAIRES  
PENDANT LE TEMPS LIBRE,  
à l'exception des pays du sud**



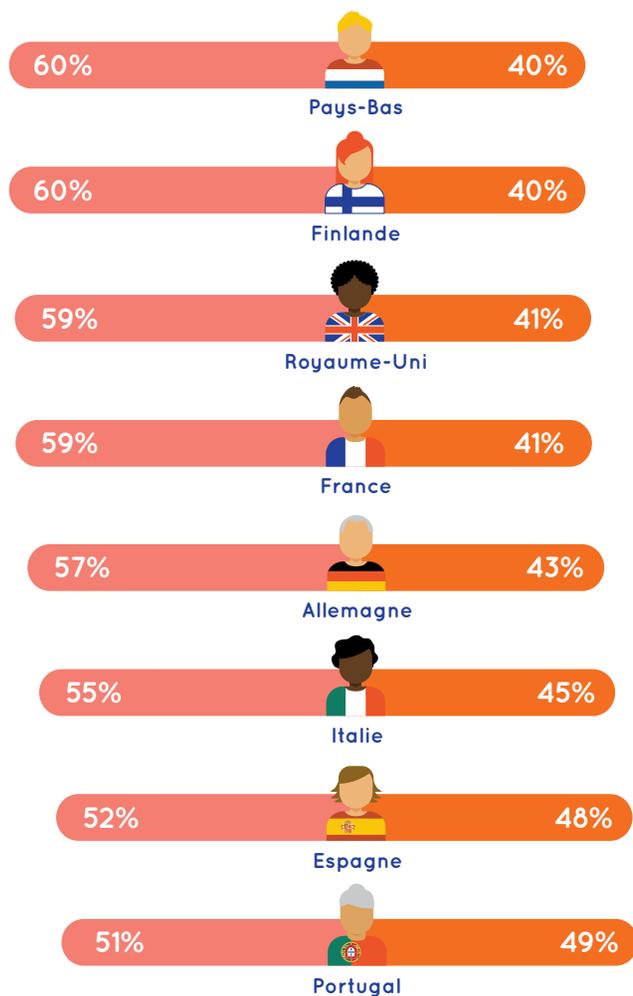
Quand vous avez du temps libre, privilégiez-vous une activité sédentaire ou physique ?



Activités sédentaires



Activités physiques



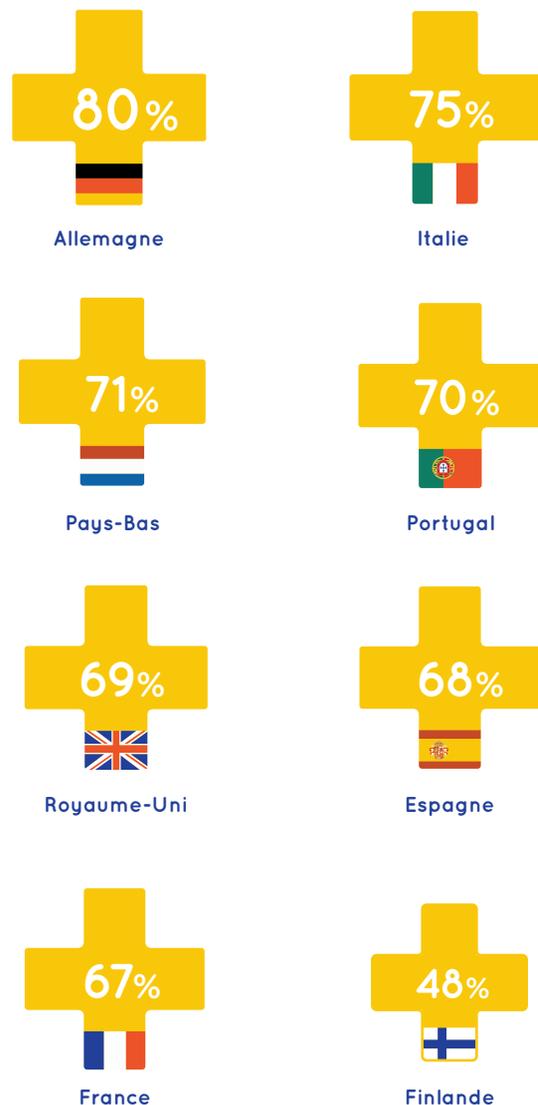
**SÉDENTARITÉ:  
LES RISQUES SUR LA SANTÉ  
sont mieux connus en Finlande  
que partout ailleurs**



Savez-vous si le fait de rester trop souvent en positions assise ou allongée augmente ou pas les risques sur la santé ?

En moyenne, 72% des Européens sous-estiment les risques de santé causés par la sédentarité

Détail par pays



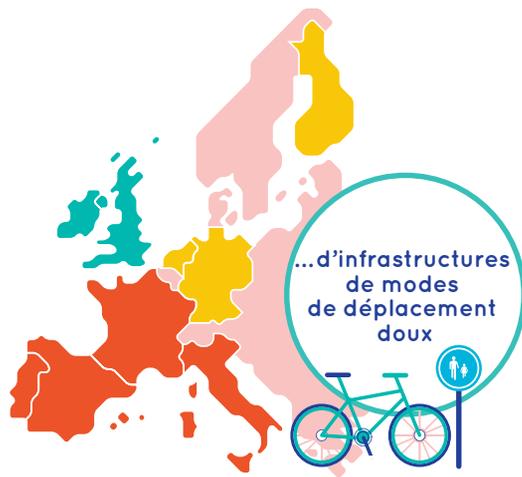
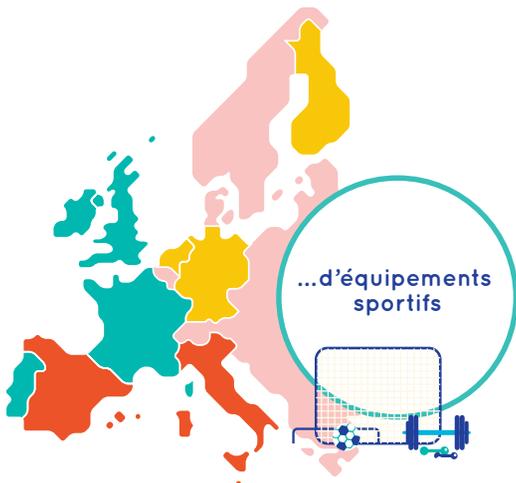
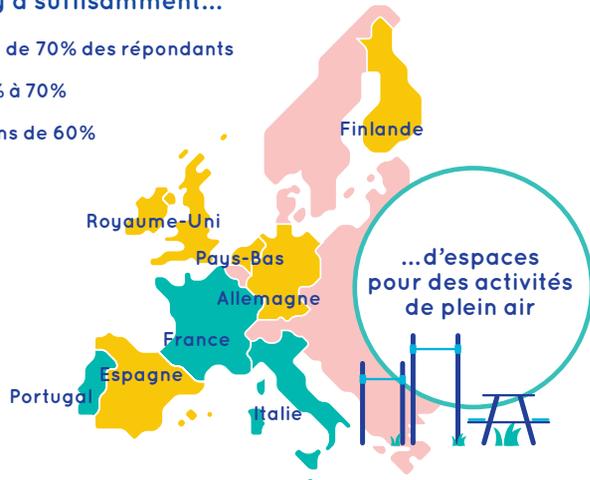
## L'ACCÈS À DES INFRASTRUCTURES SPORTIVES EST PLUS SATISFAISANT dans les pays du nord qu'au sud



Aujourd'hui près de chez vous, y a-t-il suffisamment de lieux, d'infrastructures pour activités physiques?

Oui, il y a suffisamment...

- Plus de 70% des répondants
- 60% à 70%
- Moins de 60%



## L'AMÉLIORATION DES INFRASTRUCTURES SPORTIVES aurait un impact important sur l'activité physique au sud



Seriez-vous incité(e) ou pas à faire davantage d'activités physiques si vous aviez accès à plus de lieux, d'infrastructures dédiés?

Oui, je serai incité(e) s'il y avait...

