

## Section 8

# La COVID-19 et le sport au Canada

Le 11 mars 2020, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a déclaré la pandémie de COVID-19 en réponse à la flambée mondiale du coronavirus (SRAS-CoV-2).<sup>338</sup> Par la suite, le gouvernement du Canada et les compétences provinciales, territoriales et municipales ont pris des mesures sans précédent pour contrôler la transmission du virus. Les mesures de santé publique comprenaient la distanciation physique, les ordres de confinement, les mises en quarantaine et la fermeture d'entreprises, d'organismes et d'activités jugés non essentiels.<sup>339</sup> Si ces directives ont été essentielles pour réduire les infections à la COVID-19, elles ont eu une incidence importante sur la pratique du sport.





Les complications liées à la distanciation physique ont entraîné une **diminution de la pratique des sports organisés** chez tous les Canadiens, mais surtout chez les enfants et les jeunes qui ont été considérablement touchés.

## Participation réduite aux sports durant la pandémie

Notons que les recommandations de distanciation physique, une mesure efficace pour réduire la transmission du virus, ont été appliquées tout au long de la pandémie, ont permis de réduire au minimum les contacts rapprochés avec les autres. Les mesures de distanciation physique exigent des personnes qu'elles maintiennent une distance d'au moins deux mètres ou six pieds des autres personnes, dans la mesure du possible.<sup>340</sup> Étant donné que la pratique de nombreuses activités sportives exige une grande proximité, la pratique du sport a été fortement affectée. De plus, certains chercheurs ont même recommandé qu'une distanciation physique accrue s'avérerait une ligne directrice plus sécuritaire pour les personnes actives physiquement.<sup>341</sup> Les complications liées à la distanciation physique ont entraîné une diminution de la pratique des sports organisés chez tous les Canadiens, mais surtout chez les enfants et les jeunes qui ont été considérablement touchés.<sup>342,343</sup> Ce recul dans la pratique du sport a été considéré comme un facteur contribuant au déclin du bien-être mental des Canadiens tout au long de la pandémie.<sup>344,345</sup> Les recherches réalisées sur les expériences des athlètes pendant la pandémie ont mis en lumière que la perte du sport a aggravé la capacité des athlètes à gérer leurs émotions et à soutenir leur santé physique et mentale.<sup>346</sup> Les changements apportés à l'accès aux ressources en raison de la pandémie ont eu une incidence importante sur l'activité physique des athlètes, ce qui a mené à des conséquences néfastes sur leur entraînement propre à leur sport.<sup>347</sup>

La pandémie a eu de graves répercussions sur la pratique du sport communautaire, plus de 87 % des participants ayant indiqué avoir été touchés.<sup>348</sup> En général, la majorité des activités sportives communautaires et des autres activités récréatives pratiquées au Canada ont été annulées durant la pandémie, et des restrictions concernant les terrains de jeux, les pistes de course et de cyclisme et les parcs gérés par

le gouvernement ont été ajoutées.<sup>349</sup> La majorité des participants qui ont été touchés par la perte du sport communautaire (81 %) ont indiqué que les sports qu'ils pratiquaient avaient été annulés, et 86 % ont rapporté que les sports pour enfants avaient également cessé.<sup>350</sup> Non seulement les risques liés à la pandémie ont entraîné une annulation des activités sportives communautaires, mais ils ont également dissuadé les Canadiens de pratiquer les activités sportives offertes, puisque 62 % des personnes ont décidé de ne pas pratiquer de sport en raison de préoccupations liées à la pandémie,<sup>351</sup> comme la transmission du virus.

Le recul de la pratique du sport pendant la pandémie a eu des conséquences négatives pour les organismes sportifs. Une enquête canadienne menée en juin 2020 auprès d'organisations sportives locales pour 56 sports et dans l'ensemble des provinces et territoires a révélé que 99 % des activités de ces organisations ont été touchées par la COVID-19 et que 74 % d'entre elles ont dû fermer temporairement.<sup>352</sup> Bien que les répercussions financières de la pandémie soient durables, 66 % des organisations interrogées ont procédé à des mises à pied et la majorité d'entre elles ont élaboré des mesures d'urgence pour se préparer aux effets post-pandémiques.<sup>353</sup> Ces préoccupations à long terme comprennent la rétention des membres, les impacts opérationnels et le redressement financier.<sup>354</sup> Bien que les organisations sportives aient pu bénéficier d'une aide financière durant la pandémie grâce à la Subvention salariale d'urgence et au Programme de crédit aux entreprises du Canada, de nombreuses organisations dirigées par des bénévoles n'ont pas été admissibles à une aide financière.<sup>355</sup> Les résultats de l'expérience pandémique des pays du Commonwealth indiquent que la COVID-19 a mis en évidence le manque de financement gouvernemental pour le sport communautaire et l'éducation physique.<sup>356</sup> De nombreux organismes de sport communautaires ont indiqué que même des petits montants de financement d'urgence, inférieurs à 20 000 \$, leur permettraient de faire face aux défis inattendus que pose la pandémie.<sup>357</sup>

### Promouvoir l'activité physique tout au long de la pandémie

Dès le début de la pandémie, les experts en santé mentale ont encouragé la pratique continue d'activités récréatives dans le respect de la distanciation physique, afin de réduire le stress et l'anxiété, d'améliorer l'humeur et le niveau d'énergie et de composer dans l'ensemble avec les complexités de la crise.<sup>358,359</sup> Les personnes qui n'ont pas pu participer aux activités sportives traditionnelles de leur communauté ont déclaré qu'elles et leurs enfants n'ont pas pu profiter des bienfaits du sport sur le plan social et pour leur santé mentale.<sup>360</sup>

Les données probantes sur la pandémie ont confirmé l'importance pour les Canadiens de faire de l'exercice. En particulier lorsqu'il est pratiqué à l'extérieur, car il permet d'obtenir de meilleurs résultats en matière de santé mentale durant la pandémie. Cependant, conformément aux recommandations relatives à la distanciation physique, la plupart de ces activités, notamment la marche, le jogging ou d'autres formes d'exercice, ont été pratiquées de façon isolée et ne font pas partie des sports d'équipe.

La modification la plus courante apportée à la pratique du sport durant la pandémie a été la transition vers des occasions en ligne qui permettaient à des personnes d'obtenir des conseils ou de participer à des entraînements ou à des activités sportives tout en respectant les restrictions liées à la pandémie.<sup>361</sup> Les deux principaux obstacles limitant cette transition vers une participation en ligne étaient l'accès à Internet et la disponibilité de l'équipement.<sup>362</sup> Une autre façon de promouvoir la pratique continue d'une activité sportive pendant cette période consistait à encourager les personnes à prendre part à des activités sportives à la maison, où les contacts inutiles avec les autres étaient évités. Le guide Aider les familles à demeurer actives à la maison de Sport pur a offert aux familles des occasions de demeurer actives et de développer leurs compétences sportives à la maison durant la pandémie.<sup>363</sup>

Lorsque les restrictions ont été assouplies tout au long de la pandémie, les organismes sportifs ont eu davantage d'occasions d'organiser des exercices à distanciation physique en personne et des jeux de développement à l'extérieur.<sup>364</sup> Durant les périodes où les restrictions étaient moindres, des personnes ont rapporté qu'elles appréhendaient toujours un retour à la pratique du sport en raison des incertitudes liées au virus.<sup>365</sup> Le document Retour sécuritaire au sport communautaire : Le guide Sport pur pour les parents et gardiens de Sport pur présente les questions et préoccupations soulevées par certaines personnes lorsqu'elles ont envisagé un retour au sport communautaire.<sup>366</sup> Ces questions portent sur le retour sécuritaire au sport et les risques liés à la COVID-19 pour les participants, qu'il s'agisse du maintien et de la compréhension des directives de distanciation physique par les autres participants, ou sur les conséquences que le retour à la pratique du sport peut avoir sur le cercle social d'une personne.<sup>367</sup>

### Renouer avec le sport

Grâce à une augmentation des taux de vaccination et à une réduction des taux d'infection, on a pu assister à un retour espéré et longtemps attendu des activités sportives au Canada. Une grande partie de l'attention médiatique entourant le retour au sport a porté sur les sports professionnels et les sports internationaux, notamment la Ligue nationale de hockey ou les Jeux olympiques, et a été motivée par des préoccupations financières.<sup>368</sup> À l'échelle communautaire, le « retour au jeu » anticipé continue d'être lié à des préoccupations de sécurité et au désir d'une reprise des activités économiques locales au sein des communautés canadiennes.<sup>369</sup> Ce retour au sport est régi par les différents règlements en matière de santé publique à l'échelle nationale, provinciale, territoriale ou municipale et varie donc d'une région à l'autre. Certaines compétences ont adopté une approche par étapes qui autorise la pratique de certains types d'activités sportives en portant le masque ou lorsque les restrictions liées à la distanciation physique sont respectées.<sup>370</sup> L'obligation de porter un masque pendant certaines activités sportives (par exemple, la natation) demeure une option

peu pratique et peut donc nuire à la transition vers le jeu pour certains sports. Des recommandations pour un retour réussi à la pratique du sport peuvent être observées dans des pays comme la Nouvelle-Zélande où les cas de COVID-19 demeurent limités.<sup>371</sup> Les meilleures pratiques pour un retour sécuritaire au sport comprennent la création d'un cadre pour le secteur du sport, qui respecte les lignes directrices de la santé publique et utilise des renseignements précis pour les différents sports, une compréhension claire des différents niveaux de restriction, ainsi que des efforts de surveillance et de mise en œuvre continus.<sup>372</sup>

La pandémie de la COVID-19 a mis au jour les inégalités sociales sous-jacentes des communautés, touchant de façon disproportionnée les personnes à faible revenu et les chômeurs, ainsi que les femmes. Les Canadiens

comprennent l'importance de « reconstruire mieux » une fois la pandémie terminée. Dans le secteur du sport, on doit recourir à une approche intersectionnelle pour planifier la pratique du sport et investir. Comprendre les expériences uniques de tous les Canadiens aidera à promouvoir une prise en compte de l'équité et de l'inclusion dans la pratique du sport au Canada. En s'attaquant aux obstacles qui empêchent certains groupes démographiques de participer au sport et en les réduisant, on permettra à un plus grand nombre de Canadiens de bénéficier des bienfaits d'un sport sain. Malgré les circonstances uniques et difficiles posées par la COVID-19, l'occasion que présente la pratique du sport pour bâtir des communautés plus fortes est plus importante que jamais et il est impératif que tous les Canadiens y participent.

Les Canadiens comprennent l'importance de « **reconstruire mieux** » une fois la pandémie terminée. Dans le secteur du sport, **on doit recourir à une approche intersectionnelle pour planifier la pratique du sport et investir.**

---

