



## Sondage sur l'expérience des athlètes pendant la pandémie de COVID-19

Chercheur principal et chercheuse principale : Jonathan Weiss, Ph. D., et Teresa Selitto

### RÉSUMÉ DU PROJET

La pandémie de COVID-19 a eu de graves répercussions sur la santé et le bien-être des personnes ayant une déficience intellectuelle. Leur niveau d'activité physique et leur santé mentale se sont détériorés. Elles ont également éprouvé de l'isolement, de la confusion face aux restrictions ainsi que de la difficulté à obtenir des soins de santé mentale.

#### Objectifs du projet de recherche :

1. Comprendre comment les athlètes et les familles ont gardé contact avec Olympiques spéciaux pendant la pandémie et comment ils prévoient de le maintenir;
2. Cerner les obstacles à la participation à Olympiques spéciaux;
3. Comprendre l'incidence de la pandémie sur les athlètes et leur famille et comment ils y ont fait face.

Au total, 225 personnes aidantes d'athlètes d'Olympiques spéciaux de partout au Canada ont répondu à un sondage en ligne. Les résultats montrent que 58 % des participant-e-s ont gardé contact avec Olympiques spéciaux pendant la pandémie, mais que la plupart des athlètes ont fait moins d'activité physique. Tandis que de nombreuses personnes aidantes se sentaient à l'aise de reprendre les programmes après la pandémie, les familles ont exprimé de l'inquiétude quant à la sécurité, notamment en lien avec les rassemblements et les risques pour les athlètes plus vulnérables.

La pandémie a entraîné une réduction de l'activité physique et une détérioration de la santé mentale chez la plupart des athlètes, en plus de leur imposer des facteurs de stress, comme l'isolement, et de leur faire manquer des célébrations importantes. Cependant, 49 % des participant-e-s ont déclaré qu'Olympiques spéciaux a aidé les athlètes en leur offrant des occasions d'activité physique et d'interaction sociale.

**Conclusion :** Ce projet a permis de mieux comprendre l'expérience des personnes aidantes et des athlètes pendant et après la pandémie. Les résultats offrent de précieuses informations sur la façon d'accroître la participation à Olympiques spéciaux ainsi que sur les répercussions à long terme de la pandémie sur les personnes aidantes et les athlètes.

### PRINCIPAUX MESSAGES

**Les familles souhaitent la reprise des programmes :** En sachant ce dont les familles ont besoin pour se sentir à l'aise de reprendre les activités, nous pouvons offrir des programmes qui répondent à leurs besoins.

**Olympiques spéciaux favorise l'adaptation :** Les programmes d'Olympiques spéciaux peuvent aider les athlètes à gérer leur stress et à améliorer leur bien-être.

**Les familles savent ce qui peut aider leurs athlètes :** Pour se remettre de la pandémie, les athlètes ont notamment besoin d'occasions d'interaction sociale, d'un meilleur accès aux programmes de jour, d'aide de travailleur-euse-s de soutien et de services de santé mentale.

### POUR EN SAVOIR PLUS

Veillez communiquer avec Jonathan A. Weiss, Ph. D., psychologie clinique, professeur au département de psychologie de la Faculté de la santé, directeur du LaMarsh Centre for Child and Youth Research et de la chaire de recherche de York sur l'autisme et les troubles neurodéveloppementaux en santé mentale, Université York.

Courriel : [jonweiss@yorku.ca](mailto:jonweiss@yorku.ca)