

**« Le sport est essentiel pour la santé mentale » –
Sir Mo Farah mène un plaidoyer fondé sur des données scientifiques lors d'un
événement parallèle à l'Assemblée mondiale de la santé, coorganisé par le
Commonwealth et la WFSGI**

Le quadruple médaillé d'or olympique se joint aux ministres de la Santé du Commonwealth, à l'OMS, à Nike, à ASICS et à United for Global Mental Health à Genève pour plaider sur la base de preuves, en faveur du sport et de l'activité physique, comme éléments clés des politiques de santé mentale des jeunes.

GENÈVE, LE 20 MAI 2026 - Le Secrétariat du Commonwealth et la Fédération mondiale de l'industrie des articles de sport (WFSGI) ont coorganisé aujourd'hui une manifestation parallèle de haut niveau en marge de la 79e Assemblée mondiale de la santé (AMS), réunissant des ministres, des responsables mondiaux de la santé, des leaders de la jeunesse et des représentants de l'industrie des articles de sport afin de démontrer sur la base de données probantes le rôle essentiel du sport, de l'activité physique et de l'éducation physique comme leviers clés de la santé mentale des jeunes.

Sir Mo Farah, quadruple médaillé d'or olympique, ambassadeur de Save the Children et champion national du sport scolaire, était la tête d'affiche de l'événement. S'appuyant sur son expérience personnelle et sur son travail au sein de Mo's Mission, il a illustré pourquoi maintenir les jeunes actifs est indissociable de leur bien-être mental.

« Être physiquement actif ne se résume pas à la forme physique ou au sport : c'est une question de force mentale, de confiance en soi et de sentiment d'appartenance. Le sport apporte aux jeunes confiance, liens sociaux et un exutoire positif – et cela n'a jamais été aussi important pour leur santé mentale. » – Sir Mo Farah, quadruple médaillé d'or olympique.

L'événement, intitulé **«Construire des avenir résilients** : exploiter le pouvoir du sport et de l'activité physique pour la santé mentale des jeunes dans le s'est tenu à un moment charnière pour la politique mondiale en matière de santé, en marge du [premier Forum de coordination sanitaire du Commonwealth de 2026](#), dans la perspective de la [12e réunion des ministres des Sports du Commonwealth](#), prévue le 22 juillet 2026 à Glasgow, en Écosse, et de la [Réunion des chefs de gouvernement du Commonwealth \(CHOGM\)](#) en novembre 2026.

Le Dr Janneth Mghamba, conseillère en santé au Secrétariat du Commonwealth, a déclaré : *« Le sport et l'activité physique jouent un rôle crucial dans la promotion de la santé physique et mentale, en offrant des environnements sûrs et de confiance où les jeunes développent leur résilience, améliorent leur bien-être et accèdent au soutien dont ils ont besoin. En collaborant avec les gouvernements membres, les partenaires et les jeunes, nous pouvons transformer ces priorités en actions concrètes au sein des communautés afin de renforcer la santé et le bien-être pour tous. »*

L'ampleur du défi est claire :



- Les troubles de santé mentale touchent au moins 13 % des jeunes âgés de 10 à 19 ans dans le monde.
- L'anxiété et la dépression ont augmenté de 25 % à la suite de la pandémie de COVID-19.
- 81 % des adolescents dans le monde ne respectent pas les recommandations en matière d'activité physique — un déficit particulièrement marqué dans les pays du Commonwealth à faible revenu.
- Avec 60 % des 1,5 milliard d'habitants du Commonwealth âgés de moins de 30 ans, l'intersection entre les modes de vie sédentaires et la détérioration de la santé mentale représente l'un des principaux défis de santé publique de cette génération.

Pourtant, les arguments en faveur du sport comme solution sont tout aussi convaincants. Les recherches présentées lors de l'événement montrent qu'une activité physique régulière peut réduire les symptômes de la dépression jusqu'à 30 %, améliorer les fonctions cognitives, renforcer les liens sociaux et favoriser la résilience qui protège les jeunes tout au long de leur vie. Dans les contextes où les services de santé mentale formels sont rares ou difficile d'accès, les interventions basées sur le sport constituent souvent le premier point de contact, une extension rentable et à fort impact du système de santé, et non un simple complément.

« Le sport et l'activité physique sont des outils éprouvés et évolutifs qui peuvent constituer un élément essentiel d'un système global de soutien à la santé mentale des jeunes, en les aidant à se sentir connectés, valorisés et écoutés. En tant qu'industrie qui met le monde en mouvement, nous avons une opportunité unique de soutenir la santé mentale des jeunes en renforçant la collaboration intersectorielle et en allant à leur rencontre là où ils pratiquent déjà le sport afin de transformer les preuves en impact. » – **Emma Zwiebler, PDG de la Fédération mondiale de l'industrie des articles de sport.**

Les intervenants issus de l'industrie des articles de sport – dont Caroline Fisher, directrice de la communication mondiale de la marque chez ASICS – ont présenté des études de cas illustrant comment les entreprises utilisent leur portée mondiale et leurs plateformes orientées vers la jeunesse pour faire progresser des initiatives de santé mentale basées sur le sport au-delà de ce que les gouvernements peuvent accomplir seuls.

Ils étaient accompagnés du Dr Mehr M. Adeel Riaz, directeur des affaires jeunesse chez Gender Interactive Pakistan et membre du Conseil des jeunes de l'OMS, M. Gang Wang, directeur général adjoint du Centre national de santé mentale de Chine, et Sarah Kline, PDG et cofondatrice de United for Global Mental Health.

La session s'est conclue par un appel aux États membres co-parrains à s'engager à intégrer le sport pour le développement et l'activité physique dans leurs stratégies nationales de santé mentale des jeunes, avec des objectifs mesurables inscrits dans un communiqué commun, s'appuyant sur les bases du Pacte sur la santé mentale de Dhaka-Kigali adopté lors du CHOGM 2022 et de la prochaine 12^e Réunion des ministres des Sports du Commonwealth (12CSMM) dont le thème est «*Réimaginer le*



pouvoir du sport pour des communautés du Commonwealth plus saines, plus justes et plus équitables
», positionnant ainsi le sport comme un outil de développement inclusif.

En conclusion symbolique, les ministres et les participants se sont rendus à vélo à leur prochaine réunion de l'Assemblée mondiale de la santé (WHA) grâce à l'unité mobile de vélos de Specialized, membre de la WFSGI, avec Sir Mo Farah en tête du peloton.

FIN

À propos du Commonwealth

- Le Commonwealth est une association volontaire regroupant 56 États souverains indépendants et égaux. Notre population totale s'élève à 2,7 milliards d'habitants, dont plus de 60 % ont 30 ans ou moins.
- Le Commonwealth s'étend à travers le monde et comprend à la fois des économies avancées et des pays en développement. Trente-trois de nos membres sont de petits États, dont beaucoup sont des nations insulaires.
- Le Secrétariat du Commonwealth aide les pays membres à mettre en place des institutions démocratiques et inclusives, à renforcer la gouvernance et à promouvoir la justice et les droits humains. Notre travail contribue à la croissance économique et au développement du commerce, renforce la résilience nationale, autonomise les jeunes et permet de faire face à des menaces telles que le changement climatique, l'endettement et les inégalités.
- Les pays membres sont soutenus par un réseau de plus de 80 organisations intergouvernementales, de la société civile, culturelles et professionnelles. Pour plus d'informations et des mises à jour régulières sur les activités et initiatives du Commonwealth, abonnez-vous à notre newsletter mensuelle.

Contact presse

Chargée de communication principale par intérim

Dr Ijeoma Onyeator - i.onyeator@commonwealth.int

À propos de la WFSGI

La Fédération mondiale de l'industrie des articles de sport (WFSGI) est l'association professionnelle mondiale à but non lucratif représentant le secteur des articles de sport. La WFSGI est officiellement reconnue par le Comité international olympique (CIO) comme le représentant du secteur au sein du Mouvement olympique. Nos membres comprennent des marques de sport et de loisirs inspirées du sport, des fabricants, des fournisseurs, des détaillants, des fédérations nationales et régionales, ainsi que des associations professionnelles et industrielles. Cela représente environ 70 % de l'industrie mondiale en termes de chiffre d'affaires annuel. L'objectif de la WFSGI est d'unir et de soutenir l'industrie mondiale des articles de sport, et de garantir une planète plus saine et plus active pour tous.

www.wfsgi.org

Contact presse

Responsable de la communication de la WFSGI

Linda Murphy – lmurphy@wfsgi.org