

VOLET 1: Etude qualitative de l'hygiène de vie des sportifs de haut niveau et de leurs relations avec la haute performance (2020-21)

- **Travail de retranscription des entretiens**
- **Réunion de projet** (4/06/21): présentation des avancées du projet HEROES et des résultats préliminaires du volet 1 auprès des dirigeants (Monsieur E.CARINI et Monsieur F.CHEVALLIER)
- **Prochaine(s) étape(s):**
- Terminer les entretiens auprès des entraîneurs (natation artistique, site d'Aix-en-Provence) → juin 2021
- Réaliser les entretiens auprès des dirigeants → juin/juillet 2021
- Analyser les données, assisté par le logiciel N-Vivo
- Réaliser une **intervention spécifique** de promotion de la santé auprès des athlètes du pôle espoir de triathlon du site de Boulouris (*Santé mentale des athlètes: quelle place accorder à la gestion du stress et du sommeil?*) → juin 2021
- **Réunion de bilan** de la première année de collaboration → juillet 2021

VOLET 2: Développement d'un modèle prédictif de la performance à partir de profils de comportements de santé et de leurs corrélats psychosociaux (2020-22)

Etudes préliminaires:

Etude 2.1. Validation en langue française d'un questionnaire mesurant la résilience spécifiquement adapté au contexte du sport de haut niveau (*Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISK10*) → 601 participants

Etude 2.2. Validation en langue française du questionnaire de mesure des comportements de sommeil chez le sportif (*ASBQ-FR*) → 296 participants

→ **Prochaine(s) étape(s):**

- **Analyses statistiques** (dimensionnalité, fiabilité, validité de l'échelle) → en cours
- **Rédaction** des articles scientifiques en vue de publication dans des revues scientifiques indexées

VOLET 3: Développement de dispositifs innovants en matière de promotion de la santé dans les structures sportives accueillant des sportifs de haut niveau (2022-23)