



## Résultats du sondage

# Pratiques, finance, obstacles et conditions souhaitées en matière d'entraînement régulier des artistes de la danse

Initié par le RQD et soumis aux membres admissibles au Programme de soutien à l'entraînement en danse

Résultats au 11 mai 2025

Par ce sondage, le RQD souhaitait récolter des données sur le profil, les pratiques, le budget consacré, les obstacles et les conditions souhaitées en matière d'entraînement régulier des membres admissibles au Programme de soutien à l'entraînement en danse.

Depuis février 1994, ce programme aide les interprètes actif·ve·s – ainsi que les chorégraphes et les directrice·eur·s des répétitions depuis 2021 – à défrayer une partie des coûts d'un entraînement en danse, condition indispensable à l'exercice de leur profession, qu'ils·elles soient en période de répétition, de prestation, sans emploi ou en période de chômage. Le soutien accordé prend la forme d'une aide financière directe versée sur présentation de reçus d'entraînement.

Les objectifs du programme, qui ont subi quelques modifications au fil des 30 années de mise en œuvre, se décrivaient ainsi en 2024-2025:

- Soutenir les efforts d'entraînement physique pour répondre aux exigences du métier d'interprète, de chorégraphe et de directrice·eur·s des répétitions.
- Alléger le fardeau financier lié aux activités d'entraînement qui pèse sur les individus pratiquant ces professions.
- Maintenir un niveau d'excellence et de conditions d'employabilité optimales dans le milieu.
- Prévenir les blessures ou en réduire les risques.

L'enveloppe budgétaire annuelle consacrée au Programme est de 65 K\$ depuis au moins une dizaine d'années, comprenant une petite remontée à 80 K\$ pour la seule année 2022-2023 en raison d'une aide ponctuelle du CALQ. Le budget a été revu à 60 K\$ pour l'année 2024-2025.

Ce questionnaire s'inscrit dans le cadre d'une refonte du Programme, devenue nécessaire suite aux frustrations qu'il suscite depuis plus d'un an quant à son accessibilité, à la disponibilité de ses fonds et à sa capacité réelle à répondre aux besoins des bénéficiaires.

Le Programme a soulevé le mécontentement une première fois en février 2024, au moment où il fut abruptement interrompu en raison de l'épuisement prématué de l'enveloppe budgétaire qui y était consacrée en 2023-2024. Les

modalités du Programme ont été revues en vue de la saison 2024-2025 suite aux travaux d'un comité *ad-oc*, mais le système de remboursement mensuel mis en place n'a pas permis d'assurer une distribution plus équitable des fonds, qui du reste, s'avèrent nettement insuffisants.

Un nouveau comité a été mis sur pied en mai 2025 pour améliorer le Programme et les résultats du sondage visaient à nourrir ses réflexions. Le RQD a cherché à savoir quels sont les types d'entraînement essentiels aux répondant·e·s, quel temps et quel budget annuel consacrent-ils·elles à l'entraînement et quelle distance parcourrent-ils·elles entre leur lieu de résidence et le lieu de leur entraînement. Le questionnaire visait également à connaître les principaux obstacles à la pratique régulière de leur entraînement, et quels seraient la fréquence et le budget idéaux de leur entraînement si ils·elles ne faisaient face à aucun obstacle. Enfin, des questions ouvertes visaient à recolter leurs idées et leurs commentaires relatifs à l'entraînement régulier des artistes en danse et au Programme de soutien à l'entraînement en danse du RQD.

Le sondage a été ouvert du 24 avril au 11 mai 2025. Les données ont été traitées entre le 13 et le 23 mai. Il a été diffusé, en français et en anglais, aux 374 membres admis·e·s au Programme. De ce nombre, 14 ne l'ont pas reçu pour cause d'adresses courriel erronées. Sur les 360 destinataires, 103 ont répondu au sondage, soit une proportion appréciable de 28 % des membres admis·e·s au Programme.

**Pour la suite du texte :** «R» désigne «répondant·e·s» et «Programme» désigne «Programme de soutien à l'entraînement en danse du RQD».

## Données générales du sondage

- **Nombre de membres admissibles au Programme en date d'avril 2025:** 374.

Il s'agit d'une augmentation de 60% par rapport à la période 2014-2024, où 234 membres étaient admis·e·s au Programme chaque année en moyenne.

- **Nombre de membres actif·ve·s ayant reçu un soutien du Programme entre juillet 2024 et avril 2025:** 174 (47% des membres admis·e·s au Programme).

À titre comparatif, une moyenne de 75% des membres admis·e·s au Programme a reçu un soutien au cours de la période 2014-2024. La capacité du Programme à offrir un soutien a donc diminué de 28% en 2024-2025.

- **Nombre de répondants au sondage:** 103 (28% des membres admis·e·s au Programme).

## Portrait socioéconomique des répondant·e·s

- **Âge moyen:** 34 ans (médian : 32 ans)
- **Nombre moyen d'années d'expérience professionnelle:** 11 ans (médiane : 9 ans)
- 91% s'identifient comme **interprète** :
  - 69% se disent exclusivement interprète
  - 22% se disent interprète-chorégraphe
- **Lieu de résidence :**
  - Montréal : 73%
  - Capitale-Nationale : 17%
  - Autres régions : 10% (Montérégie, Outaouais, Laurentides, etc.)

# Habitudes d'entraînement

## Types d'entraînement les plus pratiqués

Pourcentage des répondant·e·s ayant identifié les types d'entraînement ci-dessous, en répondant à la question *Quels sont les types d'entraînement que vous considérez essentiels à la pratique de votre métier?*:

1. Classes techniques de danse (tous les styles) : 89%
2. Conditionnement physique (gym, musculation, aérobie, etc.) : 77%
3. Yoga : 56%
4. Pilates : 50%
5. Street Dance (rattaché à une communauté de pratique) : 13%

## Types d'entraînement jugé manquants

### Commentaires récurrents :

- **13 R** voudraient des classes de danse contemporaine plus «traditionnelles» axées sur des exercices dits «techniques» et non sur l'improvisation, par exemple.
- **11 R de la région de Québec** déplorent le peu d'offres de classes de danses percussives (Tap Dance, Gigue, Flamenco), de Floorwork et de ballet.

## Temps et budget consacrés à l'entraînement

Le RQD demandait aux R d'évaluer ces variables sous **deux angles** différents : la moyenne **réelle** et la moyenne **souhaitée**.

## Temps d'entraînement hebdomadaire

La majorité des R (52%) consacre 6h à 10 h par semaine à l'entraînement. 51% souhaiteraient passer plus de 10h à s'entraîner, dont 37% de 11h à 15h par semaine.

*Tableau 1 - Nombre d'heures par semaine consacrées à l'entraînement*

Heures	Réel	Souhaité
2 à 5	34%	6%
6 à 10	52%	43%
11 à 15	11%	37%
16 à 20	3%	5%
Plus de 20	-	9%

## **Nombre de séances hebdomadaires consacrées à l'entraînement**

88% des R tiennent actuellement de 2 à 5 séances d'entraînement par semaine. 46% souhaiteraient tenir plus de 6 séances en l'absence d'obstacles.

*Tableau 2 - Nombre de séances par semaine consacrées à l'entraînement*

Séances	Réel	Souhaité
2 à 5	88%	54%
6 à 9	11%	40%
10 à 12	1%	5%
Plus de 12	0%	1%

## **Budget annuel alloué à l'entraînement**

71% des R consacrent moins de 2 000\$ par année à leur entraînement, la majorité de ceux·celles-ci (38%) se trouvant dans la moitié inférieure de la jauge (de 0\$ à 1 000\$). Ils·elles seraient 54% à vouloir y consacrer de 1 000\$ à 4 000\$ si ils·elles avaient plus de moyens. 28% visent même au-delà de 6 000\$.

*Tableau 3 - Budget consacré à l'entraînement, par année*

Dépense	Réel	Souhaité
0\$	1%	0%
300\$ - 1 000\$	38%	17%
1 000\$ - 2 000\$	32%	26%
2 000\$ - 4 000\$	17%	28%
4 000\$ - 6 000 \$	9%	14%
6 000\$ - 8 000\$	2%	5%
8 000\$ - 10 000\$	0%	5%
Plus de 10 000\$	1%	4%

### **Distance parcourue entre la résidence et le lieu d'entraînement**

1. Moins de 10 km : 79%
2. 10 km - 25 km: 14%
3. Plus de 25 km: 7%

### **Obstacles à l'entraînement régulier**

1. Coûts directs : 79%
2. Surcharge de travail : 68%
3. Horaires incompatibles : 41%
4. Disponibilité de l'offre : 32%
5. Distance à parcourir : 23%

Autres freins notables: obligations familiales (17%), faible motivation (17%), absences prolongées (16%) et problèmes de santé (11%).

### **Commentaires relatifs à l'entraînement**

Nous regroupons ici des commentaires récurrents qu'on pourrait qualifier d'«angles morts» quant aux habitudes et aux besoins liés à l'entraînement.

## **Sur les horaires des classes :**

- **9 R** aimeraient que les plages horaires des classes soient plus variées. De ces 9 R, un tiers voudrait des classes en matinée, un tiers en après-midi et un tiers en soirée.

## **Sur les frais et les conditions d'entraînement annexes :**

- **9 R** expriment le besoin :
  - que les coûts de studio pour l'entraînement personnel soient couverts;
  - qu'on encourage davantage l'entraînement autonome (non dirigé), notamment par la naissance d'espaces conviviaux et pas chers, adaptés à l'entraînement libre et collectif;
  - qu'on offre des rabais sur les accessoires (pointes, collants).
- **5 R** optent pour l'entraînement à la maison, en ligne et/ou gratuit parce qu'il est moins cher et mieux adapté à leur horaire. Par contre, disent-ils·elles, ce type d'entraînement suscite un sentiment d'isolement, s'avère moins motivant et est considéré de niveau plus faible.

## **Sur l'offre en région :**

- **5 R** en région (Québec, Outaouais et Laurentides) souhaiteraient une offre de classes plus régulière, plus variée, moins chère et près de chez eux.elles.

## **Commentaires relatifs au Programme**

Nous avons regroupé les commentaires les plus récurrents en **cinq (5) catégories**.

### **Appréciation du Programme**

**12 R** s'entendent pour dire que le Programme est essentiel, nécessaire, qu'il favorise un entraînement régulier, varié et atténue le coût de celui-ci.

### **Admissibilité des chorégraphes au Programme**

**3 R** qualifient l'inclusion des chorégraphes d'importante, essentielle et précieuse pour maintenir leur forme physique, soutenir leur santé mentale et stimuler leur démarche artistique.

### **Suggestions pour améliorer le Programme**

**13 R** ont émis des suggestions concrètes et applicables pour améliorer le Programme:

- Augmenter le budget annuel du Programme. **(3 R)**
- Constituer une banque d'heure ou une enveloppe pour chacun des membres à dépenser selon leurs formations. **(2 R)**
- Favoriser les premières demandes des membres chaque mois. **(1 R)**
- Distribuer les fonds du Programme sous forme de prestation universelle. **(1 R)**
- Trouver des solutions pour que l'entraînement soit à la base moins dispendieux ou pris en charge par d'autres programmes ou institutions. **(1 R)**
- Prioriser le remboursement de celles et ceux qui n'ont pas été remboursés le mois précédent, puis instaurer une loterie pour distribuer le reste. **(1 R)**
- Ajuster le maximum mensuel lors des périodes de formation où la demande est plus forte. **(1 R)**
- Tenir des campagnes de levée de fonds. **(1 R)**
- Identifier les formes d'entraînement essentielles pour les danseurs et ne rembourser que celles-ci. **(1 R)**
- S'entendre avec les écoles de danse pour que les professionnels puissent participer aux classes destinées aux élèves. **(1 R)**

## Synthèse

Le Programme est jugé, par une majorité, **essentiel** au maintien de la condition physique, à la santé mentale et au développement professionnel. On accueille d'ailleurs favorablement l'inclusion récente des chorégraphes. Toutefois, **des défis structurels** (budget, accessibilité et rigidité administrative du Programme) limitent sa portée et son efficacité. Les répondants réclament **une réforme du système de remboursement**, un **accès plus équitable**, ainsi qu'un **soutien accru aux artistes en région** et aux formes d'entraînement alternatives.

L'accès au Programme est perçu comme difficile. On a le sentiment frustrant d'une «course au remboursement» et d'une iniquité induite par le système du «premier arrivé, premier servi».

On recommande d'**augmenter le budget global du Programme** pour répondre à la demande croissante, de **revoir le système de remboursement** - notamment par un abandon du mode «premier arrivé, premier servi», au profit d'une répartition plus solidaire. On souhaite également des **campagnes d'information plus transparentes** sur les critères et le suivi du Programme.

À titre indicatif, voici le montant dont le Programme devrait bénéficier chaque année si tous les membres admissibles réclamaient le montant maximum annuel auquel ils·elles ont droit, selon leur catégorie:

- Membres **admi·e·s** au Programme en date d'avril 2025: **374**
- Proportion estimée de membres **stagiaires**:  $374 \times 20\% = 74$
- Montant annuel **maximum** que pouvait réclamer un·e **stagiaire** en 2024-2025: **500\$**
- Proportion estimée de membres **professionnel·le·s**:  $374 \times 80\% = 300$
- Montant **annuel** maximum que pouvait réclamer un·e **professionnel·le** en 2024-2025: **700\$**
- Calcul du **montant annuel** dont le Programme devrait bénéficier:
  - $(74 \text{ stagiaires} \times 500\$) + (300 \text{ professionnel·le·s} \times 700\$) = 247\,000\$$

Il s'agit d'une différence de **187 000\$** par rapport à l'enveloppe budgétaire de 60 K\$ qui était consacrée au Programme en 2024-2025.

Le Programme couvre donc à peine **24%** de la valeur totale des montants maximums alloués aux membres admissibles.