

# L'Observatoire du rapport des Français aux loisirs

---

En plein cœur d'une année marquée le confinement et le télétravail :  
Anatomie du temps libre des Français



# Quelques calculs

(source : Jean Viard, base 42 années de travail soit 1600 H annuelles / 35 heures, 18,8 ans de formation)

	1900	1948	2000
Longueur de la vie (en heures)	500 000	604 000	700 000
Temps de travail	200 000	120 000	67 500
Proportion temps de travail / vie	40%	20%	10%
Gain espérance de vie			+11 ans / 1945 +25 ans / 1900

96 000 H de vie en + depuis 1948  
57 000 H de travail en -  
= 150 000 H de non travail gagné en 50 ans soit 1/4 de notre existence

- Temps de travail inférieur au gain de l'espérance de vie depuis 1948
- Avec 400 000 h de temps choisi sur 700 000 h d'une vie, les loisirs sont devenus des espaces structurants de notre société

# Fiche technique et précisions méthodologiques

---

Les données présentées dans ce rapport sont issues d'une enquête réalisée en ligne par L'ObSoCo sur le panel de ResponDi du 6 au 22 juillet 2020.

- L'étude a été conduite sur la base d'un échantillon de 4000 personnes représentatif de la population de France métropolitaine âgée de 18 à 75 ans. Afin de garantir la représentativité de l'échantillon, des quotas ont été établis sur la population globale interrogée suivant les critères suivants : sexe, âge, catégorie socioprofessionnelle, région de résidence, taille de l'unité urbaine de résidence et niveau du diplôme le plus élevé. Afin de garantir une représentativité fine, les données ont été redressées à partir de l'ensemble des critères ayant servi de quotas – de manière très légère du fait d'écarts très faibles à la structure de la population nationale sur l'ensemble des critères définis, à l'exception du niveau de diplôme où la première tranche était significativement sous-représentée et a nécessité un redressement un peu plus fort.
- Dans l'étude des pratiques de loisirs, les questions ont d'abord été posées pour la totalité des activités. Ensuite, sur les activités pratiquées plus qu'exceptionnellement au cours des 12 derniers mois, les questions détaillant les conditions d'exercice de l'activité n'ont été posées que sur deux activités par individu (une activité de loisirs actifs, une activité de loisirs passifs), celles-ci ayant été sélectionnées aléatoirement. Toutefois, afin que les activités les moins diffusées au sein de la population puissent malgré tout rassembler un nombre suffisant de pratiquants interrogés, le tirage au sort a été orienté de manière à tendre vers un certain équilibre quant au nombre de répondants sur chaque activité. Au final, ce nombre s'établit entre 113 et 368 selon les activités.



# Plan

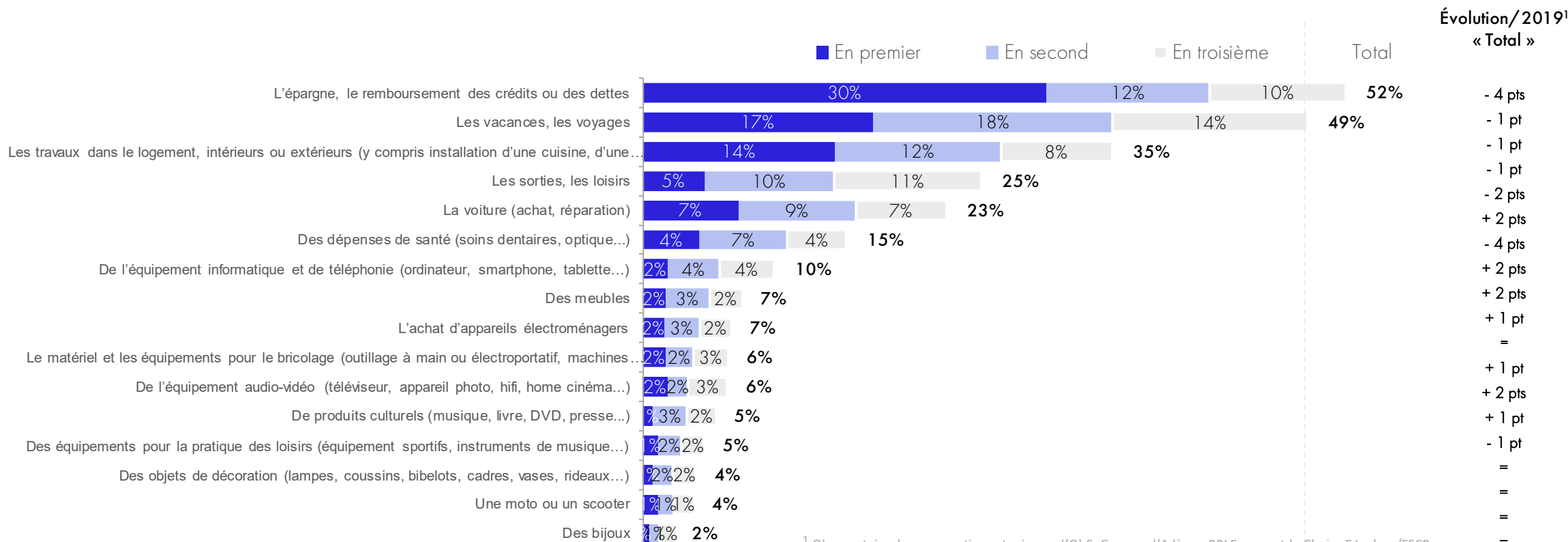
---

- 1 Les vacances
- 2 La pratique des loisirs
- 3 Loisirs et bien-être
- 4 Le rapport des Français aux loisirs

# Les loisirs au cœur des priorités des Français en cas de rentrée d'argent inattendue

« Imaginez que vous receviez une rentrée d'argent inattendue correspondant à 6 mois de revenus de votre foyer. Quels sont les trois premiers usages que vous feriez de cet argent ? »

Base totale, n = 1 888



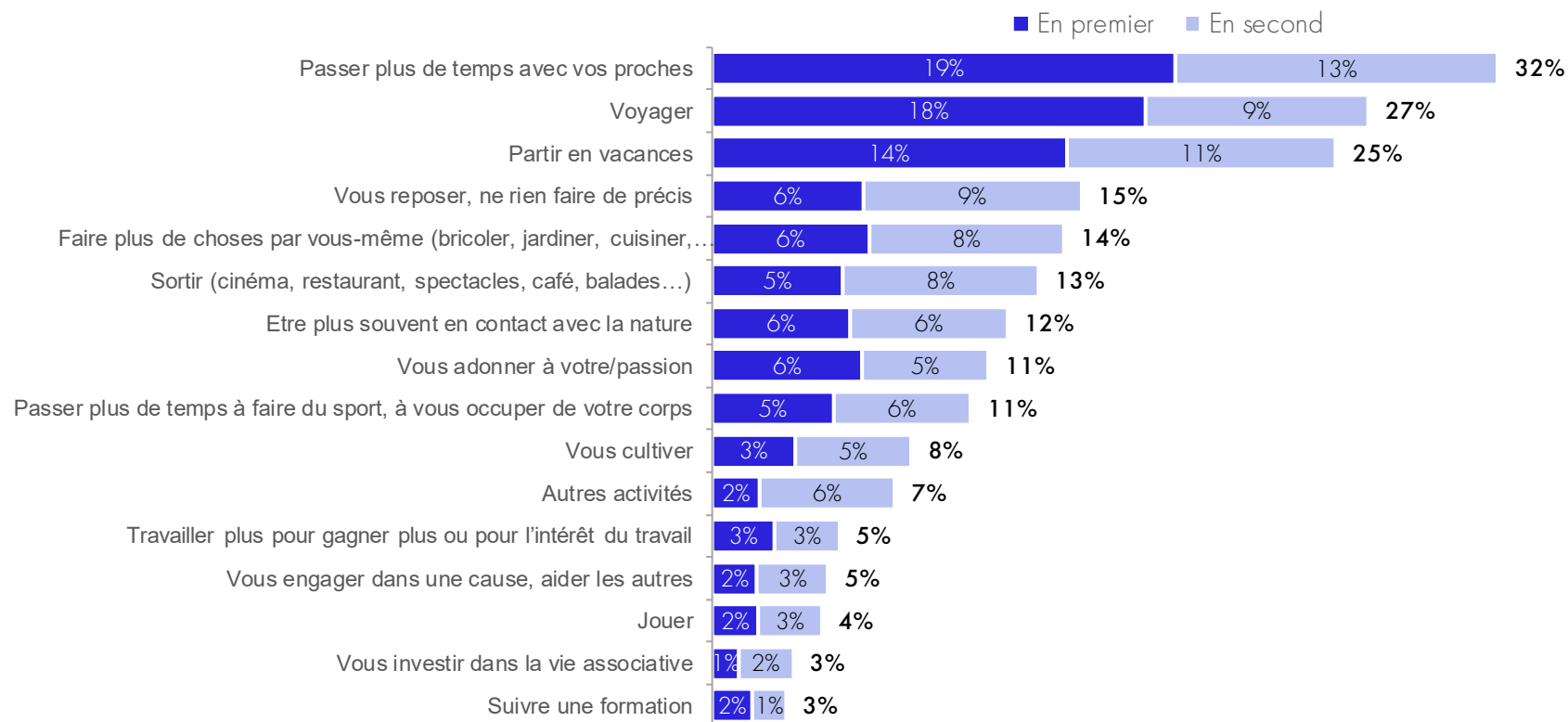
<sup>1</sup> Observatoire des perspectives utopiques, l'ObSoCo, avec l'Adème, BPI France et la Chaire E.Leclerc/ESCP

# Une aspiration à consacrer son temps libre à ses proches, au voyage et aux vacances

« Imaginez que subitement l'année compte un mois de plus et que vous soyez totalement libre de faire ce que vous voulez du temps ainsi disponible. Quels usages feriez-vous en priorité de ce nouveau temps disponible ? »

Base totale, n = 4000

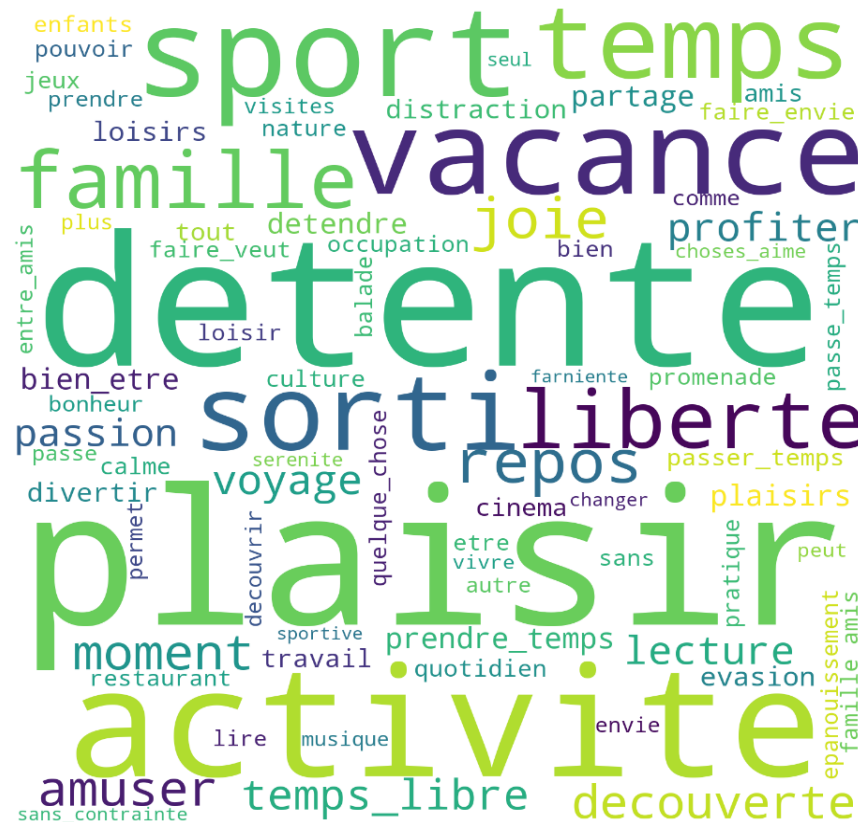
Total



# Les mots les plus souvent utilisés spontanément en réaction au mot « loisirs »

« En quelques mots, qu'évoque pour vous le mot "loisirs" ? »

Base totale, nombre de verbatims dans le corpus après nettoyage, n = 3802



## Les vacances

---

Vécues, rêvées, covido-entravées,  
responsables ou numériques... Portrait des  
vacances tricolores





# Les vacances idéales

---

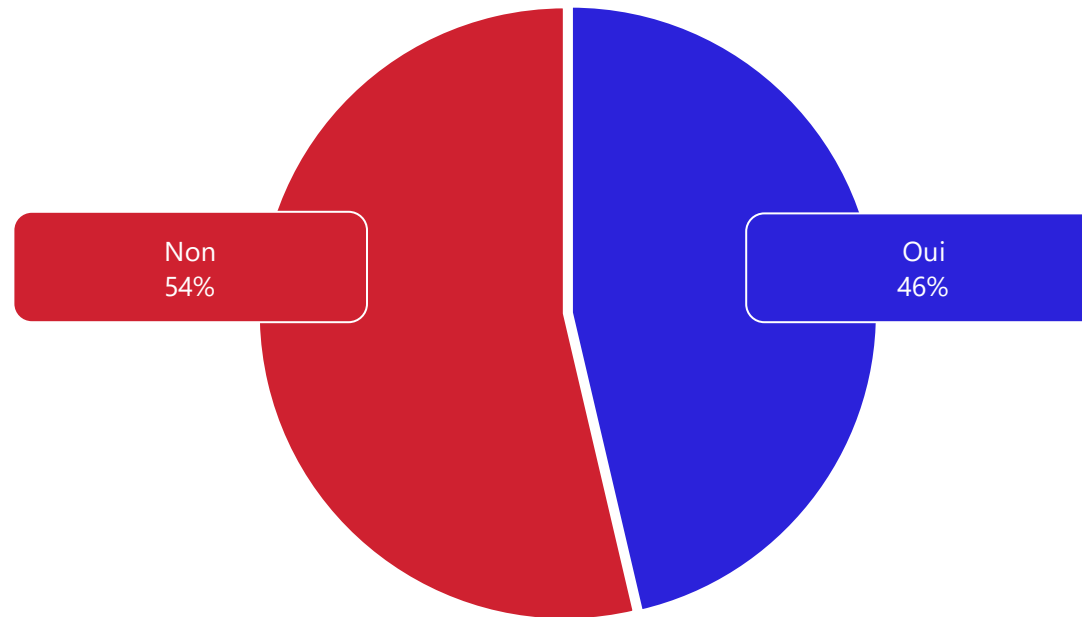




# Pour près de la moitié des Français, la crise sanitaire a modifié la manière de concevoir les vacances idéales

« Pensez-vous que la crise sanitaire a modifié votre manière d'envisager ce que seraient des vacances idéales ? »

Base totale : n= 4000



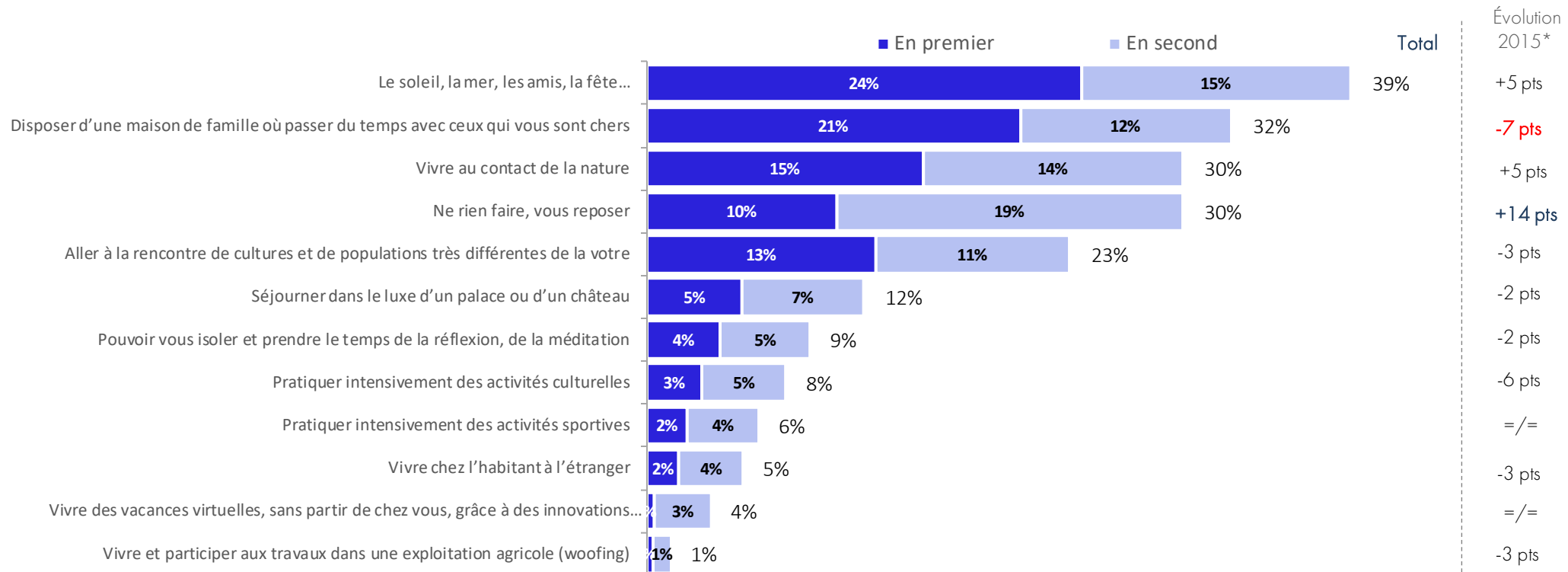
Source : L'ObSoCo/CDA, 6-22 juillet 2020



# Une grande diversité de représentations des vacances idéales, mais le désir de se ressourcer progresse

« Si vous disposiez d'une baguette magique vous rendant totalement libre de vivre vos vacances idéales, que recherchiez-vous en priorité ? »

Base totale, n = 4000



\*Étude « Aspirations des individus à la mobilité » pour Forum Vie Mobile, 29 octobre au 8 décembre 2015, France, n = 2000

Source : L'ObSoCo/CDA, 6-22 juillet 2020

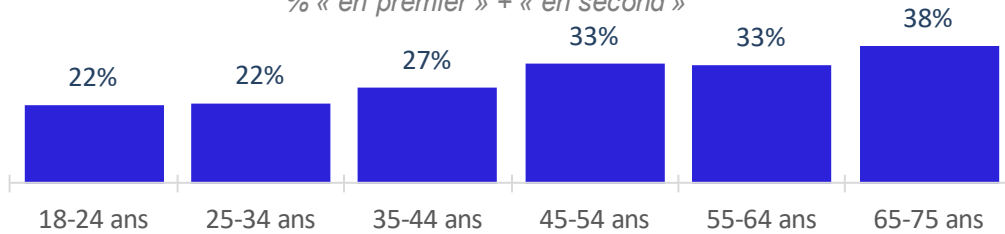
# Le goût pour le *farniente* durant les vacances est plus fort chez les personnes âgées, peu diplômées, et soumises à une forte contrainte budgétaire

« Si vous disposiez d'une baguette magique vous rendant totalement libre de vivre vos vacances idéales, que recherchiez-vous en priorité ? »

Base totale, n = 4000

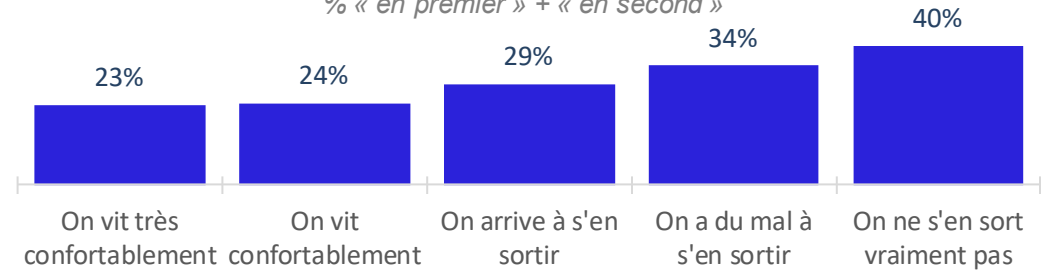
% qui voudraient ne rien faire, se reposer, en fonction de l'âge

% « en premier » + « en second »



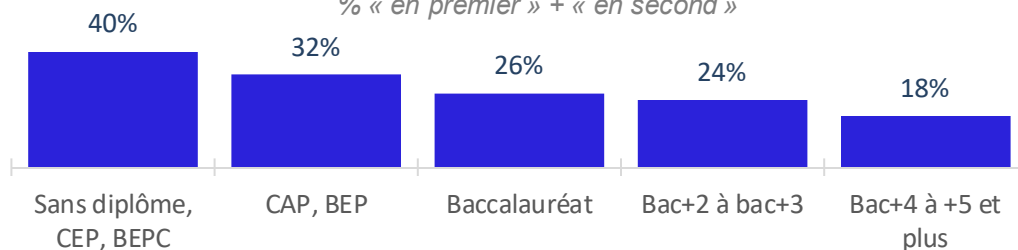
% qui voudraient ne rien faire, se reposer, en fonction de la contrainte budgétaire

% « en premier » + « en second »



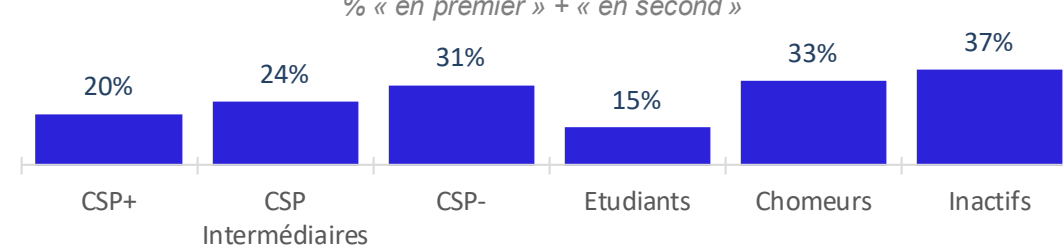
% qui voudraient ne rien faire, se reposer, en fonction du niveau de diplôme

% « en premier » + « en second »



% qui voudraient ne rien faire, se reposer, en fonction de la catégorie socioprofessionnelle

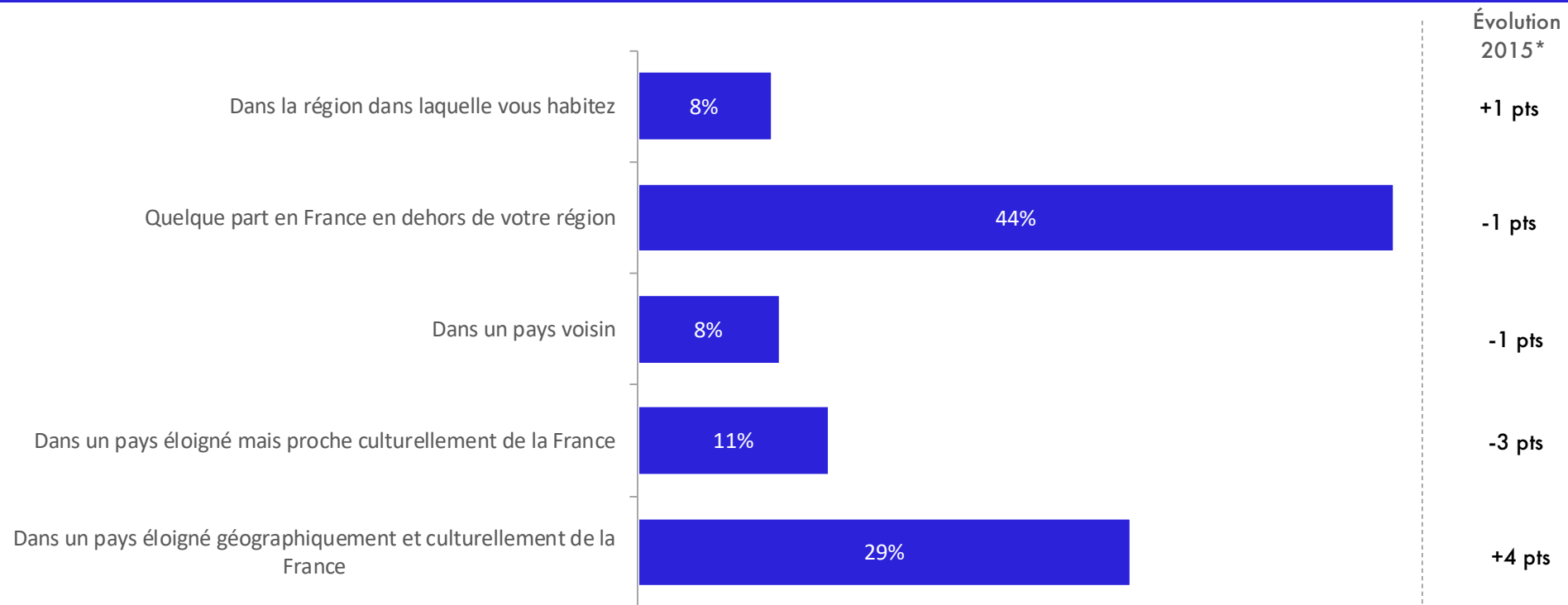
% « en premier » + « en second »



# Pour une majorité de Français, le lieu de vacances idéal est en France

« Et quel serait, pour vous, le lieu de vacances idéal ? »

Base totale, n = 4000



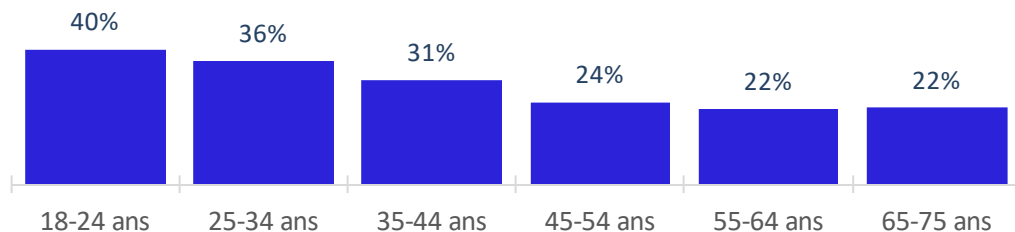
\*Étude « Aspirations des individus à la mobilité » pour Forum Vie Mobile, 29 octobre au 8 décembre 2015, n = 2000

# L'intérêt pour les vacances dans un pays très éloigné de la France est plus fort chez les jeunes diplômés urbains et les ménages à très haut niveau de vie

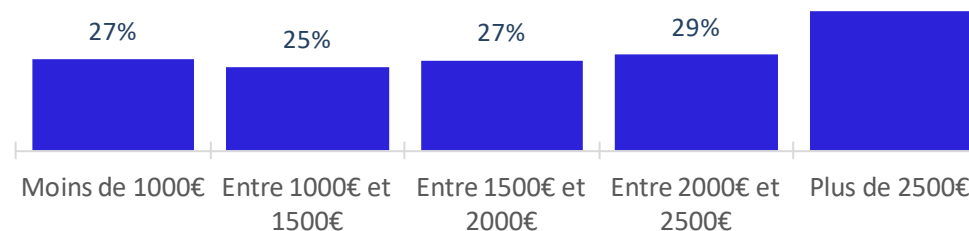
« Et quel serait, pour vous, le lieu de vacances idéal ? »

Base totale, n = 4000

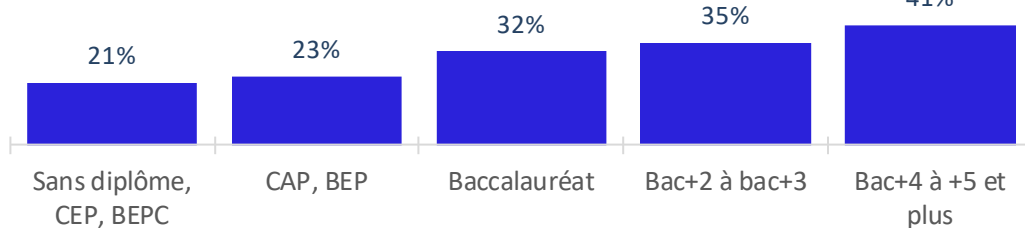
% qui voudraient passer leurs vacances dans un pays éloigné géographiquement et culturellement de la France, en fonction de l'âge



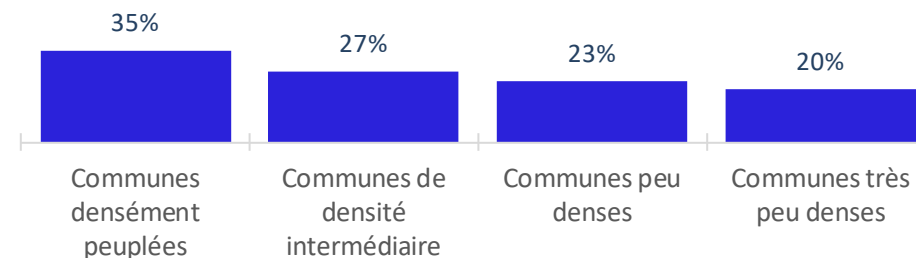
% qui voudraient passer leurs vacances dans un pays éloigné géographiquement et culturellement de la France, en fonction du niveau de vie (revenus mensuels par unité de consommation)



% qui voudraient passer leurs vacances dans un pays éloigné géographiquement et culturellement de la France, en fonction du niveau de diplôme



% qui voudraient passer leurs vacances dans un pays éloigné géographiquement et culturellement de la France, en fonction de la densité de la commune de résidence

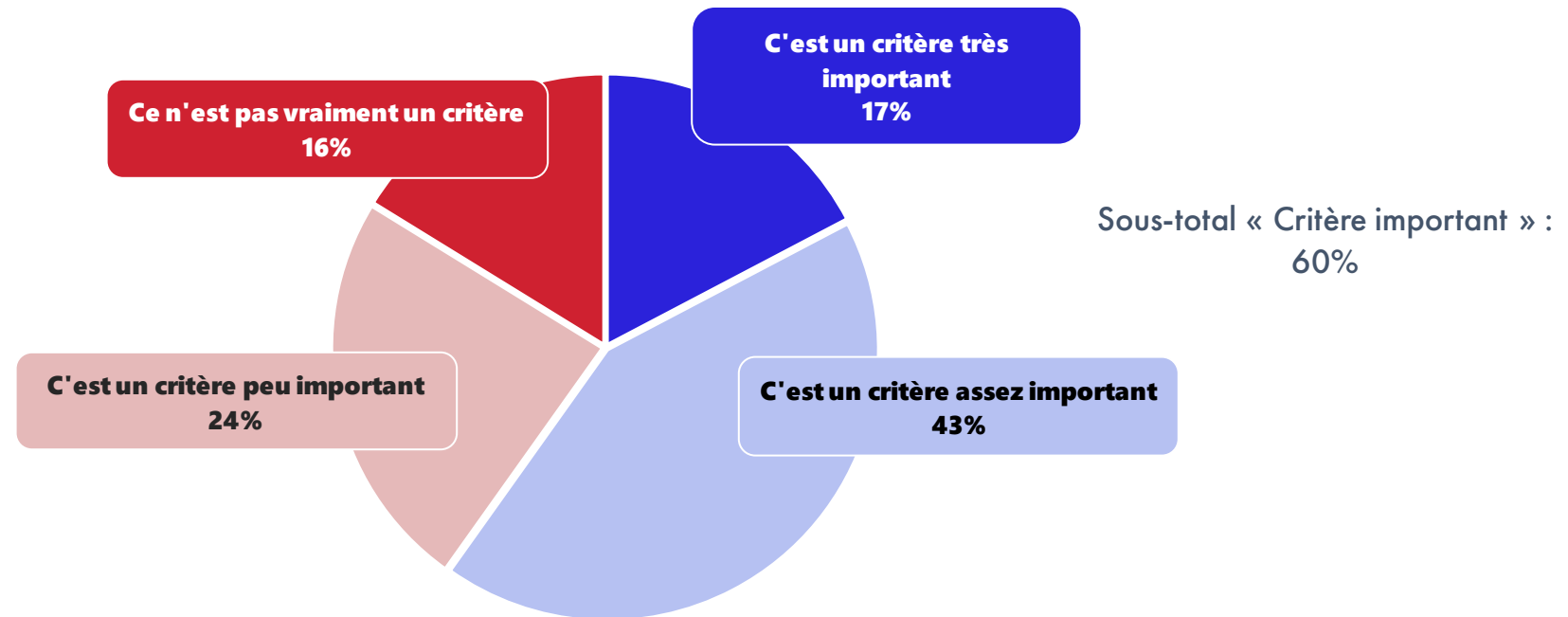




# 60% des Français déclarent prendre en compte l'impact environnemental de leurs vacances au moment de les organiser

« Dans quelle mesure la question des impacts environnementaux entre-t-elle en compte dans vos choix en matière de vacances (destination, transport, hébergement, activités...) ? »

Base totale, n = 4000

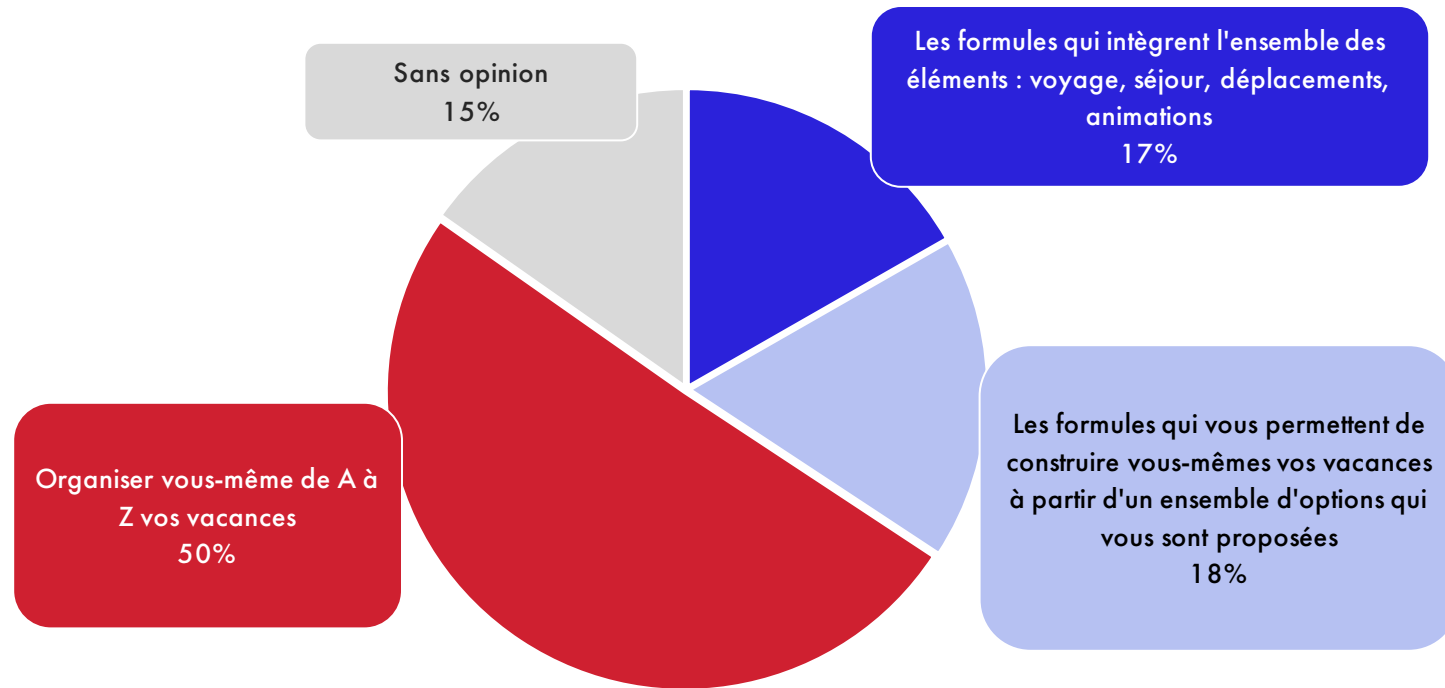


Source : L'ObSoCo/CDA, 6-22 juillet 2020

# Les Français préfèrent majoritairement organiser eux-mêmes leurs vacances

« En matière de vacances, préférez-vous... »

Base totale, n = 4000



# La cartographie des vacances des Français

---



## La cartographie des vacances des Français

Les vacances au cours des trois  
dernières années

82 % : la proportion de Français qui  
déclarent être partis en vacances au  
cours des trois dernières années

Plus d'un Français sur deux est parti  
au bord de la mer ou a effectué au  
moins une escapade le temps d'un  
week-end

1/3 : c'est la proportion des Français  
ayant effectué un séjour à la montagne

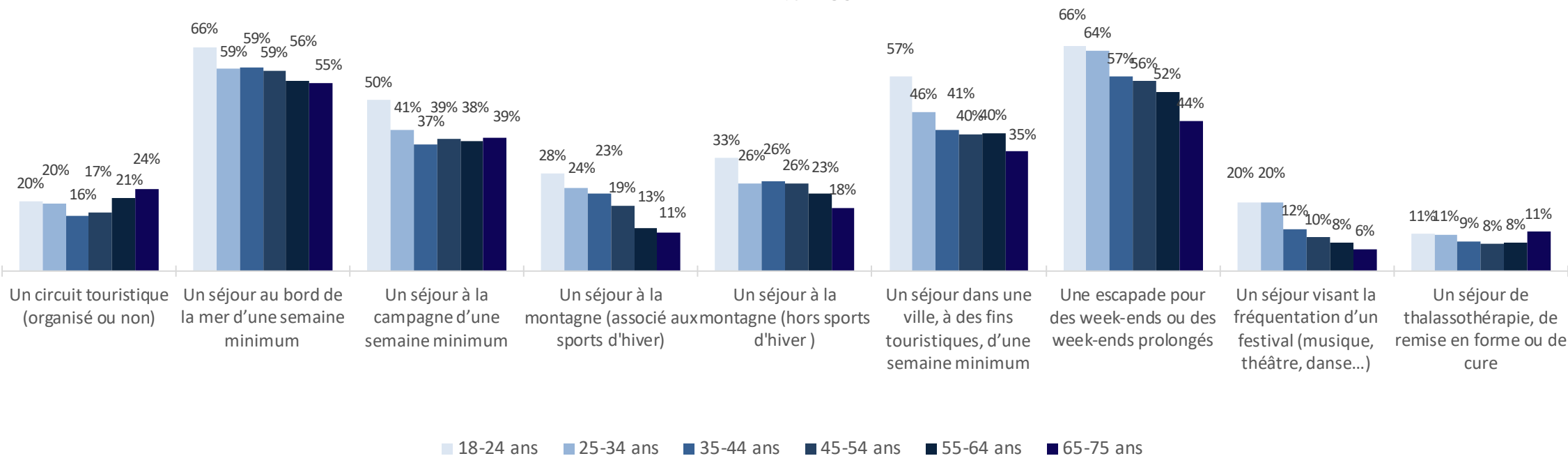
Festivals et cures/thalassos : demeurent  
des pratiques de niche

# La propension à partir en vacances recule avec l'âge, excepté les circuits et les séjours de remise en forme

« Au cours des trois dernières années, pour vos vacances, avez-vous effectué : »

Base totale, n = 4000

Les différents séjours de vacances effectués en France ou à l'étranger en fonction de l'âge  
% « oui »



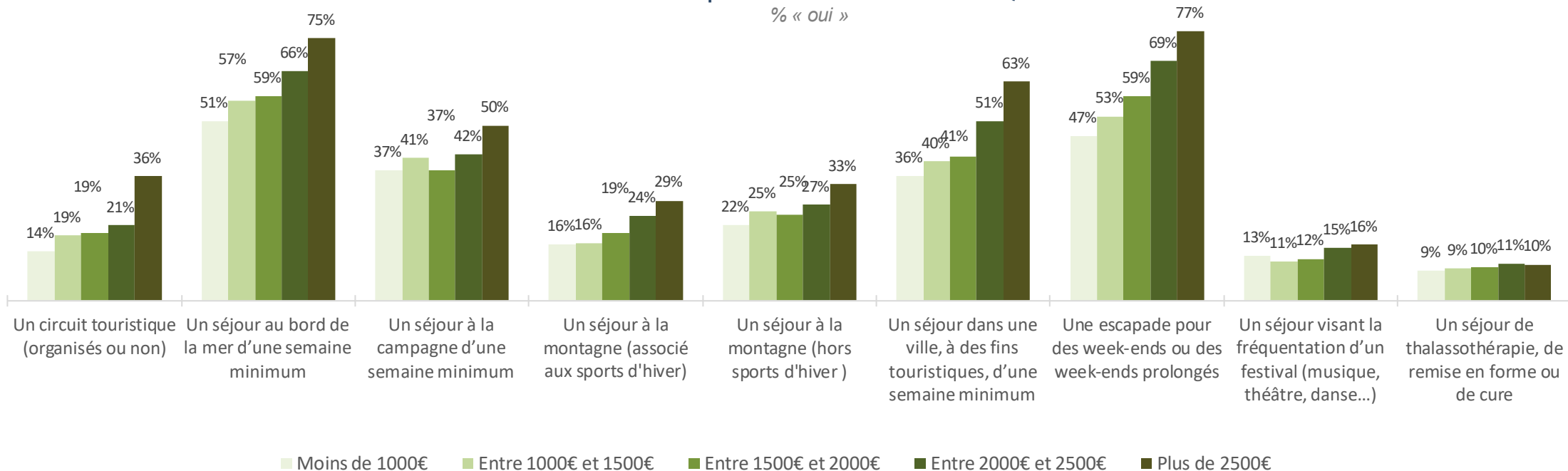
# La fréquentation de la plupart des formes de vacances est fortement croissante avec le niveau de vie

« Au cours des trois dernières années, pour vos vacances, avez-vous effectué : »

Base totale, n = 4000

Les différents séjours de vacances effectués en France ou à l'étranger en fonction du niveau de vie (revenus mensuels par unité de consommation)

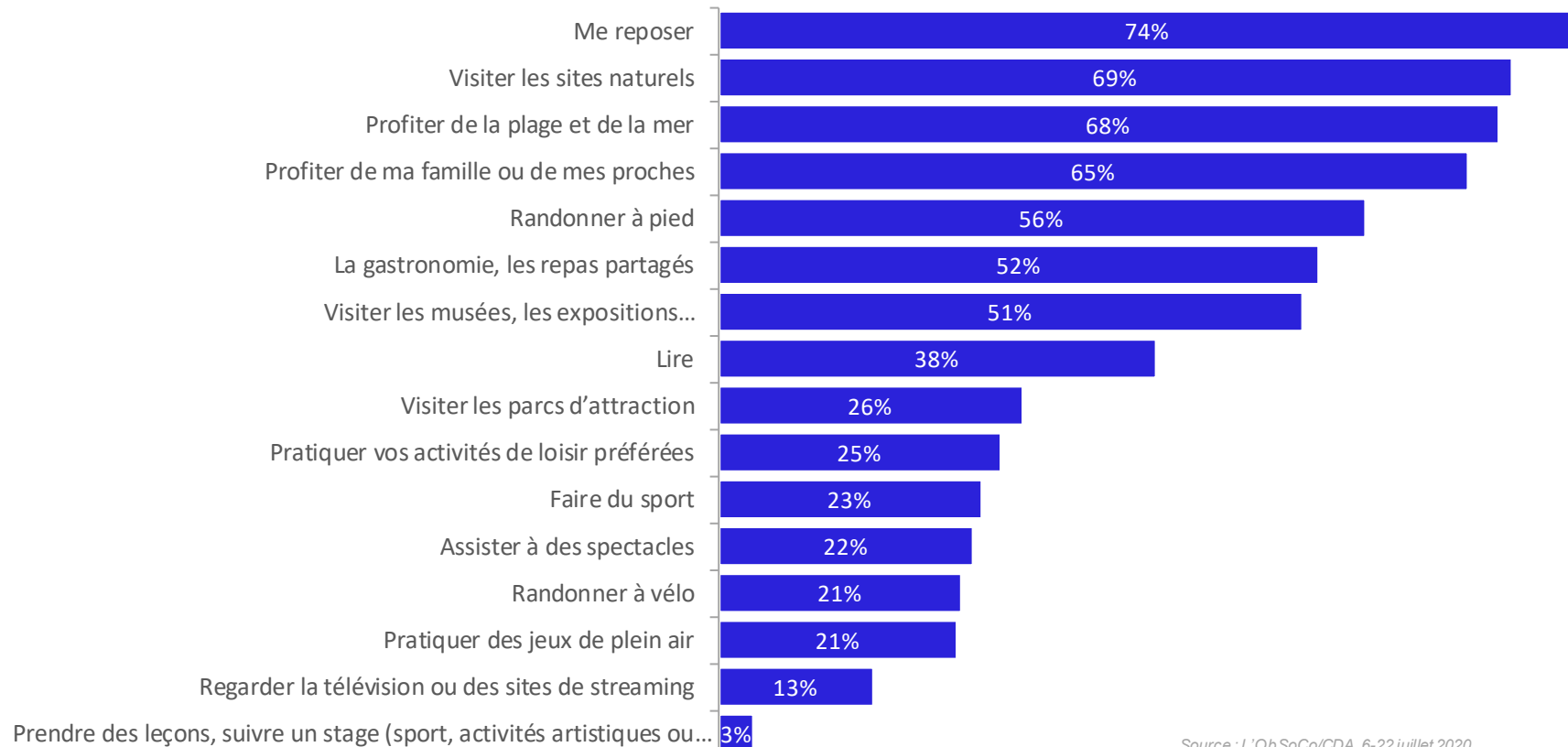
% « oui »



# En vacances, le repos et les activités "calmes" prédominent

« Quelles sont les activités que vous pratiquez lors de vos séjours de vacances ? »

Base : individus ayant effectué au moins un séjour de vacances au cours des trois dernières années, n = 3305

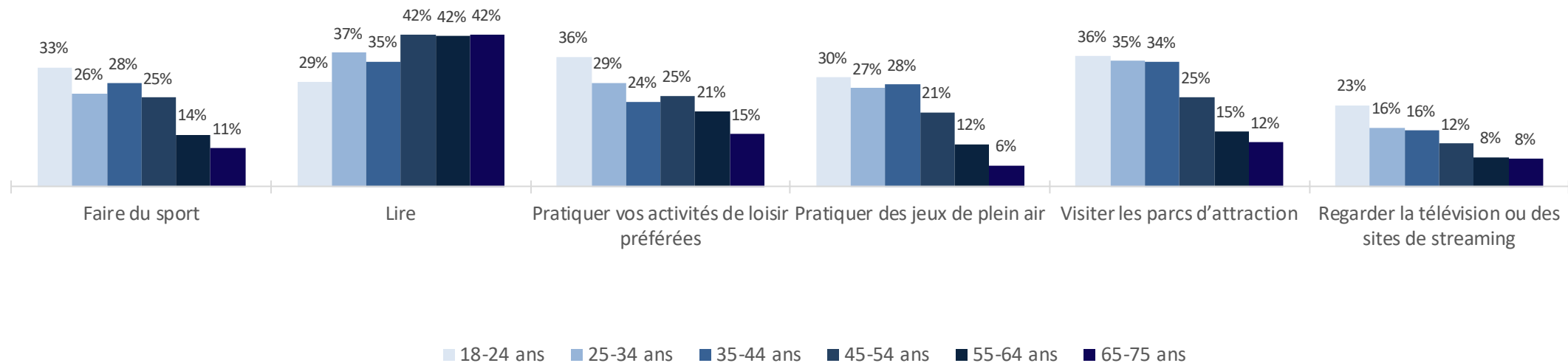


« Quelles sont les activités que vous pratiquez lors de vos séjours de vacances ? »

Base : individus ayant effectué au moins un séjour de vacance au cours des trois dernières années, n = 3305

## Taux de pénétration des différentes activités en fonction de l'âge

Seules les activités accusant des variations notables sont représentées ici





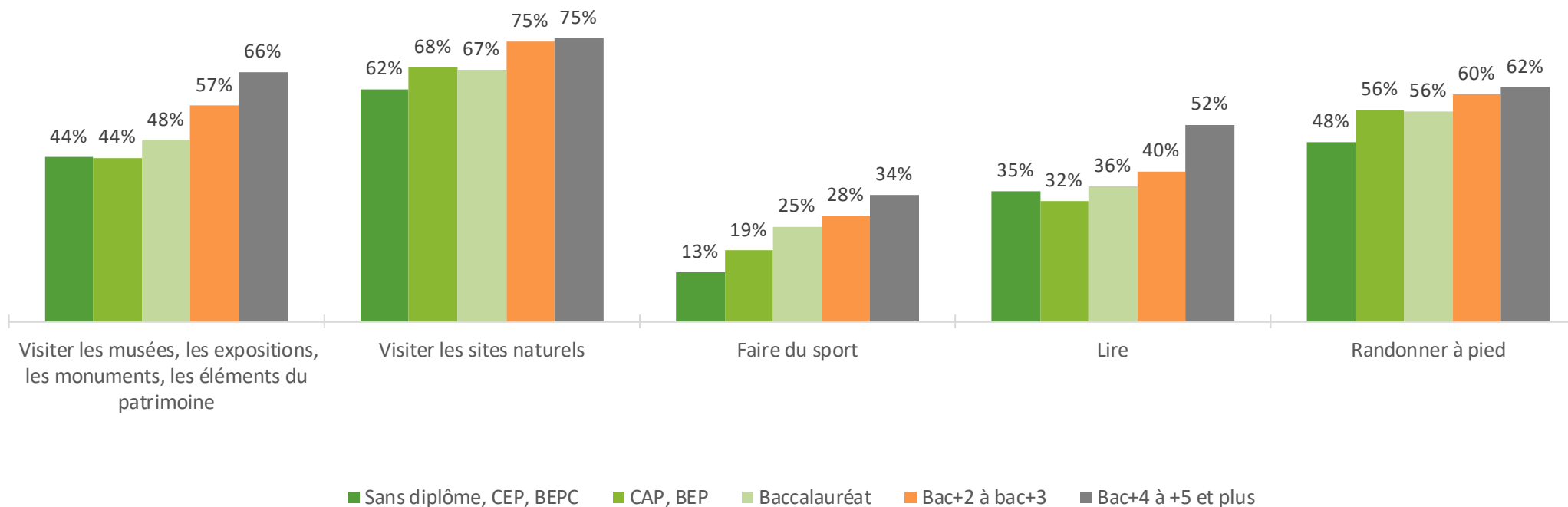
# L'inclinaison aux vacances actives est croissante avec le niveau d'éducation

« Quelles sont les activités que vous pratiquez lors de vos séjours de vacances ? »

Base : individus ayant effectué au moins un séjour de vacances au cours des trois dernières années, n = 3305

### Taux de pénétration des différentes activités en fonction du niveau de diplôme

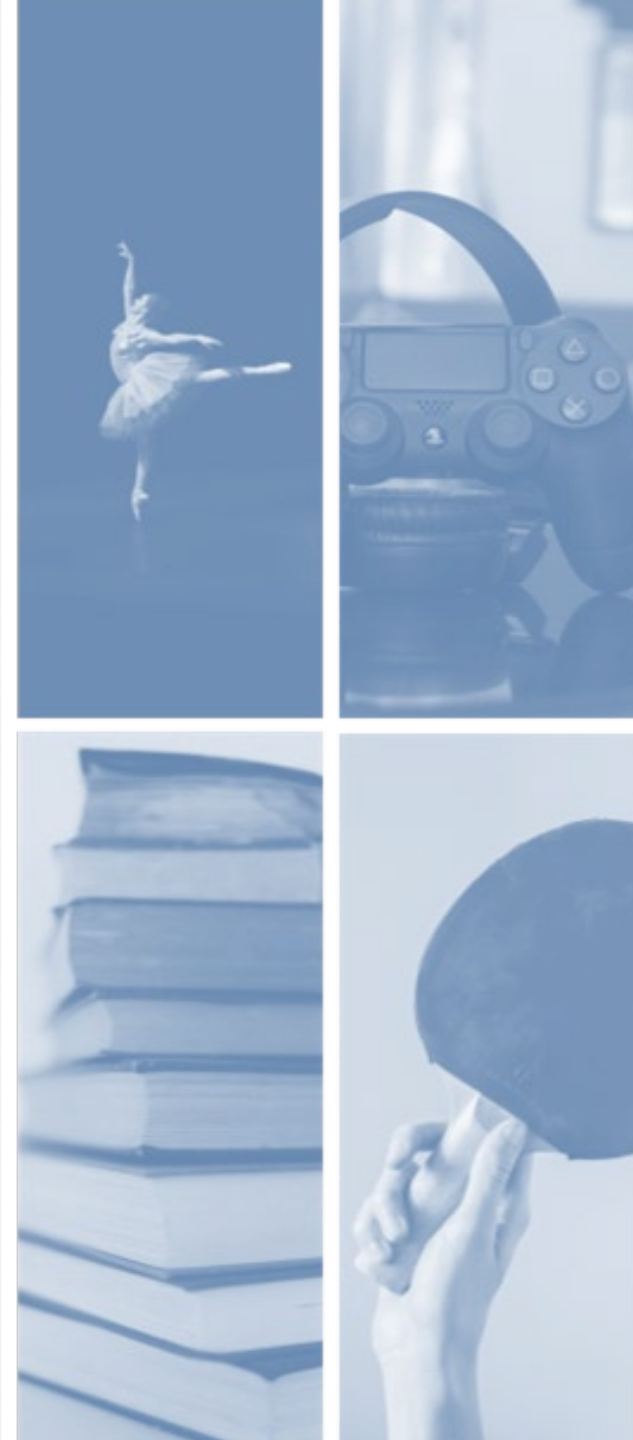
Seules les activités accusant des variations notables sont représentées ici



# Portrait des Français en mode loisirs

---

Versatiles, engagés, passionnés...



# Précisions terminologiques

**Loisirs actifs : activités qui impliquent la mobilisation de compétences spécifiques et qui débouchent sur une production tangible ou intangible, qu'il s'agisse d'artefacts physiques, d'une œuvre ou d'une performance. Les loisirs actifs s'inscrivent ainsi dans le champ du « faire ».**

- Fabriquer ou transformer des objets (meubles, bijoux, objets décoratifs, pièces détachées...)
- La couture, le tricot, la broderie
- Le dessin, la peinture, la sculpture, la céramique, la création graphique...
- La danse
- Les jeux vidéo
- Les jeux de société
- Retoucher des photos, monter des vidéos
- Écrire des poèmes, des romans, des nouvelles...
- La pratique de la méditation, de la sophrologie...
- La randonnée, la marche, le trek
- Les sports d'hiver
- Un ou des sports individuels (hors randonnée et sports d'hiver)
- Un ou des sports collectifs
- La pratique de la musique (chant, instrument, groupe, composition...)
- Le bricolage
- Le jardinage
- Réparer, restaurer, customiser des engins mécaniques (voitures, motos...)
- Cuisiner des plats élaborés ou des pâtisseries (hors cuisine du quotidien)

# Précisions terminologiques

**Loisirs passifs : activités peu exigeantes en matière de compétences, ne débouchant sur aucune production, qui visent simplement les gratifications immédiates (distraction, amusement, excitation, repos...) Les loisirs passifs s'inscrivent donc davantage dans le champ du divertissement.**

- La visite de musées ou d'expositions
- Regarder la télévision, des contenus proposés par les sites de streaming (Netflix, Prime Video, MyCanal...)
- La lecture
- L'écoute de la musique
- Le cinéma
- La fréquentation de discothèques, dancings, boîtes de nuit...
- Les concerts, les spectacles
- Les événements sportifs
- La visite de parcs d'attraction
- La visite d'un zoo ou un parc animalier
- L'écoute de podcasts
- La gastronomie, l'œnologie...
- Le shopping

- **98 %** des Français pratiquent au moins occasionnellement au moins une des 31 activités étudiées.
- En moyenne, ils en pratiquent **10**
- **80 %** des Français ont désigné au moins une des 31 activités comme constituant **un centre d'intérêt très important** dans leur vie, voire comme leur principal centre d'intérêt
- **90 %** affirment avoir une passion pour au moins une des activités

## Les loisirs actifs

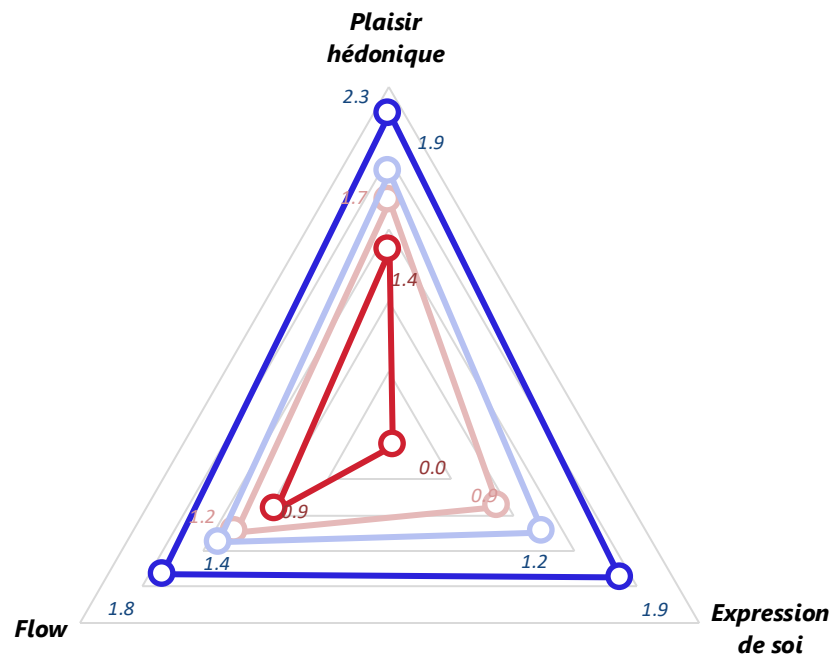
- **95 %** : la part des Français qui pratiquent au moins une activité de loisirs actifs
- Les loisirs actifs les plus pratiqués :
  - La cuisine (62 %)
  - Le jardinage (60 %)
  - Le bricolage (58 %)
  - Le jeu (55 %)
  - La randonnée, la marche, le trek (51 %)
- **5,4** : le nombre moyen d'activités pratiquées (sur 18)
- **77 %** : la part des Français qui se déclarent passionnés par au moins une activité de loisirs actifs
- **36 %** : la part des Français qui se disent passionnés d'au moins 3 activités de loisirs actifs.

## Les loisirs passifs

- **95 %** : La part des Français qui pratiquent au moins une activité de loisirs passifs
- Les loisirs passifs les plus pratiqués :
  - L'écoute de la musique (79 %)
  - Le shopping (67 %)
  - TV, streaming vidéo (67 %)
  - La lecture (64 %)
  - Le cinéma (51 %)
- **5** : Le nombre moyen d'activités pratiquées (sur 13)
- **73 %** : La part des Français qui se déclarent passionnés par au moins une activité de loisirs passifs
- **32 %** : la part des Français qui se disent passionnés d'au moins 3 activités de loisirs passifs

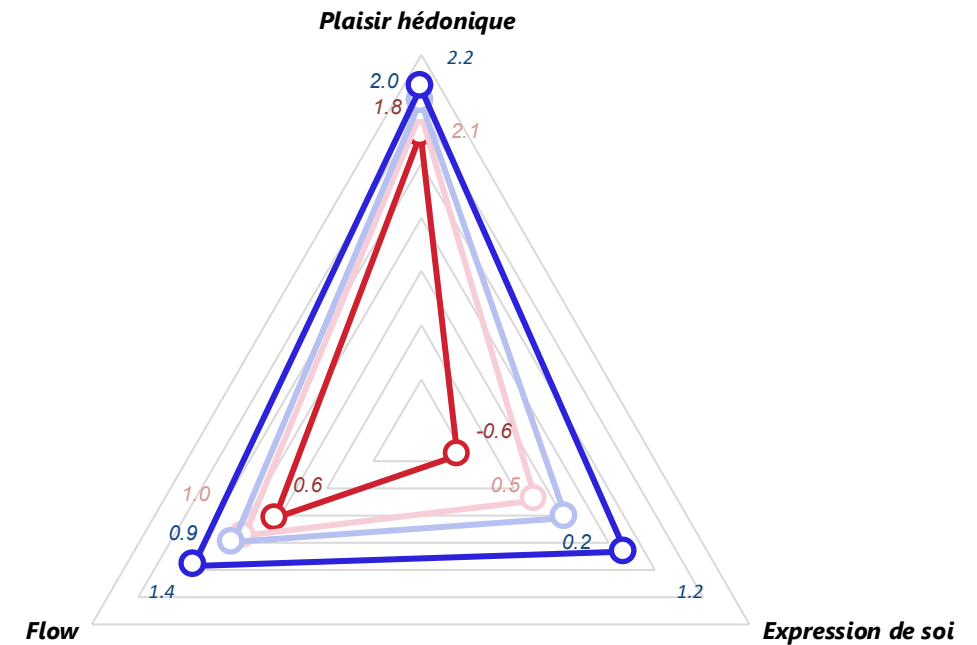
# Le ressenti d'affects, croissant avec le degré d'investissement dans la pratique

## Loisirs actifs



- Très peu investis
- Assez investis
- Assez peu investis
- Très investis

## Loisirs passifs



- Très peu investis
- Assez investis
- Assez peu investis
- Très investis

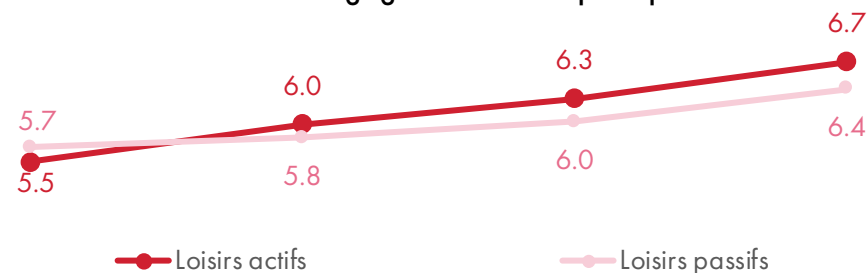
# Les indicateurs de bien-être augmentent avec le niveau d'engagement dans la pratique des activités de loisirs

### Variations de la moyenne de satisfaction à l'égard de sa vie en fonction du niveau d'engagement dans la pratique des loisirs



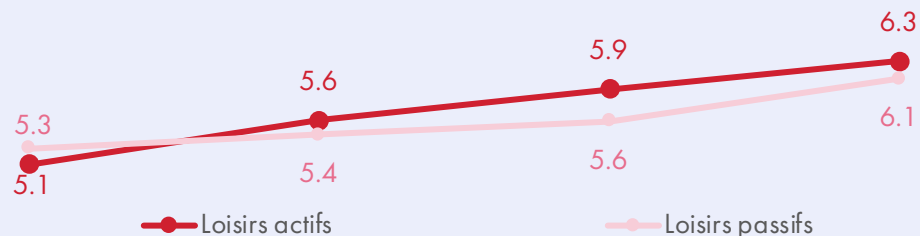
Très faible engagement Assez faible engagement Assez fort engagement Très fort engagement

### Variations du score de bien-être eudémonique en fonction du niveau d'engagement dans la pratique des loisirs



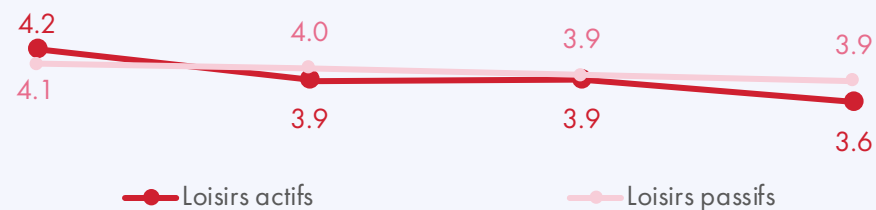
Très faible engagement Assez faible engagement Assez fort engagement Très fort engagement

### Variations du score de bien-être psychologique en fonction du niveau d'engagement dans la pratique des loisirs



Très faible engagement Assez faible engagement Assez fort engagement Très fort engagement

### Variations du score de mal-être psychologique en fonction du niveau d'engagement dans la pratique des loisirs



Très faible engagement Assez faible engagement Assez fort engagement Très fort engagement

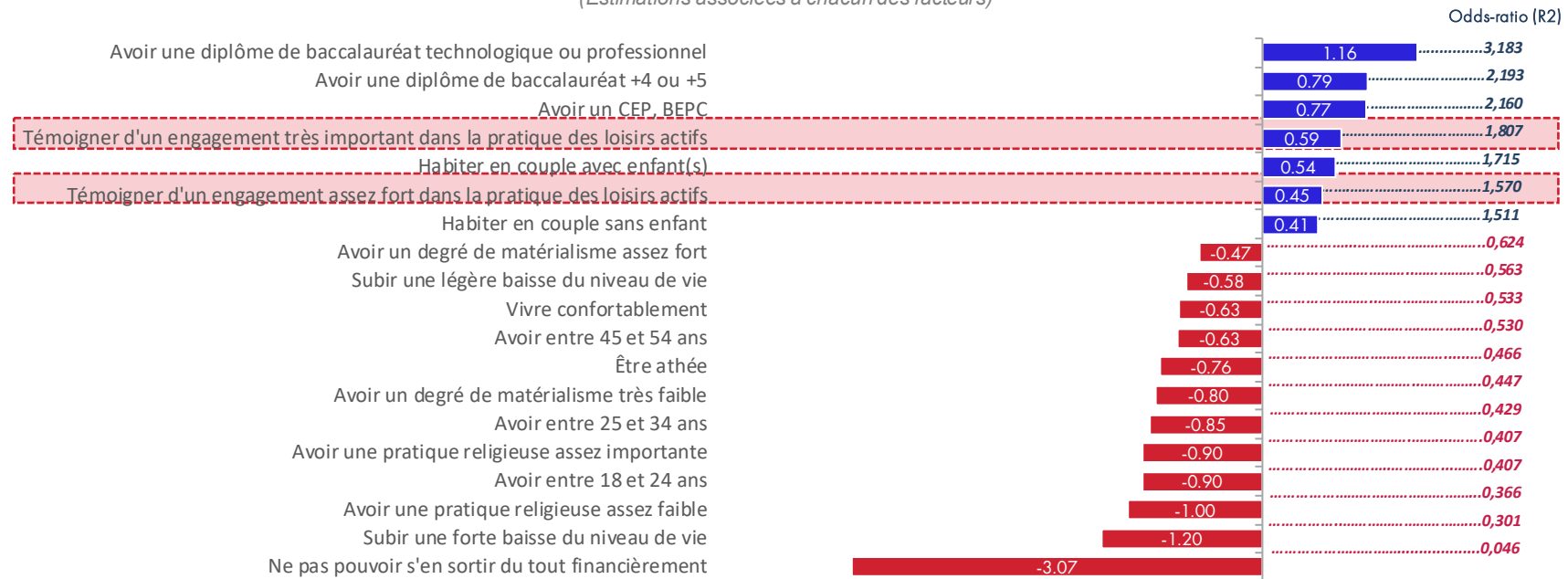


# Toutes choses égales par ailleurs, les Français les plus engagés dans la pratique des loisirs actifs sont plus satisfaits de leur existence

Facteurs les plus déterminants de la note de satisfaction à l'égard de la vie (loisirs actifs et passifs séparés)

Base totale, n = 4000

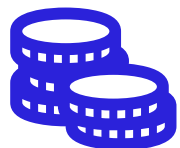
Les facteurs les plus fortement associés à une note de bonheur élevée et ceux les plus fortement associés à une note de bonheur faible  
(Estimations associées à chacun des facteurs)



Source : L'ObSoCo/CDA, 6-22 juillet 2020

Pour chaque variable sociodémographique, la modalité ayant l'effet le plus fort et celle qui s'y oppose (lorsque c'est significatif) ont été retenues. Les valeurs correspondent aux coefficients d'estimation des facteurs.

Guide de lecture : les coefficients d'estimation permettent d'interpréter le niveau d'influence de chaque modalité de variable, et le sens de cette influence (positif ou négatif) sur la note de bonheur, par rapport à une autre modalité. Ainsi, lorsqu'on détient un diplôme de baccalauréat technologique ou professionnel, cela influence plus la note de bonheur que lorsqu'on détient un diplôme de niveau supérieur à bac +5, et cette influence est positive (coefficient de +1,16). À l'inverse, lorsqu'on ne s'en sort pas du tout financièrement, cela influence plus la note de bonheur que lorsqu'on vit confortablement, et cette influence est négative (coefficient de -3,07).



**750 €** : le budget annuel moyen alloué à l'ensemble des activités de loisirs étudiées<sup>1</sup>



La réparation/restauration d'engins mécaniques et les sports d'hiver largement en tête



Le montant moyen dépensé est fortement croissant avec le degré d'investissement du pratiquant dans l'activité



**105 milliards d'euros** : l'estimation du marché global des activités de loisirs<sup>1</sup>



**Les loisirs actifs** se taillent la part du lion : bricolage, cuisine, jardinage largement en tête

## Les loisirs : stop ou encore ?

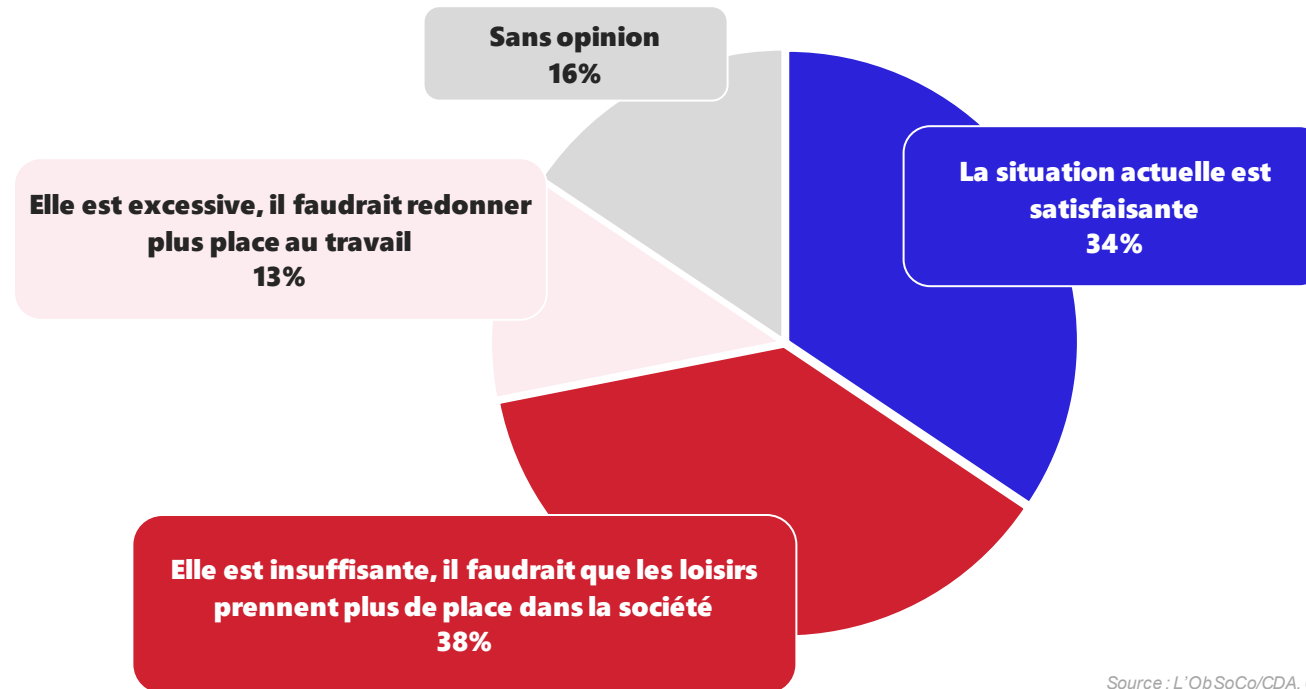
---



# La place accordée aux loisirs dans la société française serait insuffisante d'après 38% des Français

« On évoque souvent l'avènement d'une « société des loisirs », liée notamment à la tendance au recul du travail dans le temps de vie. Que pensez-vous de la place qu'occupent aujourd'hui les loisirs dans la société française ? »

Base totale, n = 4000

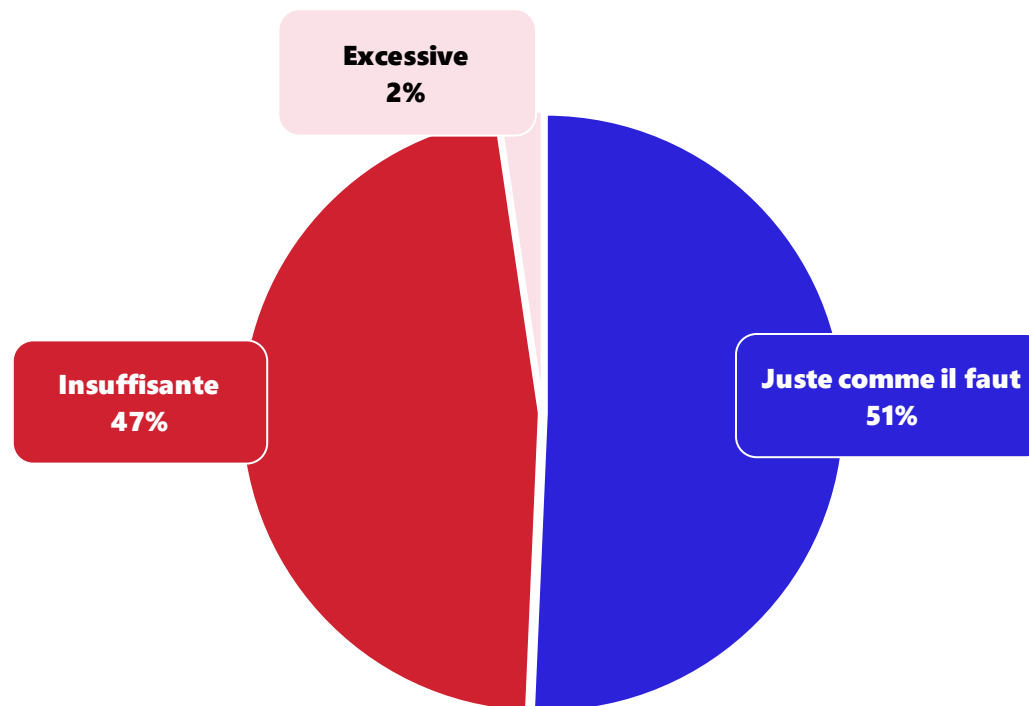


Source : L'ObSoCo/CDA, 6-22 juillet 2020

# Près d'un Français sur deux estime insuffisante la place tenue par loisirs dans sa propre vie

« Pour vous personnellement, dans la manière dont vous vivez votre vie, estimez-vous la place que tiennent les loisirs comme... »

Base totale, n = 4000



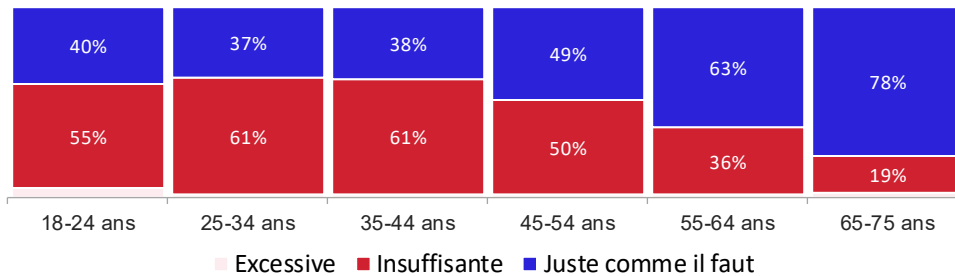
Source : L'ObSoCo/CDA, 6-22 juillet 2020

# La pratique des loisirs est majoritairement jugée insuffisante chez les moins de 55 ans, les individus vivant avec des enfants, ainsi que ceux soumis à un fort niveau de contrainte budgétaire

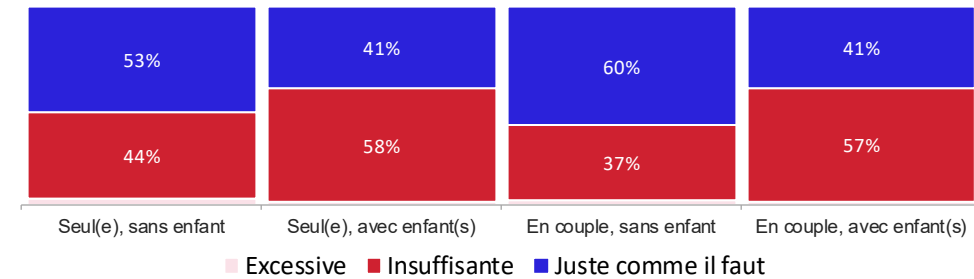
« Pour vous personnellement, dans la manière dont vous vivez votre vie, estimez-vous la place que tiennent les loisirs comme... »

Base totale, n = 4000

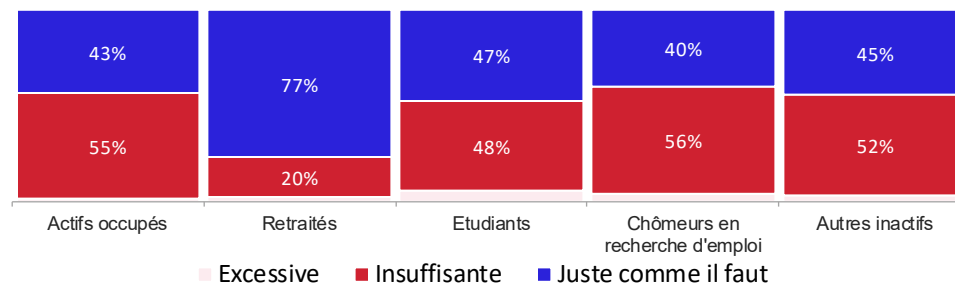
Estimation de la place que tiennent les loisirs dans la vie des répondants en fonction de l'âge



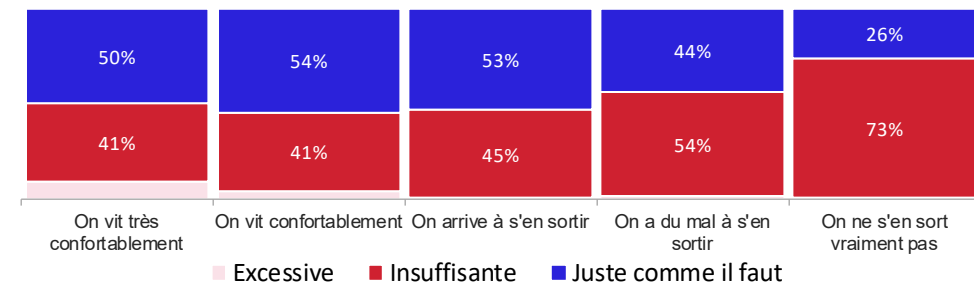
Estimation de la place que tiennent les loisirs dans la vie des répondants en fonction de la situation familiale



Estimation de la place que tiennent les loisirs dans la vie des répondants en fonction de la situation professionnelle



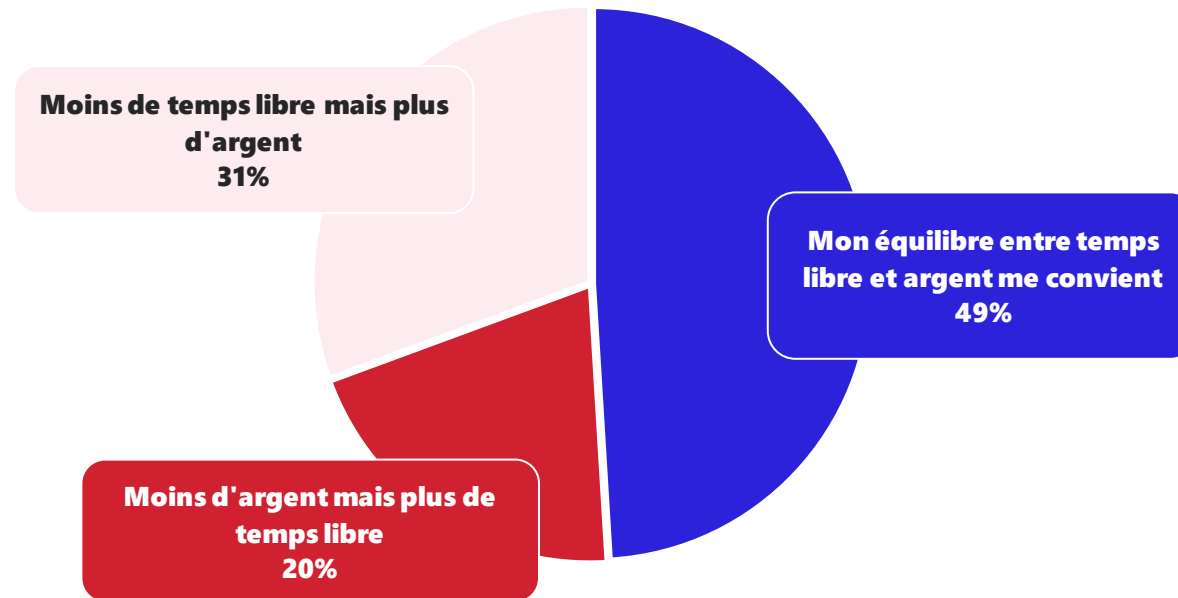
Estimation de la place que tiennent les loisirs dans la vie des répondants en fonction de la contrainte budgétaire



# Arbitrage temps libre/argent : seulement 20 % des actifs arbitreraient en faveur de plus de temps libre

« Si vous aviez le choix entre plus d'argent ou plus de temps libre, vous choisiriez ? »

Base : actifs occupés, n = 2244



Source : L'ObSoCo/CDA, 6-22 juillet 2020

# Le rapport des Français aux loisirs

---



**Philippe Moati**  
Co-fondateur de L'ObSoCo  
Professeur agrégé d'économie à  
l'Université de Paris



**Grégory Guzzo**  
Directeur Marketing et  
Performance Client  
Compagnie des Alpes