

JE SUIS LOISIR et j'en suis fier !

La contribution du loisir à la qualité de vie

Par André Thibault¹

Tout à fait dans l'air du temps, le thème de la Conférence annuelle du loisir municipal de 2018, « Je suis loisir », semble tout droit sorti de la bouche des milléniaux chez qui le JE fait souvent office de centre d'interprétation du monde et d'affirmation de soi. Ici, au-delà du slogan accrocheur, il faut voir une prise de position fondamentale sur ce que sont et ce qu'affirment les professionnels du loisir.

Qu'ils œuvrent en sport, culture, plein air, vie communautaire ou, même, développement social, le loisir est leur signature, leur apport spécifique, leur valeur ajoutée dans la recherche de qualité de vie des personnes et des collectivités.

Démontrer les raisons et les effets de cette affirmation, tel est le propos de ce bulletin tiré d'un article portant le même nom paru numéro de septembre 2018 (vol.41 # 3) de la revue Agora-Forum.

JE SUIS LOISIR : au-delà du temps libre et des activités

Historiquement, le loisir se définit temps, lieu et sens à la base du sport, de la culture, du plein air, de la fête. Il est place publique, lien social et ferment de vie communautaire et d'intégration sociale dans un contexte à tout le moins

décontracté et plaisant, fondé sur le désir plus que sur le besoin défini comme carence. Le loisir répond en effet à une volonté toute naturelle de bien-être. À ce titre, il est profondément fondé sur un élan positif et ses services relèvent de désirs, d'attentes.

Le développement du savoir a permis de démontrer scientifiquement que le loisir produit plusieurs bienfaits¹ qui justifient qu'on y investisse des deniers publics pour soutenir la qualité de vie des personnes, la vie communautaire et le développement social. Voilà pourquoi le professionnel EST LOISIR. Voyons plus en détail.

¹ Voir The National Benefits Hub Research that Supports Recreation :

<http://benefitshub.ca/>. Ce site regroupe les énoncés et les preuves scientifiques des bienfaits du loisir. (Consulté le 4 juillet 2018)

JE SUIS LOISIR parce que, dans certaines conditions que je m'efforce de mettre en œuvre, le loisir est un véhicule naturel et éminemment positif d'expérimentation et de prévention qui se fonde sur le plaisir plus que sur la crainte². Par exemple, si je suis actif physiquement, c'est à cause du plaisir que procure ce mode de vie et moins parce que je crains la maladie.

Par essence, le loisir est un moment et un lieu qui permettent aux personnes et aux collectivités de vivre une expérience qui se distancie de la quotidienneté et des obligations fonctionnelles de la vie et du travail. Ainsi, il permet de mieux comprendre et percevoir la société et soi-même en vue de leur donner du sens ou d'en renouveler le sens³. En loisir, notre relation avec les autres n'est pas fonctionnelle ou liée à un titre, comme en situation de travail; elle se situe sur le plan personnel. En ce sens, le loisir est le temps de la famille, celui des amis et celui de la rencontre de l'autre, bref, une source de liens sociaux comme le cherche tant le développement social. De même, vécu hors de la petite quotidienneté, le loisir est un temps de prise de recul et de découverte (voyages, arts, fêtes et lectures), et d'imaginaire par

le jeu, la culture et l'expérience de multiples ambiances. Qu'ont en commun les sportifs, les amateurs de plein air, les spectateurs, les visiteurs de musées ou amateurs d'art sous toutes ses formes, les participants aux événements sociaux ou festifs, les bénévoles et les personnes démunies, défavorisées, seules ou non intégrées qui utilisent les services municipaux? Tout ce monde est généralement en temps libre et souvent en état de loisir. Maintenir, soutenir et développer cet état augmente la capacité de ces champs de révéler toute leur capacité en matière de qualité de vie physique, sociale et mentale.

C'est précisément ce que revendiquaient ceux qui, au siècle dernier, ont réclamé plus de temps libre. Ils voulaient du temps et des moyens pour vivre ces valeurs de libre choix, de valorisation de soi et de qualité de vie. Bref, le loisir, bien au-delà du temps libre et des activités, est une expérience de mieux-être, de bien-être et de qualité de vie personnelle et collective. C'est cela qu'offre le professionnel du loisir. C'est ce à quoi sert le loisir et que le *Catalogue des bienfaits du loisir* démontre scientifiquement.

Ce n'est pas ce que l'on fait, mais ce que l'on vit qui définit le loisir et

en fait un vecteur de qualité de vie personnelle et collective.

Selon cette vision, il faut impérativement reconnaître que le loisir n'est pas une catégorie d'activités comme dans loisir et sport, ou loisir, culture et tourisme, ou loisir et vie communautaire. Dans ce contexte, le loisir n'est pas et ne doit pas être la partie résiduelle ou non classée des activités de temps libre, une fois que les secteurs structurés se sont défini leur propre champ. Ce fractionnement s'explique seulement si on considère le loisir est un ensemble d'activités ou de disciplines pratiquées de façon récréative jusqu'à une façon semi ou entièrement professionnelle, et soumises à des organisations qui les régissent et en définissent les contours.

Cet angle d'approche, à tout le moins obtus, de déploiement des services en loisir a caractérisé les 40 premières années de l'action du Gouvernement du Québec et de plusieurs organisations et fédérations disciplinaires. Ce centrage sur le loisir activité a contribué à la perception que les professionnels en loisir sont des organisateurs ou des animateurs d'activités et des gestionnaires d'installations configurés selon les exigences

²Voir la *Déclaration de Québec*, Congrès mondial du loisir, 2008 ;

http://www.loisirquebec.com/declaration_qubec.asp (consulté le 4 juillet 2018).

³ Joseph Peiper dans son classique *LEISURE, The Basis of Culture*.

des disciplines et de leurs fédérations de régie, en somme qu'ils ne sont pas au cœur des développements « sérieux ».

Aujourd'hui, les colonnes de cette vision univoque sont de plus en plus ébranlées par les citoyens qui ont affirmé la pratique libre, envahissant les promenades, les pistes cyclables, les plages de pratique libre dans les piscines et les arénas, les parcs petits et grands, les fêtes et les événements. Ils désertent les cours traditionnels qui constituent la base habituelle des programmations. Ces mêmes citoyens réclament des aménagements de proximité où ils peuvent marcher et courir en toute sécurité à tout âge, aller à vélo, jouer dans la rue, se lancer le ballon dans le parc de voisinage sans pour autant être classés dans l'une ou l'autre catégorie d'activités. Ils réclament des parcs où ils peuvent flâner, faire lever des cerfs-volants, jouer en famille, se rassembler autour de djembés, entreprendre une partie de pétanque spontanée et faire une fête d'enfant ou de famille.

Bref, les citoyens veulent s'amuser à leur rythme en bonne compagnie et améliorer leur santé physique et sociale. Dès lors, ils sont plus en position d'expérience et d'accueil de WOW, sous le signe de la rencontre de l'autre, du plaisir de l'activité physique et sportive

qui va au-delà de la technique et de la performance, ouverts à l'histoire, l'art ou la beauté. Leur loisir se définit par leur propre JE plus qu'en fonction d'un catalogue d'activités. Il est de moins en moins nécessaire que le loisir porte le nom d'une activité. Par exemple, demandez à quelqu'un qui a emprunté une piste cyclable ce qu'il retient de sa journée. Il vous répondra en parlant des gens rencontrés, des sites découverts, des haltes fréquentées et de la distance parcourue : en somme, ce qui constitue *son expérience* de vélo sur une piste.

Voilà qui définit et affirme le loisir et son rôle dans le développement des personnes et des collectivités. Voilà qui établit aussi les conditions favorables que met en œuvre le professionnel en loisir pour assurer que les personnes et les collectivités tirent profit de l'expérience du loisir. Le professionnel qui affirme ÊTRE LOISIR sait faire éclore tout le potentiel du loisir dans les multiples circonstances et environnements vécus par les personnes et les communautés.

Dès lors, le professionnel est loisir en sport, culture, vie communautaire, plein air et développement social.

Je suis loisir en sport

En sport, l'activité régie n'est qu'une dimension de

l'expérience sportive. Les liens sociaux dans l'équipe et entre les adeptes, l'expérience vécue par les parents et les supporteurs, les voyages, l'ambiance des lieux de compétition, bref les dimensions sociale, festive, tactique, physique et culturelle font partie de l'expérience sportive que le professionnel-loisir alimente, soutient et met en œuvre.

Je suis loisir en culture

Le loisir culturel ne saurait être confiné à la pratique d'une discipline artistique en amateur. Le loisir est la base de la culture, comme l'affirme le philosophe allemand Joseph Peiper dans *LEISURE, the basis of culture*. Le loisir permet aux personnes et aux collectivités de se distancier de la quotidienneté et des obligations fonctionnelles de la vie et du travail pour mieux comprendre et percevoir la société et soi-même en vue de leur donner du sens ou d'en renouveler le sens, ce que favorise l'expérience culturelle. La culture d'une personne et d'une collectivité se définit par leur façon d'être avec ce qui les fait et les entoure.

L'accumulation et l'histoire des façons de vivre ne constituent-elles pas le bagage culturel d'une communauté et d'un peuple?

Dans cette perspective, le développement de la culture des Québécois passe par

l'optimisation des conditions d'une expérience de loisir de qualité. Le professionnel-loisir, souvent médiateur culturel, s'assure que l'expérience culturelle imprègne tous les lieux, programmes et structures de loisir. Du camp de jour à l'aréna, du voisinage aux parcs municipaux. Comme le titre la nouvelle politique culturelle du Québec, « la culture est partout ». La culture ne saurait être confinée aux bibliothèques, aux salles de spectacle et aux musées, lesquels restent néanmoins des lieux de culture privilégiés.

Je suis loisir en développement social

La santé, physique, sociale et mentale implique des fonctions de participation sociale citoyenne, d'autonomisation des personnes et des communautés appuyées sur un sentiment d'appartenance et de confiance en la communauté, et une conscience des aspirations et des enjeux communs. Toutes ces caractéristiques se retrouvent dans les multiples associations et lieux de participation et de prise en charge dans le système du loisir public au Québec.

Dans un précédent numéro d'*Agora Forum* consacré au développement social, nous

écrivions que la notion de santé endossée par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec « permet d'affirmer que la poursuite de ce qu'on appelle bien-être, qualité de vie ou développement social s'articule en deux volets ou deux chantiers : le *développement* qui construit des environnements et des cadres de vie favorables et les *corrections* qui luttent contre les iniquités, les déficiences et les maux physiques et sociaux⁴ ». En milieu municipal, le chantier du développement de la qualité de vie passe obligatoirement par des expériences de loisir.

Lieu de réalisation autonome et volontaire des choix personnels des plaisirs et satisfactions que la personne attend de la vie, le loisir public sous toutes ses formes est un puissant acteur du développement des conditions caractéristiques d'un cadre de vie de qualité. On le voit, il mobilise des centaines de milliers de bénévoles, et repose sur une panoplie d'associations citoyennes et de clubs qui témoignent de la prise en charge et de l'autonomisation des collectivités.

Le professionnel-loisir, bien que sensible à la pauvreté matérielle, sociale et mentale, n'est pas un thérapeute ou un travailleur social qui lutte contre

la pauvreté effective. Son action se porte en amont : il agit principalement sur les conditions sociales qui préviennent la pauvreté ou facilitent l'intégration ou la réintégration sociale. Il n'est pas un amuseur ni un animateur de récréation, il est un agent de qualité de vie. Dans ce domaine, il agit en complicité avec les autres professions tels les travailleurs sociaux, les professionnels de la santé physique et bien d'autres dont nous parlerons en conclusion de cet article.

Je suis loisir en plein air

S'il est un champ du loisir où explose tout le potentiel de l'expérience du loisir, c'est bien celui du plein air. Parce qu'elle se situe dans un environnement nettement différent du milieu urbain de la vie quotidienne, parce qu'elle est une interaction avec les éléments naturels qui éblouissent, défient ou apaisent, l'expérience du loisir de plein air facilite le recul du stress quotidien, renforce les liens sociaux, et améliore la santé et la conscience environnementale comme le démontre *l'Avis sur le plein air* publié en 2017 :

1. Le plein air est une activité sociale. La majorité des gens le

⁴ Thibault, André, « Loisir et développement social, est-ce trop? », *Agora Forum*, vol. 40 n° 4, hiver 2018-2018, p. 22;

[http://www.loisirmunicipal.qc.ca/agora_forum/AgoraHiver2017_2018/22/.](http://www.loisirmunicipal.qc.ca/agora_forum/AgoraHiver2017_2018/22/)

pratique en couple, en famille ou entre amis.

2. Les jeunes Québécois ont envie de faire du plein air : 84 % d'entre eux feraient plus d'activités en plein air et en nature si l'occasion leur était offerte.
3. Au Québec, il y a une forte demande pour l'augmentation de l'offre d'activités de plein air adaptées aux besoins des familles. D'ailleurs, près du tiers des adeptes de plein air le pratique en famille⁵.

Dès lors, le professionnel-loisir offre les conditions non seulement de la pratique technique des activités, comme l'aménagement de pistes, de sentiers et de parcs nature, il rend aussi accessibles les conditions de l'expérience sociale, de l'appropriation et de l'interaction avec les éléments naturels. En cela, il améliore l'expérience du loisir plein air.

Je suis loisir en vie communautaire

Avec plus d'un demi-million de bénévoles, quelques dizaines de milliers d'OSBL et l'interaction

quotidienne avec des citoyens et les initiatives de ces derniers, le loisir public est au cœur de la vie des communautés. Parce que le loisir public est lieux et occasions de rencontres libres ou organisées, de fêtes et d'événements de plus en plus nombreux, parce que ses aménagements et ses infrastructures évoluent rapidement vers des « troisièmes lieux ⁶», il anime la vie communautaire. Parce que l'accessibilité est une valeur caractéristique du loisir public, ce dernier est un agent de premier plan en développement social.

À plusieurs égards, la contribution avérée du professionnel-loisir à la vie communautaire constitue une puissante preuve de son rôle en qualité de vie des personnes et des collectivités.

Je suis loisir en équipe

Cet article voulait démontrer la compétence spécifique du professionnel-loisir qui connaît les capacités de l'expérience du loisir, sait les mettre en œuvre et les mettre au service de la qualité de vie des personnes et des collectivités. On a compris

que ce professionnel-loisir agit au cœur de la vie non pas d'abord pour corriger les problèmes, mais pour assurer la qualité des expériences et des milieux de vie en exploitant tout le potentiel du loisir.

Toutefois, le déploiement des conditions nécessaires à l'expérience loisir et à la répercussion de ses effets dans les autres secteurs de la vie nécessite un travail d'équipe interprofessionnel et des partenariats avec des professions et des institutions hors de la municipalité. Par exemple en alimentation, les nutritionnistes lui diront la qualité des menus requise pour la santé, les psychologues lui parleront du plaisir de manger et les économistes lui indiqueront les conditions de rentabilité des concessions alimentaires dans les installations municipales. En service social, les épidémiologistes et les sociologues le renseigneront sur l'état de la pauvreté sociale, matérielle et mentale, les travailleurs sociaux lui enseigneront les conditions d'accessibilité sociale des différents groupes vulnérables à la vie de la collectivité.

⁵ Gouvernement du Québec, ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, *Au Québec, on bouge en plein air – Avis sur le plein air*, 2017, p. 6;

<http://www.education.gouv.qc.ca/referenc es/publications/resultats-de-la-recherche/detail/article/avis-sur-le-plein-air-au-quebec-on-bouge-en-plein-air/>.

⁶ Concept développé par le sociologue Ray Oldenburg. Le troisième lieu se veut un espace neutre, propice à un échange informel entre tous les membres de la communauté, procurant des occasions de rencontres autres que celles possibles dans les sphères privée ou professionnelle. Ces

espaces agissent comme niveleur social où les individus se positionnent sur un même pied d'égalité. La conversation et le partage de moments agréables avec les autres constituent l'attrait principal de ces lieux.

Par ailleurs, le professionnel-loisir sera à son tour un informateur, un coach et un partenaire pour l'action propre de ces autres professionnels.

Notamment, il fera office de conseiller auprès des urbanistes.

JE SUIS LOISIR parce que je maîtrise un univers utile, crédible et actif.

ⁱ André Thibault, professeur émérite