

Le soutien à la pratique libre : une fonction centrale des services de loisir

VOLUME 13, NUMÉRO 15 – 2016

Par André Thibault, Ph. D. Observatoire québécois du loisir *

Depuis déjà presque dix ans, la croissance de la pratique libre en loisir est annoncée comme une tendance majeure. Aujourd'hui, elle n'est plus une tendance, mais une réalité bien implantée et facilement observable de sorte qu'on ne peut plus l'ignorer.

Comment les organisations de loisir public et civil doivent-elles réagir ? Dans quelle mesure doivent-elles considérer le soutien à la pratique libre comme une fonction centrale au même titre que l'aménagement et le partenariat ? Ce bulletin vise précisément à fournir un cadre de référence pour faire du soutien à la pratique libre une fonction constitutive des services de loisir. Il a été présenté dans le numéro d'Agora Forum du printemps 2016, volume 39 #1, dont le thème était « La pratique libre ».

1. La pratique libre : une réalité bien enracinée.

L'engorgement fréquent des pistes cyclables, des promenades et autres sentiers de marche, la fréquentation à la hausse des parcs, la popularité des plages de patinage libre, de baignade libre et des aires de glissade, et, plus récemment, la réponse enthousiaste des usagers à l'offre d'activités de type « drop-in » (*Viens quand tu veux*) sont autant d'indicateurs de l'activité libre comme pratique populaire dominante en loisir.

Pourtant, notre système de services en loisir est principalement configuré pour la pratique organisée : un regard sur les programmes des villes et de leurs partenaires montre que l'inscription à des activités de cours ou de sport pratiquées sur une base régulière reste au centre de l'offre de service. Or, il semble bien que plusieurs activités organisées aient atteint un certain plafond en matière d'achalandage et exigent des efforts importants pour attirer un nombre de participants minimal. Qui plus est, il n'est pas

rare que le développement d'environnements favorables à la pratique libre soit réalisé par d'autres services ou corporations que le service de loisir.

Il y a donc lieu de se demander si les services de loisir sont prêts ou même possèdent les compétences et la vision nécessaires pour faire face à la pratique libre. Cet article vise précisément à fournir un cadre de référence pour faire du soutien à la pratique libre une fonction constitutive des services de loisir.

Si la popularité de la pratique libre est objectivement observable sur le terrain, l'examen des facteurs explicatifs de sa croissance démontre qu'elle est profondément enracinée dans les caractéristiques des personnes et de la société contemporaine. Bref, cette pratique est là pour rester et croître, reflète le monde d'aujourd'hui et correspond, selon toute apparence, au loisir qu'on a toujours voulu.

a) Moins de temps.

Au premier chef, la structure et la nature du temps disponible pour le loisir réduit la capacité d'engagement des personnes sur des périodes prolongées et, surtout, programmées. Ce phénomène milite en faveur de temps de loisir plus courts et occupés plus spontanément, ce qui est le propre de la pratique libre. Le temps libre se présente dorénavant en capsules, notamment dans les familles avec enfants où les deux parents travaillent, et davantage dans les familles monoparentales.

En 2010, un peu plus de 1 travailleur canadien sur 4 décrivait son quotidien comme très stressant, selon l'*Enquête sociale générale* (ESG). Parmi les causes de stress, le manque de temps (12 %) occupait le second rang après le travail (62 %), ex æquo avec les finances (12 %)¹.

Dans les types de familles mentionnés plus haut, le temps de travail et le temps consacré aux enfants ont tendance à augmenter. De même, dans les nombreuses familles du divorce, la difficile concertation des temps

limite l'engagement dans un loisir régulier et organisé. Les données analysées par Gilles Pronovost attestent cette réalité, comme en témoigne le tableau *Budget temps hebdomadaire*².

b) Une vision nouvelle du temps.

À ces données sur la façon dont on occupe son temps s'ajoute un changement significatif dans la façon de voir et de vivre le temps lui-même. À l'ère de l'économie paysanne, la succession des saisons rythmait travail et loisir, celui-là décliné en de multiples fêtes liées aux semences, aux récoltes et au calendrier religieux, lui-même cyclique. À l'ère industrielle, le temps mécanique et linéaire a conduit à mesurer les heures de travail et de loisir comme un budget où le loisir dépendait des heures libres. À l'ère postindustrielle s'est installé le « juste à temps ».

Dès lors, on peut se demander si la valeur accordée au *moment* présent intense et bien rempli, à l'enseigne du multitâches, n'a pas pour effet de faire voir le loisir comme un « moment » (que l'on conserve sur « INSTAGRAM »). Bref, le loisir d'aujourd'hui ne serait-il pas perçu comme un moment plus ou moins long où l'on vit une expérience de loisir davantage que comme une période de temps?

Dans cette perspective, le loisir serait plus *une succession de moments*

BUDGET TEMPS HEBDOMADAIRE CHEZ LES MÈRES, QUELQUES GRANDS GROUPES D'ACTIVITÉS QUÉBEC, 1986 à 2010 Parmi la population active âgée de 18 à 64 ans*					
	1986	1992	1998	2005	2010
TRAVAIL	39,8	36,4	37,1	39,3	42,2
TRAVAUX MÉNAGERS	17,5	17,0	16,8	17,9	15,2
SOINS PERSONNELS	18,0	18,1	14,9	15,4	16,9
SOINS AUX ENFANTS	5,8	7,1	6,4	6,0	7,1
LOISIR	23,2	23,8	27,8	23,5	22,1

*15 à 64 ans en 1986
Travail: toutes activités reliées au travail, déplacement inclus
Soins personnels: hors sommeil

¹ Susan Crompton (2011), *Qu'est-ce qui stresse les stressés? Principales sources de stress des travailleurs*, Statistique Canada, p. 50, <http://www.statcan.gc.ca/pub/11-008-x/2011002/article/11562-fra.pdf>, consulté le 17 janvier 2016.

² Gilles Pronovost (2015), *Portail du temps quotidien*, UQTR, https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/pls/public/gscw030?owa_no_site=3954.

pris pour ce qu'ils sont, des instants qui échappent d'une certaine façon aux horaires imposés. Si le loisir de la période industrielle se posait comme alternative au travail jugé avilissant et, selon certains, aliénant, est-il possible que le loisir d'aujourd'hui s'oppose aux horaires stressants?

c) Le « je » et les institutions.

La réduction du recours aux institutions et la montée du « soi-même » apparaissent comme un autre facteur explicatif de l'enracinement de la pratique libre dans les comportements et les préférences. En ce sens, la pratique libre valorise l'autonomie des personnes et leur redonne le pouvoir d'initiative par rapport à leur loisir. Ainsi, en plein air, on voit des groupes nombreux organiser eux-mêmes régulièrement des fins de semaine d'activités sans recourir aux services publics ou s'incorporer comme clubs de plein air, ce qui était le cas il y a quelque temps. Plusieurs fêtes de voisinage s'organisent sans le soutien des services publics. Des études récentes montrent que le bénévolat informel ou d'initiatives (pratiqué par 79 % des Québécois) est nettement plus important, au Québec, que le bénévolat formel ou traditionnel (environ 30 %). Bref, l'autonomie des personnes et des groupes croît et explique une part de la montée de la pratique libre, notamment en plein air et en activité physique.

d) Le rôle structurant d'internet.

Enfin, considérant que l'autonomie et la capacité d'agir par soi-même sont largement soutenues par l'accès au savoir et au savoir-faire disponible sur internet, on comprend que plusieurs activités organisées pour « enseigner » sont remplacées par des e-activités. Sur internet, on s'organise, on

apprend, on prend contact à son rythme et au rythme de ses disponibilités de temps. Internet constitue une pratique libre parmi les plus populaires et remplace, à l'évidence, plusieurs activités offertes en pratique organisée. Voilà qui explique l'enracinement de la pratique libre dans la société et chez les individus d'aujourd'hui.

2. Qu'est-ce que la pratique libre ?

En général, on s'entend pour définir la pratique libre du loisir comme celle qui permet aux personnes de choisir la nature, le rythme, le contexte et le moment de leur pratique de loisir. On fait ce qu'on veut, quand on le veut et avec qui on le veut. Et, fréquemment, on choisit la manière de faire ou de vivre son loisir.

La pratique libre n'est pas sans limites : elle se déroule dans les contraintes imposées par le vivre ensemble, les règles de sécurité, les caractéristiques des lieux et la nature de l'activité. Ces éléments font partie des facteurs pris en considération pour le choix de sa pratique libre.

3. La pratique libre : porteuse de bénéfices en loisir public.

On pourrait percevoir la pratique libre comme un loisir moins sérieux que le loisir encadré, de la même manière qu'on pourrait penser que le sport récréatif ou l'art-loisir ont moins de valeur que le sport compétitif menant à l'excellence sportive ou que l'art avec un grand A menant à la création de haut niveau. Pourtant, il est de plus en plus démontré que la pratique libre est porteuse de développement de saines habitudes de vie et de qualité de vie.

Ainsi, faire une marche ou un jogging quotidien témoigne davantage d'un comportement sain acquis, en tant qu'habitude, que si l'activité physique devait toujours avoir lieu dans un contexte encadré où l'autonomie et la routine joueraient un rôle moins important. Pour développer de saines habitudes, il importe de passer de comportements enseignés à des habitudes « métabolisées » ou intégrées dans la vie des personnes.

De même, en camp de jour, le jeu libre des enfants est-il porteur d'apprentissage d'autonomie plus que l'activité très encadrée.

« Le jeu est une attitude subjective basée, entre autres, sur le plaisir, qui se traduit par une conduite choisie librement et dont on n'attend aucun rendement spécifique³. »

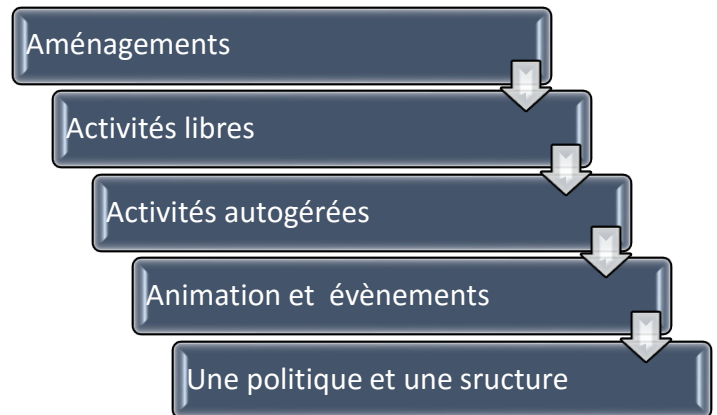
Pour l'auteur de cette citation, le jeu libre a un effet majeur sur le développement des enfants : il favorise autonomie, capacité d'adaptation, créativité, expression et socialisation, le tout dans le plaisir.

Finalement, la pratique libre n'est-elle pas plus près de la notion même du loisir défini comme libre expression de soi et de ses désirs? Quand l'AQLM déclare que la personne doit être l'acteur premier de son loisir, ne place-t-elle pas la pratique libre au centre de l'offre en loisir public?

Pourquoi le système québécois du loisir et les services municipaux de loisir en sont-ils venus à privilégier le loisir et le sport encadrés?

4. Que comprend l'offre de loisir en faveur de la pratique libre?

Un regard sur la fonction de développement et de soutien de la pratique libre indique que quatre volets dessinent la palette des services.



a) Des aménagements.

Au premier chef, l'aménagement et le design de parcs, d'espaces verts, de pistes de toutes sortes à l'extérieur et d'espaces ouverts dans les centres communautaires et sportifs favorisent la pratique libre en offrant des lieux et un mobilier pour jouer, marcher, se rencontrer et flâner au fil de ses initiatives.

Qui plus est, l'aménagement favorise chez l'individu la prise en charge de son expérience de loisir.

« De même, en plaçant des tables et un bistrot autour de la patinoire, en offrant un service de "bon" café, on facilite l'expérience de loisir des parents. Imaginez un terrain de soccer qui favorise le plaisir en famille autrement que par une estrade, un parc où l'on peut mettre les bancs en

³ Ferland, Francine (2003), *Le modèle ludique*, 3^e édition, Montréal, Les Presses de l'Université de Montréal.

cercle, des modules de jeu où parents et enfants s’amusent ensemble, un parc de “flânage” pour ados muni d’un mur pour “tags”, de chargeurs de iPod et de Wi-Fi avec kiosque de location de jeux vidéo, un parc avec des tables pour jouer aux cartes ou des allées de pétanque près d’une maison pour retraités. Imaginez des barbecues dans un parc près d’habitations à logements multiples ou sociaux. Imaginez des panneaux d’interprétation de l’histoire du quartier, un panneau programmable affichant des exercices physiques, des menus de repas équilibrés. Imaginez... imaginez...⁴ »

b) Des activités libres.

Ensuite, il faut multiplier les possibilités d’activités libres, c’est-à-dire des activités auxquelles les gens participent quand ils le veulent ou le peuvent, des activités dites « drop-in ». Si le patinage et la baignade libres sont répandus, le Zumba libre, l’atelier de céramique ou de menuiserie libre, le hockey libre le sont moins. Pourtant, à Gatineau, le Zumba libre du samedi soir attire près de 300 personnes.

Ces activités doivent apparaître dans la programmation diffusée des services de loisir et de leurs partenaires. Combien de parents hésitants à l’idée d’inscrire leurs enfants dans les ligues de hockey à cause du coût élevé en argent et en temps souhaiteraient qu’ils puissent participer à des périodes de hockey libre?

c) Des activités autogérées.

Deux options permettent aux activités structurées de s’adapter aux facteurs qui justifient la pratique libre.

Dans le premier cas, les activités organisées comportent des choix de pratique libre. On a souvent prétendu que les activités structurées et organisées classiques ont une fonction d’initiation à l’exercice libre d’activités de loisir. Cours ou ateliers de golf, de photo, de ski, de hockey, d’improvisation préparent le pratiquant à la saison à venir. En camp de jour ou en camp d’été, les 60 minutes d’activité physique veulent développer la saine habitude de pratique quotidienne, la plupart du temps en pratique libre. Comment alors faire le pont entre encadrement et autonomie? Par des exercices d’autonomie, dirait Lapalisse. Ainsi, en camp de jour, il y aura des périodes de jeu libre; en atelier de photo, il y aura des sorties terrain; en cours de golf, les participants seront invités à jouer sur le terrain et à revenir discuter de leurs performances.

Dans le second cas, on offre des cours en semi-pratique libre. Par exemple, le cours de photo ou d’espagnol se donnera trois fois semaine pour permettre aux personnes de venir quand cela leur convient le mieux, leur permettant d’autogérer leur temps.

d) Animation et événements.

Il y a quelques années, j’écrivais à propos de l’animation de la pratique libre que « *la qualité de l’expérience de loisir vécue en pratique libre exige une dynamisation, en d’autres mots une animation de l’environnement et du milieu dans lequel elle se*

⁴ Thibault, André (2013), « L’animation à l’ère de la pratique libre », *Agora Forum*, vol. 35, n° 4, p. 25.

déroule. Cette animation place moins l'animateur au centre de l'expérience de loisir, en fait moins un encadreur, mais plutôt un facilitateur qui sait faire la différence entre une activité banale ou technique et une expérience réussie. Il y a ainsi un déplacement de l'animation et une diversification des façons de faire de l'animateur⁵. »

Concrètement, les lieux de pratique libre s'animent par des initiatives qui surprennent, qui mettent au défi, bref qui animent. Généralement, on le fait par des événements définis comme « *ce qui arrive de façon ponctuelle par opposition à ce qui arrive de façon régulière et prévue*⁶ ». Dans la programmation de loisir, on peut convenir que l'événement rompt la routine, est unique tels la fête des voisins, un kiosque d'entretien et de sécurité en vélo le long d'une piste cyclable, le Tour de l'Île, un kiosque de la bibliothèque présentant des livres d'enfants dans un parc de voisinage, un artiste de rue, un tagueur professionnel dans un parc un vendredi soir, un « band » le long du terrain de soccer pour ados, un maître jardinier dans un jardin communautaire, etc.

e) Une politique et une structure.

L'offre liée à la pratique libre doit dorénavant faire partie des fonctions centrales des services de loisir et de leurs partenaires parce qu'elle correspond à la pratique majoritaire de la population d'aujourd'hui, qu'il ne s'agit pas de loisir à rabais, et qu'elle place la personne aux commandes de son loisir et respecte sa relation actuelle au temps. La pratique libre est accessible et intimement liée à la nature même du loisir.

Le développement et la mise en œuvre de l'offre en pratique libre font appel à un appariement unique de compétences dont l'acquisition et l'exercice doivent se faire dans un lieu, sous une direction unifiée.

Les fonctions de cette direction sont nombreuses : connaître les attentes de la population, planifier et aménager des lieux qui facilitent une expérience de loisir de qualité, assurer un leadership auprès des partenaires et des autres services municipaux (ex. : aménagements et travaux publics) pour qu'ils prennent ce virage de « pratique libre » et qu'on abatte les silos, mettre en œuvre des stratégies d'animation de la pratique libre et proposer des politiques qui assurent que, même en pratique organisée, on encourage l'autonomie.

Conclusion : ce changement essentiel est-il possible?

La mise en œuvre du changement qui s'impose n'est pas chose facile. Elle rencontrera des embûches de différents ordres, dont le principal viendra de la difficulté d'harmoniser les deux pratiques : libre et organisée. Qu'est-ce qui sera prioritaire le samedi? Le patinage libre ou un tournoi midget?

Politiquement, les groupes d'intérêts sectoriels liés à une activité ont un poids certain alors que la masse des citoyens est souvent peu présente ou incapable de représenter ses propres intérêts. Il faudra, rapidement, être capable de rendre compte régulièrement de l'achalandage en pratique libre auprès des décideurs et des médias.

⁵ Thibault, André (2013), « L'animation à l'ère de la pratique libre », *Agora Forum*, vol. 35, n° 4, p. 22.

⁶ Thibault, André (2015), « Faut-il reconnaître et soutenir les événements? », *Agora Forum*, vol. 38, no 4, p. 27.

Comme souvent, la principale embûche s'exprime souvent en ces termes : « Nous n'avons pas le temps! » Eh bien ! Il faudra le prendre, le temps. Le mouvement est trop

* André Thibault, Ph. D, Observatoire québécois du loisir

important et les enjeux trop vitaux pour nos services.