

État du temps consacré aux loisirs au Québec

**Temps hebdomadaire consacré à l'activité physique,
au sport et au plein air sportif en 2022-2023 au Québec**

En heures par semaine

**Moyenne pour
la population de
15 ans et plus**

2,6



Temps hebdomadaire consacré à l'activité physique, au sport et au plein air sportif

DESCRIPTION

Dans le cadre de cette analyse, l'activité physique, le sport et le plein air sportif comprennent toute activité déclarée dans cinq catégories d'activités : (1) l'exercice, incluant des activités comme le yoga ou l'aérobic, (2) les sports récréatifs organisés comme le hockey ou le soccer, (3) les activités non compétitives qualifiées de plein air « actif » ou « sportif » comme la randonnée ou le kayak, (4) les activités récréatives physiquement actives comme le tennis de table ou le frisbee, et (5) le sport de compétition. Les données proviennent de l'*Enquête sur l'emploi du temps* de Statistique Canada pour les cycles 2015 et 2022-2023.

Selon le cycle, les données dans les différentes catégories sont parfois amalgamées, et de différentes façons d'une année de référence à l'autre. Par exemple, le sport compétitif est amalgamé à la catégorie « Participation d'activité sportive, d'exercice, non spécifié », nouvelle dans l'enquête 2022-2023, pour des raisons méthodologiques. Certaines sous-catégories peuvent être comparées facilement d'une année de référence à l'autre (exercice, sports récréatifs organisés, activités non compétitives qualifiées de plein air sportif, que nous appelons ici « plein air sportif »), mais d'autres moins à cause de modifications dans les catégories sport compétitif et activités récréatives physiquement actives.

TABLEAU SOMMAIRE DES DONNÉES DE L'EET DU CYCLE 2022-2023

Tableau 1 – Temps hebdomadaire consacré à l'activité physique, au sport et au plein air sportif (cycle 2022-2023)

	Territoire	Groupe d'âge	Ensemble (heures)	Hommes+ ³ (heures)	Femmes+ (heures)	Ensemble (% du temps hebd. total)	Hommes+ (% du temps hebd. total)	Femmes+ (% du temps hebd. total)
Population générale ¹	Québec	15-24 ans ⁴	---	---	---	---	---	---
		25-44 ans	2,3	2,6	1,9	10,1 %	11,0 %	9,0 %
		45-64 ans	2,3	2,6	2,1	8,3 %	9,0 %	7,6 %
		65 ans et plus	3,6	4,4	2,8	7,2 %	8,7 %	5,8 %
		Ensemble	2,6	3,0	2,2	8,1 %	9,0 %	7,2 %
	Canada	15-24 ans	2,6	3,9	1,2	7,8 %	10,3 %	4,2 %
		25-44 ans	2,2	2,5	1,8	9,7 %	10,4 %	8,8 %
		45-64 ans	2,4	2,5	2,2	8,5 %	8,9 %	8,1 %
		65 ans et plus	2,9	3,6	2,3	6,1 %	7,4 %	5,0 %
		Ensemble	2,4	2,9	2,0	7,9 %	9,0 %	6,6 %
Population active ²	Québec	15-64 ans	2,1	2,4	1,8	9,2 %	9,8 %	8,3 %
	Canada	15-64 ans	2,1	2,4	1,9	9,1 %	9,8 %	8,3 %

¹ La population générale comprend toutes les personnes âgées de 15 ans et plus.

² La population active correspond à l'ensemble des personnes âgées de 15 à 64 ans inclusivement ayant déclaré comme occupation principale un emploi rémunéré ou un travail autonome la semaine avant de répondre à l'enquête.

³ L'*Enquête sur l'emploi du temps* du cycle 2022-2023 utilise les catégories « hommes+ » et « femmes+ » pour représenter le genre. Ces catégories incluent des personnes s'identifiant à d'autres genres, mais elles ont été assimilées aux hommes et aux femmes en fonction de leur sexe à la naissance parce qu'elles sont peu nombreuses.

⁴ Les données sur les 15-24 ans du Québec ne sont pas inscrites, car les 15-24 ans du Québec sont peu nombreux à avoir répondu à l'enquête (N = 55, hommes = 30, femmes = 25).

Interprétation des données

ÂGE

Les données révèlent que les personnes âgées de 65 ans et plus représentent le groupe d'âge qui a consacré le plus de temps hebdomadaire à l'activité physique, au sport et au plein air sportif. Si on se fie à la donnée canadienne, les jeunes, probablement en raison de l'éducation physique à l'école et des activités parascolaires, sont aussi plus actifs que la moyenne de la population.

GENRE

Le Tableau 1 révèle que l'écart entre les hommes et les femmes en ce qui a trait à l'activité physique et au sport existait toujours en 2022-2023, les femmes consacrant moins de temps hebdomadaire à cette catégorie d'activités.

POPULATION ACTIVE

Avoir un emploi rémunéré comme principale occupation diminue vraisemblablement le temps hebdomadaire consacré à l'activité physique, au sport et au plein air sportif. C'est ce que semblent indiquer les moyennes des groupes de la population active au Québec et au Canada, qui se situent sous la moyenne de la population générale pour l'année de référence.

TERRITOIRE

Les différences entre le Québec et le Canada sont négligeables, sinon pour le temps hebdomadaire consacré à cette catégorie chez les personnes de 65 ans et plus. Les personnes appartenant à ce groupe d'âge au Québec ont consacré significativement plus de temps à l'activité physique, au sport et au plein air sportif que l'ensemble du Canada.

Comparaisons 2015 avec 2022-2023

TENDANCES GÉNÉRALES

En général, on observe une légère augmentation du temps consacré à l'activité physique, au sport et au plein air sportif au Québec comme au Canada.

POPULATION ACTIVE

On note une hausse du temps consacré à l'activité physique, au sport et au plein air sportif dans la population active du Québec et du Canada, bien qu'elle soit plus modeste que dans la population générale. La hausse plus élevée dans la population générale semble être due aux retraités, lesquels ont consacré davantage de temps hebdomadaire à cette catégorie d'activités en 2022-2023 qu'en 2015.

ÂGE

En comparaison avec 2015, on note une augmentation légère du temps hebdomadaire consacré à l'activité physique, au sport et au plein air sportif dans tous les groupes d'âge.

Les personnes de 65 ans et plus au Québec semblent avoir été particulièrement sensibilisées à la question de l'activité physique au cours des dernières années. Ce groupe affiche en effet une hausse de 1,8 heure de temps hebdomadaire consacrée à cette catégorie d'activités de 2015 à 2022-2023. Ce temps pourrait augmenter en raison de la retraite d'un grand nombre de personnes encore très en forme et très enclines à rester actives physiquement pendant leur retraite.

GENRE

Comme le montre le Tableau 3, l'augmentation observée entre 2015 et 2022-2023 est légèrement plus prononcée chez les Québécoises que chez les Québécois, ce qui contribue à diminuer l'écart entre les deux genres. Dans le Canada entier, c'est la tendance contraire, ce qui a pour effet d'augmenter l'écart entre le temps hebdomadaire consacré à cette catégorie d'activités entre les hommes et les femmes, à la défaveur de ces dernières.

TERRITOIRE

Alors que le Canada dans son ensemble affichait en moyenne une plus grande quantité de temps hebdomadaire consacrée à l'activité physique, au sport et au plein air sportif en 2015, les augmentations plus prononcées du temps consacré à cette catégorie au Québec ont permis aux habitants de cette province de rattraper leur retard par rapport à leurs homologues canadiens, les dépassant même en ce qui a trait à la population générale. La grande quantité de temps qu'y consacrent les personnes de 65 ans et plus au Québec y est certainement pour quelque chose.

Tableau 2 et Graphique 1

Évolution du temps consacré à l'activité physique, au sport et au plein air sportif pour la population générale et active du Québec et du Canada de 2015 à 2022-2023

	2015	2022-2023	Différence
Population générale Québec	1,9	2,6	0,7
Population générale Canada	2,1	2,4	0,3
Population active Québec	1,8	2,1	0,3
Population active Canada	2,0	2,1	0,1



Tableau 3 et Graphique 2
Évolution du temps consacré à l'activité physique, au sport et au plein air sportif pour la population générale et active du Québec et du Canada de 2015 à 2022-2023
Comparaison hommes-femmes

	2015	2022-2023	Différence
Québec Hommes+	2,4	3,0	0,6
Canada Hommes+	2,1	2,9	0,8
Québec Femmes+	1,4	2,2	0,8
Canada Femmes+	1,7	2,0	0,3

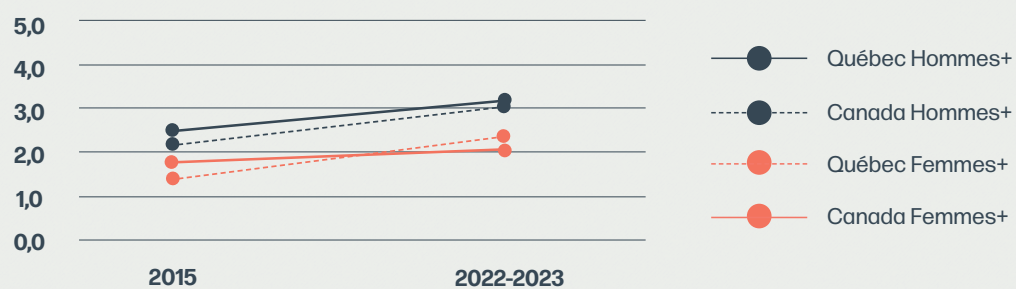
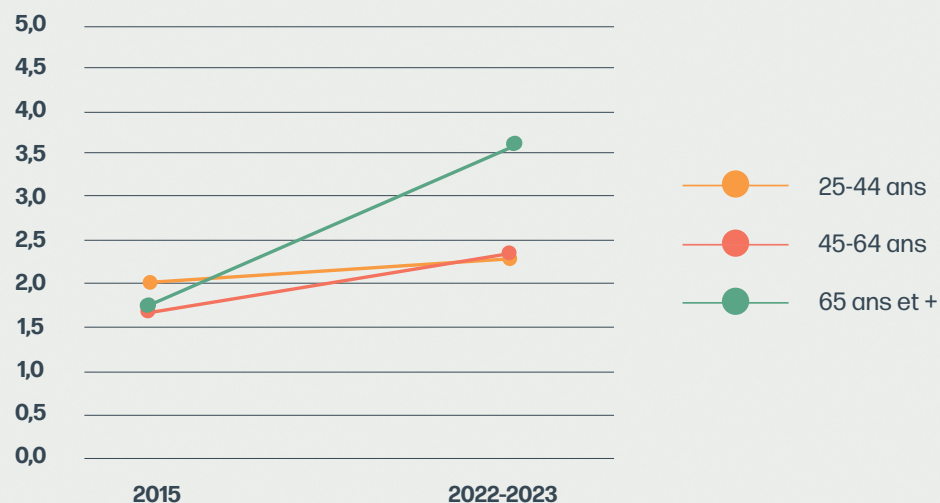


Tableau 4 et Graphique 3
Évolution du temps consacré à l'activité physique, au sport et au plein air sportif pour la population générale du Québec de 2015 à 2022-2023 en fonction de la tranche d'âge

	2015	2022-2023	Différence
25-44 ans	2,0	2,3	0,2
45-64 ans	1,7	2,3	0,7
65 ans et plus	1,7	3,6	1,8



Notes méthodologiques

Les données sont tirées de l'*Enquête sur l'emploi du temps* de Statistique Canada pour les cycles 2015 et 2022-2023. Les variables utilisées pour les calculs sont les suivantes :

- EET2015 : DUR47 à DUR50
- EET2022-2023 : DUR1001, DUR1002, DUR1004, DUR1005 et DUR1099

Cette méthode de représentation du temps consacré aux loisirs a été élaborée afin de faciliter les comparaisons entre les cycles 2015 et 2022-2023, et afin de représenter adéquatement les conceptions de ce que sont les loisirs aujourd'hui. On a tenté aussi d'éviter le plus possible d'inclure des activités qui pourraient être accomplies par obligation et non dans un cadre de loisir.

Les répondants ont été divisés en sous-groupes en produisant des variables maison à partir des variables suivantes :

- Par territoire : variable PRV
- Par groupe d'âge : variable AGEGR10
- Par genre : variable SEX (2015) ou GENDER2 (2022-2023)
- Par occupation principale : variable ACT7DAYS (2015) ou ACT7DAYC (2022-2023)

Les données ont été pondérées en utilisant la variable WGHT_PER, ce qui permettait de donner à chaque répondant un poids différent, correspondant au nombre de personnes que chacun représente dans la population canadienne.

Toutes les données représentant des durées consacrées à différentes activités ont été multipliées par sept pour obtenir une valeur hebdomadaire plutôt que quotidienne. Elles ont aussi été divisées par 60 pour pouvoir les présenter en heures plutôt qu'en minutes.