

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII ȘTIINȚIFICE
LICEUL _____

LUCRARE
PENTRU ACORDAREA ATESTATULUI

Coordonator:

Prof. _____

Candidat:

clasa a XII-a ____

2019

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII ȘTIINȚIFICE
LICEUL _____

Les Français et leurs loisirs

Coordonator:

Prof. _____

Candidat:

clasa a XII-a _____

2019

Table des matières

Argument.....	4
1. Le rapport des Français avec le temps	5
2. Le temps au quotidien et le temps libre	6
3. Le calendrier des Français	7
4. Le temps libre	8
5. Les loisirs des Français	9
5.1 Définition	9
5.2 Notions générales	9
5.3 Types de loisirs.....	9
Le sport	9
Le cyclisme	10
La randonnée pédestre	10
Le football.....	10
Le rugby	10
Les jeux de boules.....	10
Les sports d'hivers	11
La culture - les manifestations culturelles.....	11
Les festivals	11
Le cinéma.....	12
Les musées de France	12
Les jeux de société.....	12
La télé.....	13
L'ordinateur et le smartphone.....	14
La détente.....	14
Entre jardinage et bricolage.....	15
Les vacances au plus près de la nature.....	16
Conclusions.....	17
Annexe.....	20
Bibliographie / Sitographie.....	21

Argument

Tout au long du 20ème siècle et jusqu'à aujourd'hui, la part du travail dans la vie des hommes a diminué de façon spectaculaire. La mécanisation et l'informatisation de la société post-industrielle, l'avènement des congés payés, la diminution de la journée de travail, l'allongement de la durée de vie et celle de la scolarité, la baisse de l'âge du départ à la retraite en sont les principaux facteurs. Le nombre d'heures consacrées au travail au cours de toute une vie a diminué de moitié depuis le début du siècle passé.

De nos jours, la vie se passe dans une routine totale, où le stress est très dominant. Ainsi, c'est nécessaire et même indispensable de pouvoir se divertir. Un loisir consiste à exercer une activité ou même une passion, de telle sorte qu'elle permette de libérer l'esprit de toutes les occupations et de tous les soucis quotidiens. Un loisir est une occupation ou une distraction, qu'on fait pendant un temps de liberté, le temps libre. C'est une activité choisie, pour se faire plaisir, l'équivalent de la récréation à l'école, un jeu, un sport ou des rencontres avec des amis, un moment important de repos ou de détente pour le corps et l'esprit dans la semaine.

J'ai pensé à aborder ce sujet qui s'est déjà bien imposé dans notre vie, mais de la perspective française, c'est-à-dire, je vais essayer à envisager d'une manière concise les préférences des Français en termes de loisirs, où, quand, comment, avec qui et pourquoi ils ont choisi à introduire dans leur quotidien ce type de renouvellement de vie, même d'épanouissement.

Par conséquent, mon travail commence avec des informations brèves sur le rapport des Français avec le temps, ensuite il y a quelques dates sur leur temps au quotidien et leur temps libre, en y comptant le Calendrier français et finalement, je vais faire une courte liste des loisirs préférés des Français, en partant de la définition et en continuant avec leurs généralités et leurs particularités aussi.

1. Le rapport des Français avec le temps

La vie du Français d'aujourd'hui diffère en grande partie de celle du Français d'autrefois; la diminution du temps de travail, les innovations technologiques ont renouvelé les modes de communication, de consommation et les activités de loisir. L'accroissement du pouvoir d'achat des ménages a donné lieu aux changements des rapports dans les dépenses. L'emploi du temps de la vie des Français a été bouleversé provoquant une redistribution des activités et des phases de la vie. Les Français bénéficient d'une durée de vie allongée, d'un meilleur niveau d'instruction, d'un pouvoir d'achat accru, de plus de temps libre, d'une alimentation de meilleure qualité, d'un confort plus grand, d'équipements nombreux. Cependant, ce *confort matériel est accompagné d'un inconfort moral*¹ comme l'attestent les enquêtes et le recours aux médicaments antidépresseurs.

Dans beaucoup de domaines les Français semblent cultiver le paradoxe : plus le pouvoir d'achat augmente, plus les Français sont convaincus de sa diminution ; plus les libertés individuelles sont reconnues, plus elles paraissent menacées ; plus les moyens de changer le monde sont puissants, plus les habitants craignent pour leur avenir. Le « mal français » est lié aux nouveaux comportements, aux nouvelles valeurs qui mobilisent la société française. L'hédonisme qui domine est le principe du plaisir qui impose que l'on vive intensément chaque moment de la vie. Ce principe implique aussi de disposer de l'argent et d'avoir du temps.

La rapidité et l'ampleur des changements ont affecté le rapport des Français avec le futur. On vit à court terme et les décisions sont prises surtout pour résoudre les problèmes urgents. Par exemple, la circulation automobile, les pratiques industrielles et ménagères ont provoqué une dégradation continue de l'environnement, ce qui est une menace pour le cadre de vie des générations futures. Le niveau élevé d'endettement national, le système de santé déséquilibré font partie des héritages empoisonnés laissés aux générations à venir, ce qui explique la vision du futur plutôt pessimiste des jeunes.

¹ Gérard Mehmet, Pour comprendre les Français, Fancoscopie 2003

2. Le temps au quotidien et le temps libre

Le rythme de la vie quotidienne des Français est réglé par le travail, l'école, la famille, les loisirs. Ce rythme est différent à Paris où on se lève plus tôt et on se couche plus tard qu'en province ou à la campagne. De même, on prend plus de temps pour déjeuner en province et on perd moins de temps dans les transports.

Les moments d'une journée ordinaire sont :

7-8 h : réveil, petit déjeuner ;

8 - 8 h 30 : début des cours dans les écoles, les lycées ;

8 h 30 – 9 h 30 : ouverture des administrations, des magasins ;

12 h – 14 h ; pause déjeuner (cantine pour les élèves et le personnel des entreprises et de l'administration, restaurant universitaire – resto U – pour les étudiants, restauration rapide, restaurant) ;

13 h 30 /14 h – 16 h 30 : deuxième demi-journée de classe pour les élèves ;

17 h – 18 h 30 : sortie des bureaux ;

19 h : fermeture des magasins sauf les supermarchés (20/22 h) ;

20 h : dîner, journal télévisé ;

20 h 30 : début des spectacles ;

22 h 30 – 23 h : coucher.

3. Le calendrier des Français

Le calendrier des Français est marqué par deux dates importantes : le premier janvier et le début du septembre. En janvier ils échangent des vœux par lettre, par téléphone ou par courriel (message/courrier électronique). En septembre c'est la rentrée. Rentrée des écoles, mais on parle aussi de la rentrée parlementaire, la rentrée des spectacles. Les vacances scolaires de la Toussaint (premier novembre), du Noël, du Mardi Gras (en février), des Pâques fragmentent aussi l'année. Comme les vacances scolaires commencent en juillet et que la plupart des entreprises ferment en août, on assiste durant ces deux mois à des migrations massives. Les départs en vacances culminent le premier août quand les autoroutes françaises connaissent des embouteillages énormes.

Les fêtes et les jours fériés sont des repères forts de la religion et de la France républicaine. Noël et Toussaint sont des fêtes catholiques qui réunissent la famille : autour du sapin à Noël, pour fleurir les tombes à la Toussaint (le premier novembre est la fête de tous les saints ; le 2 novembre, c'est le jour de souvenir des morts). Pâques et Pentecôte ont le goût des vacances, ces fêtes ont lieu au printemps. Aujourd'hui, de nouvelles dates de fêtes religieuses sont aussi respectées: Le Ramadan des musulmans, le Nouvel An chinois.

4. Le temps libre

L'accroissement régulier du temps libre est la première conséquence de la réduction du temps de travail. La durée de travail est aujourd'hui de 5,5 ans sur une espérance de vie de 75 ans, ce qui représente 7% sur le capital-temps d'une vie. Le temps libre occupe, selon les statistiques, 21% du temps de vie, donc presque un quart du temps disponible. Une enquête de l'INSEE indiquait un temps de loisir moyen de 3 h 35 par jour. Les Français le consacrent à la télévision, à la lecture, à la promenade, au bricolage, au jardinage, aux jeux et aux sports. Avec la réduction du temps de travail à 35 heures hebdomadaires il faut ajouter 48 minutes de plus par jour au temps des loisirs. À ces chiffres s'ajoutent les 4 semaines de congés payés par année auxquelles ont droit les salariés en France.

Ces activités qui occupent le loisir des Français, le temps qu'ils consacrent à la télévision et à la radio d'environ 6 h par jour est du même ordre que celui mesuré dans d'autres pays. La prolifération des équipements de loisirs électroniques : télévision, chaînes hi-fi, ordinateur, caméra vidéo, ont fait du foyer un centre de loisirs individuels. Malgré l'accroissement de ces pratiques domestiques, les Français sortent de plus en plus. 39% sortaient déjà le soir au moins une fois par semaine en 1997. On assiste en même temps à une diversification des activités : restaurants thématiques, spectacles de tout genre, parc d'attraction, etc. Les Français sont, avec les habitants des pays latins, les plus faibles lecteurs de la presse quotidienne nationale, mais la particularité française réside dans le taux de lecture des magazines, sans doute le plus élevé des pays industrialisés : 95,5% sont lecteurs réguliers et ils lisent en moyenne 6,3 magazines. En Europe, la France occupe la première place en ce qui concerne la fréquentation moyenne des cinémas, avec 3,4 séances par habitant en 2003.

On constate un intérêt croissant pour d'autres activités culturelles. Les visites des musées sont nombreuses, compte tenu du patrimoine national, même si elles tendent à se concentrer sur les grandes expositions. Surtout, on observe un fort engouement des Français pour les pratiques culturelles (musique, danse, théâtre, écriture, arts plastiques). Le nombre des associations de récréation en France est assez important : deux Français sur cinq font ou ont fait partie d'une telle association, soit-elle de peinture, de musique, de décoration intérieure ou tout autre domaine.

5. Les loisirs des Français

5.1 Définition

Le loisir est le temps libre d'une personne. Il s'agit des moments où on ne travaille pas à l'exception que ce soit par plaisir et pour passer le temps (et non pas par obligation).

On peut définir le loisir comme le temps dont on dispose pour pouvoir faire ce que l'on veut et ce qu'il nous plaît. Le loisir exclue non seulement les obligations de travail, mais aussi le temps investi pour satisfaire les besoins basiques tels que se nourrir et dormir.

5.2 Notions générales

Les textes fondateurs de la civilisation judéo-chrétienne décrivent un état originel de l'humanité de type idyllique (Âge d'or), où les degrés de liberté et de loisir semblent majoritaires. Puis, l'Homme est chassé de ce paradis à la suite de la consommation du fruit de l'Arbre de la connaissance. Cet « usage de la connaissance » semble correspondre à ce qui s'est produit au moment de la révolution néolithique lorsque, sous la pression démographique, la conception hédoniste du chasseur-cueilleur (représentée par Abel) est supplantée par un nouvel ordre (représenté par Caïn) marqué par la raréfaction des biens et la nécessité du travail. C'est l'injonction fameuse de la Bible (au chapitre de la Genèse) : « *Désormais tu travailleras à la sueur de ton front* ». L'ère du loisir et la société de l'abondance et de la gratuité sont rattrapées par une nouvelle formulation du principe de réalité.

5.3 Types de loisirs

Les sports

La pratique sportive des Français n'a cessé de progresser depuis le début des années 60. 50 ans plus tard le sport de masse est une réalité: près de 30 millions de Français - soit plus d'un sur deux - pratiquent une activité sportive régulièrement (au moins une fois par semaine).

Le sport est définitivement installé dans l'environnement social, médiatique et économique des Français, à l'image des medias qui consacrent quotidiennement une page, une image ou un son à l'actualité sportive. 63% des Français se déclarent intéressés par le sport que ce soit en tant que pratique pure, information ou spectacle. Et cet intérêt ne cesse de croître de génération en génération : il atteint 81% chez les 18-24 ans !

L'accroissement de la pratique du sport est une conséquence de l'attention que l'homme d'aujourd'hui porte à son corps et à son équilibre. Le sport est considéré par les Français comme un loisir plutôt qu'un moyen de compétition, la détente est plus importante que la performance.

Le cyclisme

Le cyclisme est le sport le plus pratiqué juste devant la randonnée pédestre. L'équipement est considérable : 68% des Français possèdent un vélo, la moyenne est de deux par foyer. L'usage est avant tout orienté vers les loisirs : balade et sport. Le tour de France cycliste est un événement sportif international très populaire. Il se déroule chaque année au mois de juillet et les cyclistes effectuent un circuit d'environ 3000 km. Certains spectateurs n'hésitent pas d'attendre plusieurs jours au bord des routes pour voir passer très vite leur équipe favorite et le premier du classement général.

La randonnée pédestre

La marche est une activité qui rencontre un grand succès depuis quelques années ; sans doute à cause d'un intérêt croissant pour la nature (flore, faune, paysages) et du développement d'un tourisme vert. C'est un sport qui se pratique individuellement, en famille ou en groupe et qui séduit les seniors. Les marcheurs selon les lieux et leurs moyens font étape dans des refuges, des gîtes ou des chambres d'hôtes.

Le football

Le foot est à la fois un sport et un spectacle. 200 000 supporters (90% sont des hommes) se déplacent chaque semaine pour assister aux rencontres du championnat de France. Les grandes compétitions, relayées par les medias, sont des temps forts de la vie collective. C'est la fédération de football qui compte le plus grand nombre de licenciés (plus de 2 millions).

Le rugby

Alors que le football est présent sur l'ensemble du territoire français, le rugby est essentiellement pratiqué au sud d'une ligne : La Rochelle – Bourg – en – Bresse, avec une plus forte concentration dans le Sud – Ouest. L'audience de rugby à la télévision est comparable à celle de football, ce qui est remarquable dans la mesure où le rugby compte huit fois moins de licenciés que le football.

Les jeux de boules

Le jeu de boules est un sport très populaire et très ancien. Il y a différentes sortes de jeux, la Lyonnaise et la pétanque sont les plus répandus et sont tous deux considérées comme des

sports. La pétanque occupe la sixième place en France par le nombre de ses licenciés. Jouer aux boules est à la portée de tout le monde et les parties de pétanque animent les places des villages les soirs d'été.

Les sports d'hivers

Les sports d'hiver concernent les catégories sociales les plus aisées, seulement 8% des Français peuvent les pratiquer et essentiellement les moins de 45 ans. Le ski alpin et le surf arrivent en tête des activités. Si le ski fond est en baisse, la pratique de la raquette, peu coûteuse et ne nécessitant pas une condition physique exceptionnelle séduit de plus en plus les vacanciers. Les stations des Alpes sont les plus recherchées pour l'étendue de domaines skiables et pour l'altitude, mais certains délaissent les « usines à neige » au profit des stations plus modestes à l'ambiance plus familiale. On skie dans les Pyrénées, le Jura, les Vosges et même en Corse.

La culture - Les manifestations culturelles

Les journées du patrimoine, la semaine de la science. Lire en fête ou au printemps des poètes remportent chaque année un vif succès. Ces grands rendez-vous témoignent de l'intérêt du public pour les événements culturels. Les journées du patrimoine ont été créées en 1984 par le Ministère de la Culture. Elles ont lieu tous les ans, le troisième week-end de septembre. À cette occasion, on peut visiter gratuitement des lieux très divers souvent fermés au public : chefs-d'œuvre de l'architecture civile ou religieuse, parcs, jardins, sites archéologiques, ouvrages fluviaux ou militaires, etc. Ces journées enregistrent chaque année plus de 12 millions de visiteurs.

Les festivals

Le terme apparaît dans le Nord de la France en 1829 et il est lié au mouvement orphéonique, fête musicale populaire à vocation charitable et politique qui progressivement s'annualise et se laïcise. Mot emprunté à l'anglais qui est lui-même emprunté à l'ancien français festival « de fête; joyeux; solennel », mot latin *festivus*. En France, les festivals participent de la nouvelle ère culturelle qui s'est ouverte après la guerre. Celui d'Avignon s'est créé dès 1947 ; le Nice Jazz Festival, dans les arènes de Cimiez, l'année suivante. Théâtre romain de Vienne ou pinède en bord de plage à Juan-les-Pins, la recette du lieu à dimension touristique devient la valeur ajoutée. Le territoire français comprend aujourd'hui plus de 2 400 festivals de spectacle vivant et plus de 1 600 festivals de musiques actuelles.

Le Festival d'Avignon est la plus importante manifestation de théâtre et de spectacle vivant du monde, par le nombre de créations et de spectateurs réunis. Fondé en septembre 1947 par Jean Vilar à l'aide précieuse de Jean Rouvert, sur la suggestion du marchand de tableaux Christian Zervons, ce festival des arts du spectacle est considéré comme le plus ancien et le plus célèbre de France. À l'origine simple *Semaine d'art dramatique* offrant alors trois créations dans trois lieux scéniques différents, cet événement devient en juillet 1948 *le Festival d'Avignon*. La Cour d'honneur du palais des papes est le berceau du Festival qui investit plus de 30 lieux de la ville classée au patrimoine mondial de l'Unesco, et sa région, dans des ouvrages d'art mais aussi des gymnases, cloîtres, chapelles, jardins, carrières, églises.

Le cinéma

La France, qui a inventé le cinématographe en 1895, reste très dynamique dans ce secteur et la production cinématographique française est la première en Europe. C'est certainement dû au talent des réalisateurs mais également au système de financement et d'aide au cinéma. En effet, le CNC (Centre National de la Cinématographie) prélève un petit pourcentage sur chaque billet vendu et peut, grâce à cet argent, apporter des aides à l'écriture, la création, la diffusion d'œuvres d'expression française.

Les musées de France

En France il y a 299 musées dont 34 musées nationaux repartis sur tout le territoire qui exposent les richesses culturelles et artistiques. Les musées très importants de France sont : Le Louvre, Versailles et Orsay qui sont des musées parisiens très visités.

Les jeux de société

Des jeux de société aux jeux d'argent, en passant par les jeux vidéo et les jeux télévisés, les Français rêvent leur vie. Les jeux de société permettent de partager des moments de convivialité en famille ou entre les amis. Les jeunes se créent des univers à travers les jeux vidéo. Beaucoup de personnes espèrent changer de vie en jouant au Loto, au PMU (pari sur les courses et chevaux), aux jeux instantanés dit de grattage ou en participant aux émissions de jeux télévisés comme « Qui veut gagner des millions ? »

Exemples des jeux de société :

- ✓ Jeu de cartes ou de dominos
- ✓ Jeux de stratégie
- ✓ Jeux de lettres

- ✓ Jeux de hasard
- ✓ Jeux familiaux
- ✓ Jeux coopératifs

Un jeu français très connu est « Mikado ». Le Mikado est un jeu d'adresse, praticable de 2 à 6 joueurs. Il se compose d'un ensemble de baguettes, longues d'environ 20 cm et effilées aux extrémités, que l'on laisse tomber de façon qu'elles s'enchevêtrent, avant de les retirer, une à une, sans faire bouger les autres. Semblerait qu'une description du jeu de Mikado apparaisse dans des écrits bouddhistes du ^v^e siècle av. J.-C. Il s'agit certainement d'un jeu ancestral, dont la simplicité a permis une expansion dans plusieurs civilisations, avec de multiples déclinaisons.

En 1936, il aurait été introduit aux États-Unis à partir de la Hongrie et a été souvent appelé *pick-up sticks*. Le terme de Mikado n'est pas spécifique aux différentes variations existantes du jeu. Mikado était au départ une marque d'un fabricant de jeux. Dans le jeu, le Mikado est le bâton au score le plus élevé en référence à l'empereur du Japon ou Tennō. Ce bâton est souvent orné d'une spirale bleue ou noire. Le jeu bouddhique Chien Tung contient également un bâton appelé *empereur*. Au XVII^e siècle le pavillon de l'empereur de Chine représentait également une spirale. Les jeux actuels sont le plus souvent fabriqués en bois ou en plastique. Outre l'ivoire, il en a également existé en argent. L'Académie tahitienne définit le mot « *pana* » comme un jeu similaire « dans lequel on s'efforce de déplacer de petits bâtonnets les uns après les autres »

La télé

Les Français sont toujours accros au petit écran. Entre 1986 et 2010, le temps passé devant la télévision a augmenté de 23%. C'est ce que révèle une enquête de l'Insee rendue publique. «Au milieu des années 1980, regarder la télévision se pratiquait souvent à plusieurs: les personnes de 15 ans ou plus ne consacraient qu'un quart de leur temps devant la télévision à la regarder seules. En 1998, cette part passe à un tiers et elle est désormais de 40 %», peut-on lire. Cette tendance s'explique par le nombre croissant de personnes vivant seules.

Mais pas seulement. Dans les ménages de plusieurs personnes, le visionnage en solitaire est aussi en nette augmentation, indique l'enquête. Chez les couples avec enfant, 17% du temps consacré à la télévision se déroulait en solitaire en 1986, 23% en 1998 et 29% en 2010. Ce changement de pratiques s'accompagne d'une hausse importante du nombre de téléviseurs par ménage, «sans doute favorisée par la baisse du prix des appareils et par l'essor des postes à écran

plat (LCD et plasma)». Ainsi, sur les 97% des ménages équipés de télévision en 2010, la moitié possède au moins deux postes dans leur résidence principale et 15% en auraient même trois. Toutefois, comme beaucoup d'autres activités de la vie quotidienne (par exemple les trajets ou les repas), les moments de télévision sont davantage appréciés lorsqu'ils sont partagés que lorsqu'ils sont vécus en solitaire.

L'ordinateur et le smartphone

Le numérique s'inscrit toujours plus au cœur des loisirs des Français: l'ordinateur et l'Internet restent leurs passe-temps préférés. Les loisirs numériques sont toujours privilégiés.

La présence des écrans reste toujours très importante dans le temps libre des Français. 68 % d'entre eux déclarent que surfer sur Internet ou qu'utiliser leur ordinateur est un de leurs passe-temps préférés.

Le smartphone est de loin le compagnon principal de loisirs des moins de 35 ans concernant 35% d'entre eux. Avec 67%, les supports digitaux dans leur ensemble sont le loisir quotidien de cette tranche d'âge. Les 18-24 ans sont 7 sur 10 à privilégier ces outils. Les 35-49 ans préfèrent l'ordinateur (23%) puis la télévision (19%). Les 50 ans et plus sont sans surprise attachés à la télévision (30%).

La détente

Quelles activités pour se détendre après le travail ?

Pratiquer un loisir après le travail permet de se ressourcer et de relâcher la pression de la journée. On se donne ainsi les moyens d'évacuer le stress et de vider son esprit. Cela permet une meilleure gestion des émotions pour faire face aux situations du quotidien. Il existe différents types de loisirs. Sans parler du sport, voilà pour trois activités après le travail pour se détendre.

Le Yoga

Pour apaiser le corps, l'âme et l'esprit, le yoga est à privilégier. En groupe ou en individuel, la pratique du yoga permet une harmonie de l'être tout entier. Le yoga est une discipline ancestrale, adoptée initialement par les moines bouddhistes à la recherche de la sérénité.

La pratique consiste à se relaxer complètement en se basant sur la maîtrise de sa respiration, pour relâchement des nerfs. Les différents mouvements, par étirement ou par torsion des parties du corps permettent d'apporter de la souplesse au corps et une meilleure circulation

du sang. C'est également une prévention contre certaines maladies comme l'hypertension, les problèmes digestifs et musculaires, etc.

Tout le monde peut pratiquer le yoga, à des niveaux et rythmes différents évidemment. On peut solliciter l'aide d'un professeur agréé pour apprendre les mouvements et la pratique.

Le dessin ou coloriage pour adulte

Le coloriage pour décompresser, y a-t-on pensé ? Voilà un hobby à la fois créatif et récréatif très en vogue. Il nous permet de nous exprimer pleinement en mettant des formes et des couleurs sur nos émotions. C'est une manière de sortir du quotidien et de laisser libre court à notre imagination, en prenant du temps pour nous. La quête n'étant pas de créer une œuvre parfaite, mais de s'exprimer simplement.

Les cahiers de coloriage pour adulte (les mandalas) sont très appréciés également. Des formes ludiques de tous types (animaux, fleurs, paysages, formes géométriques ou abstraites), toutes d'inspiration zen, nous plongent dans un moment de détente et de créativité.

La musique

Ne dit-on pas que la musique adoucit les mœurs ? Apprendre à jouer d'un instrument ou faire jouer ses cordes vocales, voilà des moyens efficaces pour évacuer le stress d'une journée de travail. La musique a cette capacité de détendre et de calmer la personne qui en joue ou qui l'écoute. C'est donc un plaisir non seulement pour les oreilles, mais également pour les nerfs. La musique, comme tout art, permet de s'exprimer et de libérer les émotions et frustrations.

Les bienfaits de la musique sont reconnus et utilisés pour calmer les jeunes enfants ou encore comme moyen thérapeutique.

Entre jardinage et bricolage

Plutôt une âme de bricoleur ou de jardinier ? A en croire une étude du site Internet www.monechelle.fr, spécialisé en produits de bricolage et de jardinage, les Français se déclarent à 80% à préférer le bricolage au jardinage, laissant ce dernier dans la catégorie des loisirs.

Est-ce les coups de marteaux ou de pioches qui résonnent le plus dans les foyers ? Le site [monechelle.fr](http://www.monechelle.fr), qui vend en ligne des produits de bricolage ou de jardinage, a réalisé une infographie complète sur les pratiques des Français sur le jardinage et le bricolage.

D'après l'étude, la pratique du bricolage arrive en tête chez plus de 80% des Français, qui sont 62% à le considérer comme un loisir et près de 2/3 d'entre eux se déclarent autodidactes. "Cette étude a démontré qu'il existe une séparation très marquée à la fois dans les usages mais

également au niveau du budget consacré au bricolage ou au jardinage", indique Christian Raison, l'un des fondateurs de www.monechelle.fr, contacté par *Maison à part*.

Le budget "bricolage" des ménages trois fois supérieur

En effet, le budget "bricolage" des ménages est estimé à 940 euros par an, tandis qu'il atteint seulement 290 euros pour le jardinage. Ce dernier n'est pas pour autant boudé par les Français qui sont tout de même 70 % à en posséder un jardin. Mais ils sont 80% à le considérer comme un lieu de loisir plutôt qu'un lieu de jardinage (68%). *"Notre infographie révèle qu'ils adorent beaucoup plus bricoler et préfèrent se détendre au jardin plutôt que de jardiner. Et puis le bricolage arrive en tête car tout le monde ne possède pas un espace de jardinage"*, ajoute Christian Raison.

De plus, le bricolage comprend surtout des petites réparations plus fréquentes à réaliser comme le remplacement d'une prise électrique ou d'une poignée de porte. Le jardinage connaît, quant à lui, une baisse d'activité lors de la période hivernale.

Les vacances au plus près de la nature

On s'y retire souvent pour se retrouver soi-même ou bien simplement pour se sentir mieux. On s'échappe de notre prison quotidienne, de la pollution, du vacarme incessant de la ville et on se laisse happer par cette douce sensation de bien-être qu'aucun SPA au monde ne pourra jamais prodiguer. On écoute le chant des oiseaux, on se laisse émerveiller par la voie lactée par une chaude nuit d'été, on prend un peu de hauteur et on admire les sommets enneigés des montagnes vieilles de plusieurs milliers d'années. Et sans qu'on ne sache vraiment comment, la magie opère et on se détend. Quoi de plus fabuleux que des vacances au grand air pour vraiment profiter en toute quiétude et faire à nouveau le plein d'énergie. Et ce n'est pas les **idées vacances** qui manquent pour profiter de notre beau patrimoine.

- Des activités nature par centaines!
- Beautés brutes: à ne surtout pas manquer!
- Les plus beaux villages de France !

Conclusions

Alors, quelles sont les situations dans lesquelles les Français ont le sentiment de perdre du temps ? Que feraient-ils s'ils avaient plus de temps dans une journée ou dans une semaine ?

Que font les Français lorsqu'ils ont du temps libre ? Que font-ils de leurs loisirs, après le travail, pendant les week-ends et les jours fériés, pendant leurs vacances ? Les réponses varient bien sûr selon les régions, la classe d'âge, le sexe, la situation familiale, les revenus, l'éducation, le temps disponible ou tout simplement, le goût de chacun.

La France a la réputation d'être un paradis pour les travailleurs qui, apparemment, y travaillent moins que dans d'autres pays. Les Français ont aussi la réputation de ne pas aimer le travail, de ne penser qu'aux vacances etc. Ces jugements sont sévères et probablement injustes, il est préférable de dire que la plupart des Français sont fortement attachés à leur vie en dehors du quotidien professionnel et qu'en France la législation du temps de travail est très règlementée : 35 heures de travail par semaine, 5 semaines de congés payés par an, 11 jours fériés, congés de maternité pour les femmes (16 semaines, dont 6 avant l'accouchement), congés de paternité pour les hommes (2 semaines).

Mais l'industrie des loisirs est un secteur en fort développement, les offres sont de plus en plus variées et compétitives. Globalement, les Français consacrent 5 à 10% de leurs revenus pour les loisirs, les produits culturels, les jeux, ce qui représente une dépense importante.

C'est la télévision et la radio qui constituent le loisir principal en France. Les Français regardent la télévision 3 heures par jour en moyenne et écoutent la radio 2 heures, principalement le matin.

Les Français font beaucoup de sport: 80% déclarent pratiquer un sport régulièrement. Tous les types de sport sont cités : le football, le rugby, le tennis, le basket ball, la natation, le ski, la course à pied et le jogging, la bicyclette, la gymnastique, les arts martiaux ou tout simplement la marche à pied sont les plus communs. Les Français pratiquent aussi des sports plus rares: la planche à voile, l'escalade, la voile, la plongée sous-marine, le parapente, l'équitation, le golf, le canoë-kayak, le vélo tout terrain (VTT).

On pratique ces sports, surtout ceux qui se jouent collectivement, dans des clubs qui appartiennent à des fédérations. Il y a environ 10 millions de licenciés en France. Le football est

le sport le plus pratiqué, avec 2 millions d'inscrits, loin devant le tennis (1 million) ou le judo (500 000).

Les Français passent naturellement beaucoup de temps à regarder des émissions sportives à la télévision: du football et du rugby notamment, car les équipes nationales sont de haut niveau. Mais aussi du tennis au mois de juin (Roland Garros) et le Tour de France au mois de juillet, grand événement cycliste de l'année. Le spectacle sportif télévisuel culmine au moment de la Coupe d'Europe et de la Coupe du Monde de football, ainsi que pour les Jeux Olympiques.

A la question : “Qu’est-ce qu’on fait ce soir ?” la réponse est souvent : “On va voir un film ?” Le cinéma est la distraction favorite des Français, 50% y vont régulièrement. C'est une bonne chose pour une industrie en crise continue depuis les années soixante-dix, en raison de la concurrence avec les autres médias émergents, dont la télévision. C'est en France que le cinématographe a été inventé, en 1895; aujourd'hui, ce pays occupe la deuxième place mondiale, après les Etats-Unis, pour la production de films.

Lorsqu'ils sortent, les Français vont également au concert (10%), au théâtre (20%), au ballet et à l'opéra (10%), visitent des musées, des expositions, des sites historiques (60%). Il y a 1200 musées en France, qui attirent des dizaines de millions de visiteurs par an, mais pas seulement de Français.

Les sites récréatifs attirent beaucoup de Français pendant les week-ends: depuis l'ouverture de Disneyland Paris dans les années quatre-vingts, d'autres parcs d'attraction ont ouvert, comme celui d'Astérix et d'Obélix en 1990, à 30 km de Paris. Mais il n'y a pas que les parcs pour s'amuser, il y a aussi ceux où on peut apprendre des choses nouvelles dans le domaine des sciences et des technologies: le Parc de la Villette à Paris, et le Futuroscope, près de Poitiers. Il y a aussi les zoos, où l'on peut observer en famille des animaux que l'on n'a pas l'habitude de voir en France: les girafes, les éléphants, les lions, les singes... Le Parc de Thoiry, à 30 km de Paris, offre à voir des animaux en quasi-liberté : pour leur rendre visite, on suit un itinéraire en voiture, comme au safari.

Pour les vacances d'été ou d'hiver, pour les longs week-ends, les Français prennent leurs voitures, se précipitent à la gare ou dans les aéroports pour quitter les villes, Paris en particulier. Pour ceux qui n'aiment pas les foules, il reste la campagne, abondante partout en France. On peut y faire des randonnées, pêcher dans les rivières, se baigner dans les lacs, découvrir l'histoire

d'une région, faire du camping en forêt et du cyclotourisme. C'est le "tourisme vert", une tendance récente dans les habitudes des Français.

Les loisirs, ce n'est pas seulement consommer, ou participer à des activités collectives. Comme tout le monde, les Français sont des amateurs de création artistique : 32% font de la musique, jouent d'un instrument, principalement de la guitare, du violon et du piano; 18% font de la peinture ou du dessin; 14% font ou ont déjà fait du théâtre amateur; 8% font de la danse, les femmes en particulier. Par ailleurs, ils invitent assez rarement leurs amis ou la famille au restaurant, mais plutôt chez eux, pour de longs repas où ils savourent dans une ambiance plus intime une cuisine domestique, des plats originaux.

Mais l'activité favorite des Français est le bricolage, faire des choses soi-même, construire des meubles, améliorer la décoration de la maison, faire des petites - ou des grandes - réparations. 80% des hommes et 50% des femmes bricolent en France. Les bricoleurs ont leurs magazines spécialisés, des magasins conçus pour eux, des émissions de radio et de télévision où ils peuvent trouver les idées et l'outillage nécessaire pour leurs projets. Et s'ils possèdent un jardin (un ménage français sur deux a un jardin de 650m² en moyenne), les Français passeront beaucoup de temps à faire du jardinage : tondre le gazon, planter des fleurs, couper des branches et même cultiver des légumes dans un petit potager.

Alors, quand on parle de loisir, cela signifie tout simplement la liberté, on peut dire que c'est un moment propre pendant lequel on peut faire ce que l'on souhaite. L'objectif ou le but des loisirs est de nous déstresser et de nous amuser.

Les loisirs nous coupent du quotidien, de la vie du travail ou de l'étude. Ils offrent du repos et de la détente dans notre esprit comme dans notre corps. Il s'agit d'une partie essentielle dans notre vie.

Bibliographie / Sitographie

Gérard Mehmet, Pour comprendre les Français, Fancoscopie 2003

<https://www.20minutes.fr/television/1116857-20130312-20130312-regarder-tele-loisir-francais-pratiquent-plus-plus-solo>

<http://www.dixvinsblog.com/2017/03/ma-petite-philos-la-place-des-loisirs-dans-notre-societe-post-industrielle-bon.html>

<https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/loisirs/47709>

<https://www.laurette-theatre.fr/fr/pag-515846-festival-avignon.html>

<https://www.futura-sciences.com/sante/actualites/medecine-jardinage-bricolage-etc-hobbys-associes-vie-plus-longue-49929/>

<https://french.hku.hk/dcmScreen/lang2043/tempslibre.htm>

https://www.google.com/search?rlz=1C1GCEA_enRO810RO810&biw=1536&bih=722&tbm=isch&sa=1&ei=wSvPXJzFLpKlJLsPn5yXuA0&q=loisirs&oq=loisirs&gs_l=img.3..0j0i3019.44585.44585..46057...0.0..0.111.111.0j1.....1....1..gws-wiz-img.viGleO_9vFw#imgrc=0nRF-kTWW3yJJM:

<https://www.maisonapart.com/edito/decorer-s-inspirer-s-equiper/bricolage-loisirs-creatifs/le-bricolage-une-pratique-francaise-preferee-au-ja-9095.php>

www.monechelle.fr

<https://www.odalys-vacances.com/guide/0403.php>

<https://fr.wikidia.org/wiki/Loisir>

<https://fr.wikipedia.org/wiki/Festival>