

Données  
sociodémographiques **en bref**

Juin 2018 | Volume 22, numéro 3

**Les journées des Québécoises et Québécois en manque de temps**par Marie-Andrée Gravel<sup>1</sup>

Les multiples rôles exercés tout au long du parcours de vie influencent sans contredit la façon dont les gens répartissent leur temps sur une base quotidienne. À certaines étapes et pour certaines populations, la difficulté d'accomplir adéquatement différents rôles concurrents, notamment ceux de travailleur et de parent, peut entraîner une importante sensation de manque de temps (Gravel, 2018 ; Zukewich, 2003 ; Beaujot, 2000 ; Zuzanek et Manhell, 1998). Bien qu'elle soit de nature subjective, la perception plus ou moins importante de manque de temps se rapporte à quelque chose de très concret : la gestion du temps.

Faisant suite à un article récemment diffusé par l'Institut de la statistique du Québec qui dresse le portrait des individus fortement contraints par le temps (Gravel, 2018), la présente analyse s'intéresse pour sa part à leur emploi du temps quotidien. D'une part, elle examine d'une part le temps consacré aux diverses activités par les individus ayant une sensation importante de manque de temps et par ceux n'ayant aucune perception de ce manque, en établissant une comparaison entre ces deux populations. D'autre part, elle étudie les différences, dans chacun de ces deux groupes, entre la répartition du temps les jours de la semaine et la fin de semaine. Un bref portrait des deux populations à l'étude est dressé à partir de leurs principales caractéristiques distinctives. L'ensemble des résultats présentés dans cet article sont tirés des données de l'*Enquête sociale générale* (ESG) de 2015.

**BREF PORTRAIT DES POPULATIONS À L'ÉTUDE**

La section qui suit fait état du poids démographique, ainsi que des principales caractéristiques distinctives des deux populations à l'étude, soit la population ressentant une forte pression liée au manque de temps et celle ne ressentant aucune pression liée au manque de temps.

La population ressentant une forte pression liée au manque de temps représente environ 14 % de l'ensemble de la population québécoise âgée de 15 ans et plus (données non illustrées). En comparaison avec cette dernière, ce groupe se compose dans une plus large mesure de femmes, de personnes âgées de 25 à 54 ans,

de parents – plus particulièrement de parents de jeunes enfants –, de personnes en emploi, de travailleurs à temps plein, ainsi que de travailleurs ne bénéficiant pas d'un horaire flexible (données non illustrées) (Gravel, 2018). Par souci de simplification, pour désigner cette population dans l'analyse, nous utilisons les expressions « population sous pression en raison d'un manque de temps » ou « population pressée par le temps ».

L'autre groupe, soit la population ne ressentant aucune pression liée au manque de temps, correspond à un peu moins de 15 % de l'ensemble de la population québécoise âgée de 15 ans et plus, soit une proportion similaire à celle du premier groupe. Par rapport à l'ensemble de la population de 15 ans

et plus, les individus qui composent ce groupe sont dans une plus grande proportion âgés de 55 ans et plus, vivent seuls ou sont en couple sans enfants et n'ont pas travaillé au cours de la dernière année (données non illustrées). Les expressions « population n'étant pas sous pression en raison d'un manque de temps » et « population n'étant pas pressée par le temps » sont utilisées dans l'analyse pour désigner ce groupe.

Rappelons que malgré la simplification des libellés utilisés pour désigner les populations étudiées, la mesure du phénomène, c'est-à-dire de la pression liée à un manque de temps, relève de perceptions et non d'une mesure objective.

1. L'auteure tient à remercier ses collègues Brigitte Poussart et Stéphane Crespo pour leurs commentaires sur la version préliminaire du texte.

## NOTE MÉTHODOLOGIQUE

### Source de données

Les résultats présentés dans cette analyse sont tirés des données de l'ESG de 2015 de Statistique Canada, qui porte sur l'emploi du temps de la population. À partir de la méthode du « budget-temps », l'ESG permet de recueillir de l'information sur la façon dont les Canadiens utilisent leur temps, ainsi que sur le niveau de pression engendré par le manque de temps. La population cible se compose de l'ensemble de la population canadienne âgée de 15 ans et plus, à l'exception des habitants des territoires et des personnes résidant à temps plein dans des établissements institutionnels. En 2015, l'échantillon compte 17 390 répondants pour l'ensemble du Canada, dont 3 472 pour le Québec.

Il importe de mentionner qu'à l'échelle du Québec, l'utilisation des données de l'ESG pose des défis au regard de la qualité des estimations obtenues. En effet, l'enquête étant d'abord et avant tout prévue pour évaluer l'emploi du temps de la population canadienne, le potentiel d'analyse à l'échelle du Québec est plus limité. Ainsi, certains constats n'ont pu être posés en raison d'un manque de puissance statistique.

### Traitements statistiques

Les estimations ont été calculées à partir du fichier de microdonnées à grande diffusion de l'enquête, à l'aide du plan de sondage de l'ESG et de la méthode d'inférence de l'autoamorçage (de l'anglais *bootstrap*).

L'existence de relations entre les différentes variables sélectionnées a été vérifiée par l'utilisation du test de khi-deux ajusté à l'aide de la méthode de Satterthwaite. Lorsque nécessaires, des tests d'égalité de proportion ont été effectués.

## CONCEPTS UTILISÉS

### Échelle de mesure de la pression liée au manque de temps

Depuis 1992, les cycles de l'ESG portant sur l'emploi du temps permettent d'évaluer les perceptions de la population à l'égard du temps à l'aide de 10 énoncés (figure 1). Bien que ces énoncés puissent être utilisés de façon indépendante, ils forment une échelle de mesure cohérente permettant d'évaluer le niveau de pression ressenti quant au manque de temps (Gravel, 2018).

Figure 1

#### Énoncés relatifs à la perception du temps

1. Planifiez-vous de ralentir votre rythme de vie au cours de la prochaine année?
2. Vous considérez-vous comme un bourreau de travail?
3. Lorsque vous avez besoin de plus de temps, êtes-vous porté à réduire vos heures de sommeil?
4. À la fin de la journée, avez-vous souvent l'impression que vous n'avez pas accompli ce que vous vouliez accomplir?
5. Vous inquiétez-vous du fait que vous ne consacrez pas assez de temps à votre famille ou à vos amis?
6. Êtes-vous constamment tendu parce que vous voulez en accomplir plus que vous pouvez en faire?
7. Vous sentez-vous pris dans une routine quotidienne?
8. Sentez-vous que vous n'avez plus le temps de vous amuser?
9. Vous sentez-vous souvent tendu quand vous manquez de temps?
10. Aimerez-vous passer plus de temps seul?

Source : Statistique Canada (2014). *Enquête sociale générale, 2015, cycle 29 : Emploi du temps. Questionnaire de l'enquête principale*, module « Perceptions du temps (TCS) », [En ligne]. [[www23.statcan.gc.ca/imdb/p3Instr\\_f.pl?Fonction=assembleInstr&lang=fr&Item\\_Id=217656#qb218264](http://www23.statcan.gc.ca/imdb/p3Instr_f.pl?Fonction=assembleInstr&lang=fr&Item_Id=217656#qb218264)].

En fonction d'un score individuel correspondant au nombre total de réponses positives aux 10 énoncés de l'échelle, la population québécoise a été répartie selon le niveau de pression ressenti quant au manque de temps. Cette analyse s'attache plus particulièrement à deux groupes : les personnes ressentant une forte pression liée au manque de temps (score d'au moins 7 sur 10) et celles ne percevant aucune pression (score de 0 sur 10).

## CONCEPTS UTILISÉS (suite)

### Principales activités de l'emploi du temps

**Temps personnel** : sommeil, soins personnels et alimentation.

**Temps productif** : activités professionnelles et domestiques.

**Temps professionnel** (travail rémunéré et études) : travail rémunéré et recherche d'emploi ; études ou apprentissage.

**Temps domestique** (travail non rémunéré) : tâches domestiques ; soins à un enfant ou à un adulte du ménage ; soins ou aide à un enfant ou à un adulte hors ménage ; magasinage de biens ou de services.

**Temps libre** : socialisation et communications ; activités sportives, événements sportifs et visites culturelles ; loisirs.

**Transport** : transport en véhicule privé ; transport actif ; transport en commun ; moyens de transport autres ou non déclarés.

**Autre ou activité inconnue** : temps d'attente, insomnie, fumer, et toute autre activité non codable ou inconnue.

Pour une définition exhaustive des activités de l'emploi du temps, consulter le fichier [Description exhaustive des activités et correspondance avec la typologie utilisée par Statistique Canada](#)<sup>1</sup>.

### Moyenne quotidienne de temps consacré aux activités de l'emploi du temps

Cet indicateur se rapporte à la somme des durées moyennes, exprimées en heures-minutes, de toutes les activités de l'emploi du temps comprises dans une catégorie donnée. Ces durées moyennes sont établies dans toute la population, incluant les personnes ayant déclaré des durées nulles pour toutes les activités comprises dans cette catégorie.

### Taux de participation aux activités de l'emploi du temps

Le taux de participation correspond à la proportion de la population ayant déclaré une durée non nulle à au moins une activité comprise dans une catégorie donnée.

### Moyenne quotidienne de temps consacré par les participants aux activités de l'emploi du temps

À l'image de la moyenne quotidienne de temps consacré par l'ensemble de la population aux activités de l'emploi du temps, cet indicateur correspond également à la somme des durées moyennes des activités de l'emploi du temps comprises dans une catégorie donnée. Établies dans la sous-population des participants, les estimations se rapportent exclusivement aux personnes ayant déclaré des durées non nulles à au moins une des activités comprises dans cette catégorie.

### Journée moyenne représentative

À l'échelle du Québec, l'ensemble des répondants du cycle 29 de l'ESG sont répartis également selon le jour de référence ; chacun des jours de la semaine est représenté par un septième de la population. Ainsi, toute estimation de la durée quotidienne moyenne consacrée à une activité de l'emploi du temps est en ce sens représentative d'une « journée moyenne » des sept jours de la semaine.

Cette estimation est représentative d'une « journée moyenne des jours de semaine » lorsque sont retenus les répondants dont le jour de référence est le lundi, le mardi, le mercredi, le jeudi ou le vendredi ; elle est représentative d'une « journée moyenne des jours de fin de semaine » lorsque sont retenus les répondants dont le jour de référence est le samedi ou le dimanche.

1. [En ligne],[[www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/conditions-vie-societe/emploi-temps-loisirs/description\\_activites.xlsx](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/conditions-vie-societe/emploi-temps-loisirs/description_activites.xlsx)].

## L'EMPLOI DU TEMPS SELON LE NIVEAU RESENTI DE PRESSION LIÉE AU MANQUE DE TEMPS

Les résultats présentés au tableau 1 décrivent l'emploi du temps de la population étant sous pression en raison d'un manque de temps comparativement à celui des individus n'étant pas sous pression en raison d'un manque de temps, et ce, à partir de trois indicateurs : la moyenne quotidienne de temps consacré aux activités de l'emploi du temps, le taux de participation à celles-ci et la moyenne quotidienne de temps qui y est consacré par les participants (voir la section *Concepts utilisés*).

### Parmi les individus pressés par le temps, moins de temps personnel...

En 2015, le temps investi dans les activités personnelles – soit le sommeil, les soins personnels et l'alimentation – varie selon le niveau ressenti de pression liée au manque de temps. Ainsi, les personnes pressées par le temps consacrent environ 10 h 39 chaque jour à cette grande catégorie d'activités, comparativement à un peu moins de 11 h 30 pour celles n'étant pas pressées par le temps (11 h 27) (section a du tableau 1). En raison de la participation totale attendue – l'ensemble de la population québécoise ayant participé à au moins une activité incluse dans le temps personnel –, l'écart de 0 h 48 ne peut s'expliquer par une variation des taux de participation à cette catégorie d'activités (section b du tableau 1). Les gens pressés accordent donc réellement moins de temps aux activités personnelles.

### ... et plus de temps productif

Le temps productif, correspondant à la somme des temps professionnel et domestique, est largement supérieur chez la population sous pression en raison d'un manque de temps. En effet, cette population passe 8 h 30 de la journée moyenne représentative à accom-

plir des activités productives, contre 4 h 56 pour les personnes n'étant pas sous pression en raison d'un manque de temps. Puisqu'aucune différence significative n'a été décelée entre les taux de participation de ces deux populations aux activités productives, lorsque considérées globalement, l'écart relevé est entièrement attribuable au fait que les personnes pressées par le temps y accordent beaucoup plus de temps (+3 h 31) (section c du tableau 1).

### Forte participation aux activités professionnelles pour la population sous pression en raison d'un manque de temps

Partie intégrante des activités productives, les activités professionnelles mobilisent davantage les gens pressés par le temps (5 h 09 c. 2 h 06). Cet écart d'un peu plus de 3 heures (3 h 02) s'explique entre autres par une différence importante de la participation des deux populations. En effet, tandis que six personnes étant sous pression en raison d'un manque de temps sur dix participent aux activités professionnelles sur une base quotidienne (60 %), seulement 29 % de la population n'étant pas sous cette pression s'y adonne; une tendance qui traduit la présence marquée des travailleurs parmi la population pressée par le temps (Gravel, 2018). Lorsque seuls les participants sont considérés, on constate que cette population continue d'accorder plus de temps au travail et aux études que les gens n'étant pas pressés (8 h 31 c. 7 h 13), soit environ 1 h 18 de plus chaque jour.

### Les personnes sous pression en raison d'un manque de temps, plus mobilisées par les activités domestiques

La population sous pression à cause d'un manque de temps consacre aux activités domestiques environ 30 minutes de plus par jour comparativement aux gens n'étant pas sous pression (0 h 31). La nature indispensable de certaines de ces activités, notamment la prépa-

ration des repas, est reflétée par la participation similaire et assez élevée des deux groupes (86 %). Ainsi, la différence décelée quant au temps moyen consacré à ces activités est imputable à une variation de l'investissement en temps parmi les personnes ayant participé à ces activités. En effet, le temps investi par ces dernières est plus élevé lorsqu'un manque de temps est perçu.

À l'intérieur même de la catégorie du temps domestique, trois types d'activités ont été étudiés : les tâches domestiques proprement dites (préparation des repas, entretien de la maison, etc.), les soins à un enfant du ménage et le magasinage de biens ou de services<sup>2</sup>. Tandis que le temps consacré quotidiennement aux tâches domestiques et au magasinage est similaire chez les deux populations à l'étude, les soins prodigués aux enfants du ménage mobilisent davantage les individus pressés par le temps (0 h 43 c. 0 h 06). Par ailleurs, la proportion de cette population consacrant du temps aux soins aux enfants est significativement supérieure à la part de la population n'étant pas pressée par le temps qui investit du temps dans cette activité (30 % c. 6 %). Malgré l'écart entre les taux de participation, une différence significative persiste lorsque l'on évalue le temps moyen consacré à ces soins uniquement par les participants (2 h 24 c. 1 h 46), les gens pressés y consacrant environ 0 h 37 de plus sur une base quotidienne. Comme ces résultats font état des soins prodigués aux enfants sans égard à leur âge, et qu'un lien important existe entre le temps consacré à cette activité et l'âge des enfants ([tableau complémentaire](#)), les différences relevées pourraient être dues à la surreprésentation importante des parents de jeunes enfants dans la population en manque de temps (Gravel, 2018).

2. Quoique le temps domestique inclut également les soins prodigués à un adulte du ménage, ainsi que les soins ou l'aide fournis à une personne hors ménage, ces catégories d'activités ne font pas l'objet de cette analyse en raison notamment de la faible qualité des estimations obtenues.

Tableau 1

**Indicateurs de l'emploi du temps, selon le niveau de pression liée au manque de temps ressenti, Québec, 2015**

	[1] Population sous pression en raison d'un manque de temps <sup>1</sup>			[2] Population n'étant pas sous pression en raison d'un manque de temps <sup>2</sup>			Différence [[1]-[2]]	
	Estimation	IC à 95 %		Estimation	IC à 95 %			Estimation
	heures/jour	de	à	heures/jour	de	à		heures/jour
<b>a. Moyenne quotidienne de temps<sup>3</sup></b>								
<b>Journée représentative des 7 jours de la semaine</b>	<b>24 h 00</b>			<b>24 h 00</b>				
Temps personnel	10 h 39	10 h 22	10 h 55	11 h 27	11 h 12	11 h 43	-0 h 48 <sup>+++</sup>	
Temps productif	8 h 30	8 h 04	8 h 56	4 h 56	4 h 37	5 h 15	3 h 34 <sup>+++</sup>	
Temps professionnel	5 h 09	4 h 37	5 h 41	2 h 06	1 h 44	2 h 28	3 h 02 <sup>+++</sup>	
Temps domestique <sup>4</sup>	3 h 21	3 h 00	3 h 42	2 h 49	2 h 35	3 h 04	0 h 31 <sup>+</sup>	
Tâches domestiques	2 h 02	1 h 45	2 h 19	2 h 11	2 h 00	2 h 23	-0 h 09	
Soins à un enfant du ménage	0 h 43	0 h 33	0 h 54	0 h 06*	0 h 03	0 h 09	0 h 37 <sup>+++</sup>	
Magasinage de biens ou de services	0 h 28	0 h 21	0 h 34	0 h 28	0 h 23	0 h 33	0 h 00	
Temps libre <sup>5</sup>	3 h 18	2 h 57	3 h 40	6 h 21	6 h 01	6 h 41	-3 h 03 <sup>+++</sup>	
Socialisation et communications	0 h 34	0 h 25	0 h 43	0 h 45	0 h 36	0 h 53	-0 h 10	
Activités sportives, événements sportifs et visites culturelles	0 h 18*	0 h 12	0 h 24	0 h 24	0 h 16	0 h 30	-0 h 05	
Loisirs	2 h 20	2 h 00	2 h 39	5 h 07	4 h 49	5 h 27	-2 h 47 <sup>+++</sup>	
Transport	1 h 13	1 h 03	1 h 24	0 h 56	0 h 50	1 h 03	0 h 17 <sup>++</sup>	
Autre ou activité inconnue	0 h 18*	0 h 10	0 h 26	0 h 18	0 h 12	0 h 22	0 h 00	
	%	de	à	%	de	à	points	
<b>b. Taux de participation<sup>6</sup></b>								
<b>Journée représentative des 7 jours de la semaine</b>								
Temps personnel	100,0			100,0			0,0	
Temps productif	97,1	94,2	98,6	94,4	92,0	96,1	2,7	
Temps professionnel	60,4	54,8	65,8	29,2	24,8	34,0	31,2 <sup>+++</sup>	
Temps domestique <sup>4</sup>	85,7	81,3	89,1	85,6	81,5	88,9	0,1	
Tâches domestiques	78,2	73,3	82,4	82,2	77,9	85,8	-4,0	
Soins à un enfant du ménage	30,4	25,6	35,7	5,6*	3,9	8,2	24,8 <sup>+++</sup>	
Magasinage de biens ou de services	29,8	25,0	35,1	36,7	32,3	41,3	6,9 <sup>+</sup>	
Temps libre <sup>5</sup>	85,2	80,6	88,9	94,4	90,6	96,7	9,2 <sup>++</sup>	
Socialisation et communications	31,0	26,1	36,5	34,8	30,7	39,0	3,8	
Activités sportives, événements sportifs et visites culturelles	16,6	12,8	21,1	21,7	18,0	25,9	5,1	
Loisirs	76,0	70,8	80,5	90,7	86,5	93,6	14,7 <sup>+++</sup>	
Transport	84,0	79,3	87,8	74,8	71,0	78,3	9,2 <sup>++</sup>	
Autre ou activité inconnue	17,2	13,4	22,0	18,0	14,7	21,7	0,8	

Tableau 1 (suite)

**Indicateurs de l'emploi du temps, selon le niveau de pression liée au manque de temps ressenti, Québec, 2015**

	[1] Population sous pression en raison d'un manque de temps <sup>1</sup>			[2] Population n'étant pas sous pression en raison d'un manque de temps <sup>2</sup>			Différence [[1]-[2]]	
	Estimation	IC à 95 %		Estimation	IC à 95 %			Estimation
	heures/jour	de	à	heures/jour	de	à		heures/jour
<b>c. Moyenne quotidienne de temps consacré par les participants<sup>7</sup></b>								
<b>Journée représentative des 7 jours de la semaine</b>	<b>24 h 00</b>			<b>24 h 00</b>				
Temps personnel	10 h 39	10 h 22	10 h 55	11 h 27	11 h 12	11 h 43	-0 h 48 <sup>+++</sup>	
Temps productif	8 h 45	8 h 21	9 h 10	5 h 13	4 h 55	5 h 32	3 h 31 <sup>+++</sup>	
Temps professionnel	8 h 31	8 h 08	8 h 55	7 h 13	6 h 43	7 h 42	1 h 18 <sup>+++</sup>	
Temps domestique <sup>4</sup>	3 h 55	3 h 33	4 h 17	3 h 18	3 h 03	3 h 32	0 h 37 <sup>++</sup>	
Tâches domestiques	2 h 36	2 h 16	2 h 56	2 h 40	2 h 28	2 h 52	-0 h 03	
Soins à un enfant du ménage	2 h 24	1 h 59	2 h 49	1 h 46	1 h 18	2 h 15	0 h 37 <sup>+</sup>	
Magasinage de biens ou de services	1 h 34	1 h 17	1 h 51	1 h 16	1 h 07	1 h 25	0 h 17	
Temps libre <sup>5</sup>	3 h 53	3 h 30	4 h 15	6 h 44	6 h 27	7 h 01	-2 h 51 <sup>+++</sup>	
Socialisation et communications	1 h 51	1 h 25	2 h 16	2 h 09	1 h 50	2 h 27	-0 h 18	
Activités sportives, événements sportifs et visites culturelles	1 h 51	1 h 28	2 h 13	1 h 49	1 h 27	2 h 12	-0 h 01	
Loisirs	3 h 04	2 h 42	3 h 27	5 h 39	5 h 22	5 h 57	-2 h 34 <sup>+++</sup>	
Transport	1 h 28	1 h 16	1 h 39	1 h 15	1 h 07	1 h 23	0 h 12	
Autre ou activité inconnue	1 h 45 <sup>*</sup>	1 h 06	2 h 24	1 h 39	1 h 16	2 h 02	0 h 06	

\* Coefficient de variation entre 15 % et 25 % ; interpréter avec prudence.

\*\* Coefficient de variation entre 25 % et 33 % ; estimation imprécise, fournie à titre indicatif seulement.

Seuil : † : 0,05 ; †† : 0,01 ; ††† : 0,001.

1. Se rapporte aux individus ayant obtenu un score d'au moins 7 sur 10 aux énoncés relatifs à la pression liée au manque de temps.

2. Se rapporte aux individus ayant obtenu un score de 0 sur 10 aux énoncés relatifs à la pression liée au manque de temps.

3. Se rapporte à la somme des durées moyennes, exprimées en heures-minutes, de toutes les activités de l'emploi du temps comprises dans une catégorie donnée. Ces durées moyennes sont établies dans toute la population, incluant les personnes ayant déclaré des durées nulles pour toutes les activités comprises dans cette catégorie.

4. Quoique ces catégories d'activités ne soient pas présentées, le temps domestique inclut également les soins prodigués à un adulte du ménage, ainsi que les soins ou l'aide fournis à une personne hors ménage.

5. Quoique ces catégories d'activités ne soient pas présentées, le temps libre inclut également les activités civiques, religieuses et auprès d'organismes.

6. Correspond à la proportion de la population ayant déclaré une durée non nulle à au moins une activité comprise dans une catégorie donnée.

7. Se rapporte à la somme des durées moyennes des activités de l'emploi du temps comprises dans une catégorie donnée. Établies dans la sous-population des participants, les estimations se rapportent exclusivement aux personnes ayant déclaré des durées non nulles à au moins une des activités comprises dans cette catégorie.

Source : Statistique Canada, *Enquête sociale générale* de 2015, fichier de microdonnées à grande diffusion. Adapté par l'Institut de la statistique du Québec.

## Important déficit de temps libre pour la population pressée par le temps

Dans cette analyse, trois des quatre catégories d'activités incluses dans le temps libre ont été examinées, soit la socialisation et les communications, les activités sportives, les événements sportifs et les visites culturelles, ainsi que les loisirs<sup>3</sup>.

Considéré comme un vecteur important de bien-être (Mattingly et Sayer, 2006), le temps libre varie significativement selon le niveau de pression engendrée par le manque de temps. En 2015, la population québécoise sous pression à cause d'un manque de temps dispose en moyenne d'un peu plus de 3 h 15 de temps libre quotidiennement (3 h 18). À l'inverse, les individus n'étant pas sous cette même pression ont un peu moins de 6 h 30 de temps libre dans leur journée moyenne représentative (6 h 21), ce qui constitue une différence d'environ 3 h par rapport à l'autre groupe (3 h 03). Cet important écart s'explique en partie par le fait que la participation au temps libre des individus sous pression en raison d'un manque de temps est moins importante (85 % c. 94 %). Par ailleurs, même lorsqu'ils y participent, ils s'accordent beaucoup moins de temps libre que la population n'étant pas pressée par le temps (3 h 53 c. 6 h 44).

Le temps accordé à la socialisation et aux communications ne diffère pas significativement entre les deux groupes à l'étude : il correspond à 0 h 34 chez la population sous pression en raison d'un manque de temps et à 0 h 45 chez celle n'étant pas sous pression. Notons que la participation à ces activités est également similaire (respectivement 31 % et 35 %).

À l'image de la socialisation et des communications, aucune différence significative n'a été décelée quant au temps investi dans les activités et les événements sportifs, ainsi que dans les visites culturelles, et quant à la participation à l'ensemble de ces activités (0 h 18 c. 0 h 24 ; 17 % c. 22 %).

Les gens pressés par le temps investissent en moyenne un peu moins de 2 h 30 quotidiennement dans les loisirs (2 h 20), tandis que ceux n'étant pas pressés y consacrent environ 5 h 07. Cet important écart n'est pas seulement attribuable à une participation aux loisirs plus faible de la population sous pression en raison d'un manque de temps (76 % c. 91 %). Même lorsque les personnes s'accordent du temps de loisirs, l'écart au désavantage des gens pressés par le temps demeure significatif et considérable (3 h 04 c. 5 h 39). En effet, la différence entre les moyennes quotidiennes de temps consacré par les participants atteint un peu plus de 2 h 30 (2 h 34).

## L'EMPLOI DU TEMPS SELON LA PÉRIODE DE LA SEMAINE

Cette section examine les différences entre l'emploi du temps des jours de la fin de semaine (samedi et dimanche) et des jours de la semaine (lundi au vendredi), et ce, pour la population ressentant une forte pression engendrée par le manque de temps comme pour celle n'ayant aucune perception de manque de temps.

### Près de deux heures supplémentaires consacrées au temps domestique la fin de semaine par la population sous pression en raison d'un manque de temps

De prime abord, on remarque que le temps consacré à certaines activités de l'emploi du temps par les deux populations visées par cette étude varie de la même façon entre les périodes de la semaine. Sans surprise, on remarque un surplus quotidien de temps personnel – catégorie incluant entre autres le sommeil – la fin de semaine par rapport à la semaine (+ 0 h 40 pour la population pressée par le temps ; + 0 h 58 pour la population n'étant pas pressée par le temps) (tableau 2). On note également

que les deux populations consacrent moins de temps aux activités dites productives la fin de semaine (respectivement – 1 h 59 et – 1 h 55), cette différence étant partiellement attribuable au temps professionnel (– 3 h 51 pour la population pressée par le temps<sup>4</sup>). Par contre, tandis que le temps que passe la population n'étant pas sous pression en raison d'un manque de temps à accomplir des activités domestiques ne diffère pas significativement entre la fin de semaine et la semaine (3 h 04 c. 2 h 43), les individus sous pression en raison d'un manque de temps consacrent plus de temps à cette catégorie d'activités la fin de semaine (4 h 36 c. 2 h 45). Pour ces derniers, il s'agit d'un écart significatif de près de deux heures (1 h 51) par jour, le samedi et le dimanche, qui se répartit en un surplus de temps consacré aux tâches domestiques (+ 1 h 16) et au magasinage de biens et de services (+ 0 h 29). Ce résultat s'explique possiblement par le fait que cette population, constituée majoritairement de travailleurs à temps plein et de parents (Gravel, 2018), profite de la fin de semaine pour accomplir certaines activités qui n'ont pu être intégrées à l'horaire les jours de semaine, souvent des jours de travail.

### Pour les deux groupes de population, surplus de temps libre la fin de semaine

On observe une variation selon la période de la semaine quant au temps consacré par les deux populations aux activités libres comme les loisirs et la socialisation (+ 1 h 40 pour la population pressée par le temps ; + 0 h 54 pour la population n'étant pas pressée par le temps). Par contre, chez la population pressée, ce surplus de temps libre est investi dans les loisirs (+ 0 h 54), ainsi que dans des activités de socialisation et de communications (+ 0 h 39), tandis que chez la population québécoise n'étant pas pressée par le temps, ce temps supplémentaire est consacré majoritairement à la socialisation et aux communications (+ 0 h 37).

3. Quoique le temps libre inclut également les activités civiques, religieuses et auprès d'organismes, cette catégorie d'activité ne fait pas l'objet de cette analyse en raison notamment de la faible qualité des estimations obtenues.

4. En raison de la faible précision de l'estimation du temps quotidien moyen consacré par la population n'étant pas pressée par le temps aux activités professionnelles la fin de semaine, l'écart entre les deux périodes de la semaine ne peut être diffusé.

Tableau 2

**Moyenne quotidienne de temps consacré aux activités de l'emploi du temps, selon le niveau de pression liée au manque de temps ressenti et la période de la semaine, Québec, 2015**

	Journée moyenne des jours de fin de semaine [1]			Journée moyenne des jours de semaine [2]			Différence [[1]-[2]]
	Estimation	IC à 95 %		Estimation	IC à 95 %		Estimation
	heures/jour	de	à	heures/jour	de	à	heures/jour
<b>Population sous pression en raison d'un manque de temps<sup>1</sup></b>							
<b>Total</b>	<b>24 h 00</b>			<b>24 h 00</b>			
Temps personnel	11 h 06	10 h 33	11 h 38	10 h 25	10 h 07	10 h 44	0 h 40 <sup>†</sup>
Temps productif	7 h 09	6 h 16	8 h 02	9 h 09	8 h 39	9 h 38	-1 h 59 <sup>+++</sup>
Temps professionnel	2 h 33 <sup>*</sup>	1 h 34	3 h 31	6 h 24 <sup>*</sup>	5 h 46	7 h 00	-3 h 51 <sup>+++</sup>
Temps domestique <sup>3</sup>	4 h 36	3 h 49	5 h 24	2 h 45	2 h 24	3 h 06	1 h 51 <sup>+++</sup>
Tâches domestiques	2 h 54 <sup>*</sup>	2 h 02	3 h 46	1 h 37	1 h 22	1 h 52	1 h 16 <sup>+++</sup>
Soins à un enfant du ménage	0 h 50 <sup>*</sup>	0 h 28	1 h 11	0 h 41	0 h 30	0 h 52	0 h 09
Magasinage de biens ou de services	0 h 48 <sup>*</sup>	0 h 31	1 h 04	0 h 18 <sup>*</sup>	0 h 12	0 h 24	0 h 29 <sup>+++</sup>
Temps libre <sup>4</sup>	4 h 27	3 h 38	5 h 15	2 h 46	2 h 24	3 h 07	1 h 40 <sup>+++</sup>
Socialisation et communications	1 h 01 <sup>*</sup>	0 h 35	1 h 26	0 h 21	0 h 15	0 h 28	0 h 39 <sup>++</sup>
Activités sportives, événements sportifs et visites culturelles	0 h 25 <sup>**</sup>	0 h 12	0 h 39	0 h 15 <sup>*</sup>	0 h 09	0 h 20	0 h 10
Loisirs	2 h 57	2 h 12	3 h 40	2 h 03	1 h 43	2 h 22	0 h 54 <sup>†</sup>
Transport	1 h 04	0 h 45	1 h 23	1 h 18	1 h 07	1 h 29	-0 h 13
Autre ou activité inconnue	F			0 h 21	0 h 10	0 h 30	...
<b>Population n'étant pas sous pression en raison d'un manque de temps<sup>2</sup></b>							
<b>Total</b>	<b>24 h 00</b>			<b>24 h 00</b>			
Temps personnel	12 h 09	11 h 41	12 h 37	11 h 11	10 h 53	11 h 29	0 h 58 <sup>+++</sup>
Temps productif	3 h 32	3 h 06	3 h 57	5 h 28	5 h 04	5 h 52	-1 h 55 <sup>+++</sup>
Temps professionnel	F			2 h 44	2 h 15	3 h 13	...
Temps domestique <sup>3</sup>	3 h 04	2 h 37	3 h 30	2 h 43	2 h 26	3 h 01	0 h 20
Tâches domestiques	2 h 24	2 h 03	2 h 45	2 h 06	1 h 52	2 h 21	0 h 18
Soins à un enfant du ménage	F			0 h 05 <sup>**</sup>	0 h 02	0 h 08	...
Magasinage de biens ou de services	0 h 29 <sup>*</sup>	0 h 20	0 h 37	0 h 27	0 h 22	0 h 33	0 h 01
Temps libre <sup>4</sup>	7 h 00	6 h 21	7 h 40	6 h 06	5 h 43	6 h 30	0 h 54 <sup>†</sup>
Socialisation et communications	1 h 12	0 h 53	1 h 30	0 h 34	0 h 24	0 h 44	0 h 37 <sup>+++</sup>
Activités sportives, événements sportifs et visites culturelles	0 h 31 <sup>**</sup>	0 h 13	0 h 49	0 h 21 <sup>*</sup>	0 h 14	0 h 27	0 h 10
Loisirs	5 h 13	4 h 37	5 h 51	5 h 05	4 h 42	5 h 28	0 h 08
Transport	0 h 52	0 h 40	1 h 03	0 h 58	0 h 50	1 h 06	-0 h 06
Autre ou activité inconnue	0 h 25 <sup>*</sup>	0 h 15	0 h 36	0 h 15 <sup>*</sup>	0 h 09	0 h 21	0 h 10

\* Coefficient de variation entre 15 % et 25 % ; interpréter avec prudence.

\*\* Coefficient de variation entre 25 % et 33 % ; estimation imprécise, fournie à titre indicatif seulement.

F Coefficient de variation supérieur à 33 % ; donnée peu fiable, ne peut être diffusée.

... N'ayant pas lieu de figurer.

Seuil : † : 0,05 ; †† : 0,01 ; ††† : 0,001.

1. Se rapporte aux individus ayant obtenu un score d'au moins 7 sur 10 aux énoncés relatifs à la pression liée au manque de temps.

2. Se rapporte aux individus ayant obtenu un score de 0 sur 10 aux énoncés relatifs à la pression liée au manque de temps.

3. Quoique ces catégories d'activités ne soient pas présentées, le temps domestique inclut également les soins prodigués à un adulte du ménage, ainsi que les soins ou l'aide fournis à une personne hors ménage.

4. Quoique ces catégories d'activités ne soient pas présentées, le temps libre inclut également les activités civiques, religieuses et auprès d'organismes.

Source : Statistique Canada, *Enquête sociale générale* de 2015, fichier de microdonnées à grande diffusion. Adapté par l'Institut de la statistique du Québec.

## CONCLUSION

En somme, l'emploi du temps diffère selon le niveau ressenti de pression liée au manque de temps. On remarque que la population sous pression en raison d'un manque de temps consacre davantage de temps aux activités dites productives, c'est-à-dire les activités professionnelles et domestiques, et parmi ces dernières, plus particulièrement aux soins aux enfants. En contrepartie, en comparaison avec les individus n'étant pas pressés par le temps, les gens pressés

affichent un déficit de temps personnel – la catégorie incluant le sommeil –, ainsi qu'un manque important de temps libre, principalement pour les loisirs.

En outre, l'exploration des variations de l'emploi du temps selon la période de la semaine montre que la population sous pression en raison d'un manque de temps utilise le temps libéré par les activités professionnelles la fin de semaine pour combler un retard relativement aux activités domestiques et s'accorde aussi

plus de temps libre. À moindre échelle, la population n'étant pas sous cette même pression dispose également de plus de temps libre la fin de semaine, ce surplus étant surtout consacré aux activités de socialisation et de communications.

Rappelons que cette analyse fait suite à un article diffusé récemment par l'Institut de la statistique du Québec qui dresse le portrait des Québécoises et des Québécois en manque de temps.

### Notice bibliographique suggérée :

GRAVEL, Marie-Andrée (2018). « Les journées des Québécoises et des Québécois en manque de temps », *Données sociodémographiques en bref*, [En ligne], vol. 22, n° 3, juin, Institut de la statistique du Québec, p. 1-10. [[www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/population-demographie/bulletins/sociodemo-vol22-no3.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/population-demographie/bulletins/sociodemo-vol22-no3.pdf)].

## RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

BEAUJOT, Roderic (2000). *Earning and Caring in Canadian Families*, Broadview Press, 416 p.

GRAVEL, Marie-Andrée (2018). « Qui sont ces Québécois en manque de temps? », *Coup d'œil sociodémographique*, [En ligne], n° 64, avril, Institut de la statistique du Québec, p. 1-14. [[www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/population-demographie/bulletins/coupdoeil-no64.pdf](http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/population-demographie/bulletins/coupdoeil-no64.pdf)].

MATTINGLY, Marybeth J., et Liana C. SAYER (2006). "Under Pressure: Gender Differences in the Relationship Between Free Time and Feeling Rushed", *Journal of Marriage and Family*, vol. 68, n° 2, février, p. 205-221.

ZUKEWICH, Nancy (2003). « Le travail, la condition parentale et le manque de temps », *Emploi du temps et transitions au cours de la vie*, [En ligne], produit n° 89-584-MIF au catalogue de Statistique Canada, n° 1, juillet. [[publications.gc.ca/collections/Collection/Statcan/89-584-M/89-584-MIF2003001.pdf](http://publications.gc.ca/collections/Collection/Statcan/89-584-M/89-584-MIF2003001.pdf)] (Consulté le 25 janvier 2018).

ZUZANEK, Jiri, et Roger MANHELL (1998). "Life-cycle Squeeze, Time Pressure, Daily Stress, and Leisure Participation: A Canadian perspective", *Society and leisure*, vol. 21, n° 2, p. 514-544.

## DANS LA MÊME COLLECTION

### Vient de paraître

#### Données sociodémographiques en bref, vol. 22 n° 2

Février 2018

- Combien de personnes vivent seules au Québec en 2016?
- La population en logement collectif au Québec en 2016

#### Données sociodémographiques en bref, vol. 22 n° 1

Octobre 2017

- Première migration, migration de retour ou migration secondaire? Les migrations interrégionales de 2015-2016 à la lumière des parcours résidentiels antérieurs
- La cyberintimidation et les expériences de victimisation

### À paraître

#### Données sociodémographiques en bref, vol. 23 n° 1 (*titre provisoire*)

Octobre 2018

- Les revenus et les dépenses des ménages

## AUTRES PUBLICATIONS DE LA DIRECTION DES STATISTIQUES SOCIOLOGIQUES

### Vient de paraître

#### Bulletin Coup d'œil sociodémographique

- n° 66 [La mortalité et l'espérance de vie au Québec en 2017](#)
- n° 65 [Les naissances au Québec et dans les régions en 2017](#)
- n° 64 [Qui sont ces Québécois en manque de temps?](#)

Mai 2018  
Avril 2018  
Avril 2018

#### Le bilan démographique du Québec. Édition 2017

Décembre 2017

### À paraître

#### Bulletin Coup d'œil sociodémographique (*titre provisoire*)

- n° 67 Un aperçu de la composition des dépenses des ménages

Été 2018

Ce bulletin est réalisé par la Direction des statistiques sociodémographiques.

Ont collaboré à la réalisation : Anne-Marie Roy, mise en page  
Sarah Bélanger, révision linguistique  
Direction de la diffusion et des communications

Pour plus de renseignements : Dominique André, responsable du bulletin  
Institut de la statistique du Québec  
200, chemin Sainte-Foy, 3<sup>e</sup> étage  
Québec (Québec) G1R 5T4

Téléphone : 418 691-2406 (poste 3225)  
Télécopieur : 418 643-4129  
Courriel : cid@stat.gouv.qc.ca

Dépôt légal  
Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
2<sup>e</sup> trimestre 2018  
ISSN 1715-6378 (en ligne)

© Gouvernement du Québec,  
Institut de la statistique du Québec, 1996

Toute reproduction autre qu'à des fins de consultation  
personnelle est interdite sans l'autorisation  
du gouvernement du Québec.  
[www.stat.gouv.qc.ca/droits\\_auteur.htm](http://www.stat.gouv.qc.ca/droits_auteur.htm)