

QUELLE PLACE POUR LE TEMPS LIBRE

DANS LA TRANSITION ÉCOLOGIQUE ?

INFOGRAPHIE

Surproduction, exploitation, extractivisme...

Dans notre imaginaire, les atteintes portées à l'environnement sont souvent rattachées au monde de la production et du travail.

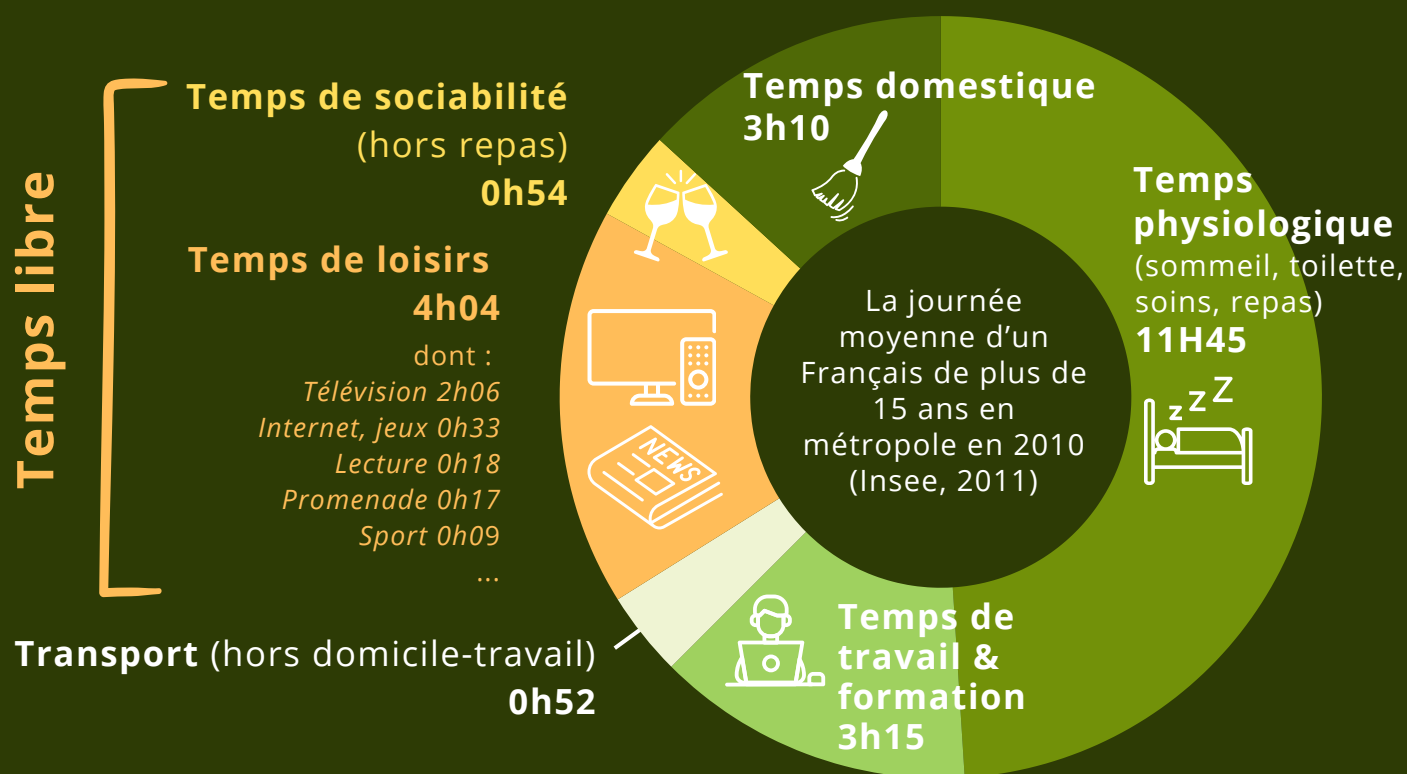
Au contraire, le temps libre se rêve volontiers comme un moment de liberté échappant à l'injonction productiviste.

Pourtant, si le temps libre est aujourd'hui devenu plus important que le temps travaillé, il est de plus en plus occupé par des activités qui nuisent au climat et aux conditions de vie.

Alors, comment occuper notre temps libre sans hypothéquer notre avenir ?

LE TEMPS LIBRE, C'EST QUOI AU JUSTE ?

Selon l'**Insee**, le **temps libre** est le temps qui n'est consacré ni aux besoins physiologiques, ni au travail, ni aux tâches domestiques, ni au transport. En France, il représente en moyenne **5 heures par jour**.



DES ÉCRANS DE PLUS EN PLUS CHRONOPHAGES...

En **2010**, date de la dernière enquête "Emplois du temps" de l'Insee, **la majorité du temps libre** des Français était déjà occupée par les **écrans**.

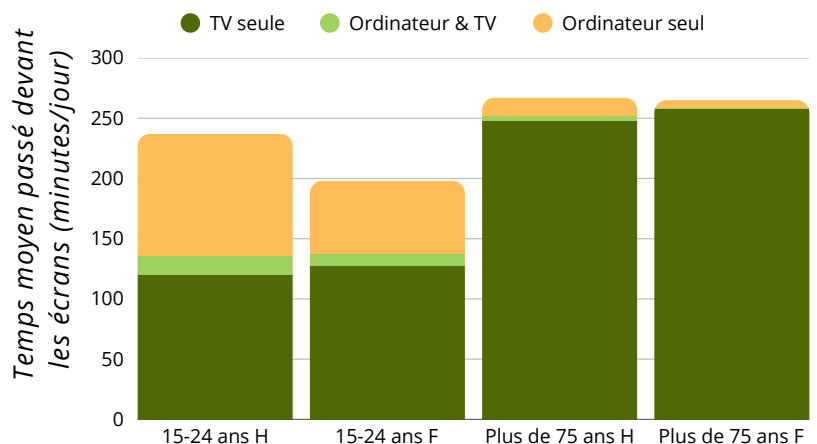
Divers écrans
2h39

dont :
Télévision 2h06
Internet &
jeux vidéo 0h33

Autres
activités
2h19

"Budget" temps
libre : 4h58

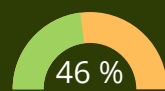
Si le temps passé devant la télévision était encore largement dominant chez les plus âgés en 2010, **le numérique montait déjà en puissance** chez les plus jeunes.



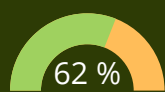
Depuis 2010, l'usage des **smartphones** a probablement accru le temps libre passé devant les écrans. L'enquête "Emplois du temps" de 2025 devrait le confirmer et en préciser l'ampleur.

...ET DE PLUS EN PLUS NOCIFS POUR LE CLIMAT

Sur Internet, tous médias confondus, les formats d'images les plus sollicités par les Français sont les **vidéos**, notamment via le streaming. L'usage des **jeux vidéo** se généralise également.



des Français regardaient des vidéos sur Internet plus de 3 heures/jour en 2022



des Français utilisent des jeux vidéo en moyenne 10 heures par semaine



2 % des Français jouent plus de 35 heures par semaine



Les formats Internet **les plus émetteurs de CO₂** sont justement ceux plébiscités pour occuper notre **temps libre** :

Même s'ils représentent **une fraction des émissions mondiales**, les usages numériques connaissent **une très forte croissance**.

4%

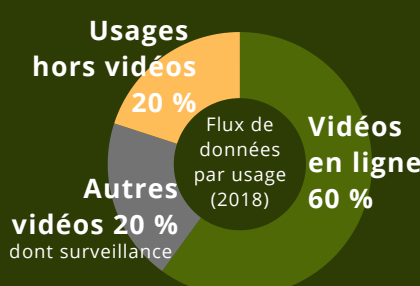
des émissions mondiales de gaz à effet de serre sont liées au numérique

9%
par an



Un doublement des flux tous les 8 ans !

Cette croissance exponentielle est tirée par **les vidéos**, dont la majorité ne représente pas des usages professionnels.



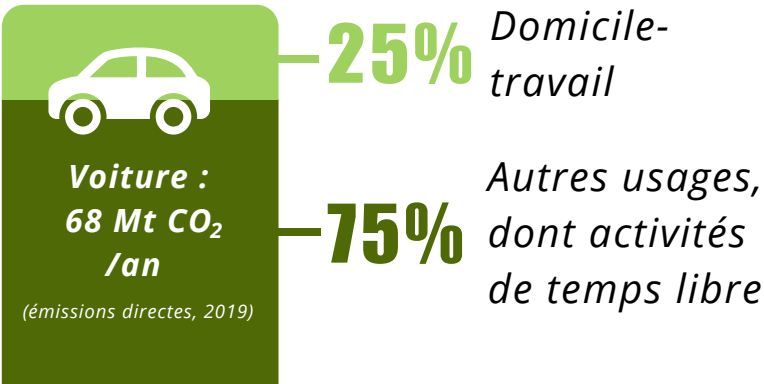
dont...

VOD 34 %
Vidéo à la demande
Tubes 27 %
Réseaux sociaux
Pornographie 21 %
Autres 18 %

DES DÉPLACEMENTS DE LOISIR TRÈS ÉMETTEURS DE CO₂

Le transport n'est pas considéré comme relevant du temps libre. Pourtant, c'est souvent pour **gagner du temps que les transports polluants sont privilégiés**, au détriment de l'environnement !

En France, les **déplacements pour les activités de temps libre** sont difficiles à estimer. Mais ils sont probablement **majoritaires**.



Les **déplacements de longue distance** représentent à eux seuls près de **la moitié des émissions du transport**, majoritairement consacrés aux loisirs et aux voyages.

1% des déplacements seulement font **plus de 80 km**

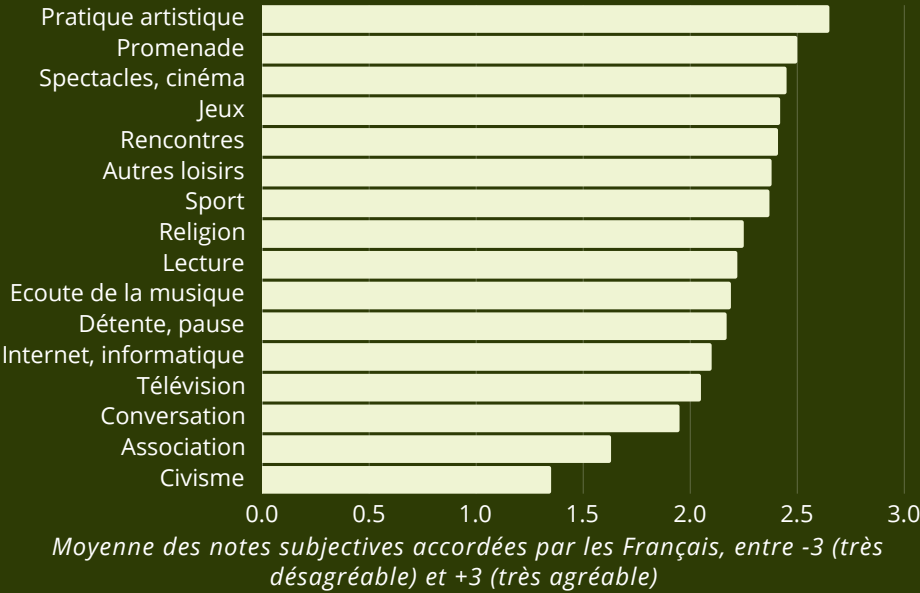
Mais ils **représentent 45%** des **émissions** de la mobilité...

Et sont **destinés à 72%** aux **loisirs** et aux **voyages**



HEUREUSEMENT, LES OCCUPATIONS LES PLUS APPRÉCIÉES SONT ÉCOLOGIQUES !

Pratiquer la musique ou la danse, se promener, aller au cinéma ou au théâtre, jouer, rencontrer des gens ou encore faire du sport : **les activités de temps libres les plus appréciées** ont généralement **peu d'effets sur le climat**.



Restent quelques paradoxes !



La **télévision** et **Internet** font partie des loisirs **les moins appréciés**... mais les plus pratiqués.

Le **vélo** et la **marche** sont les modes de déplacement **préférés** des Français... mais les moins pratiqués.



Sources : Ricroch L., Mounier B., 2011. *Depuis 11 ans, moins de tâches ménagères, plus d'Internet*, Insee Première, n°1377 / Ricroch L., 2011. *Les moments agréables de la vie*, Insee Première, n°1378 / Autorité de Régulation des Transports, 2022, *Le transport de voyageurs en France*. ART, Paris / The Shift Project, 2019. *L'insoutenable usage de la vidéo en ligne*. Éd. The Shift Project, Paris. / Credoc, 2022. Baromètre du numérique, édition 2022. ARCET, ARCOM, ANCT, Paris.

Photographie : Nick Page (Unsplash)
© Métropole de Lyon / A. Boufaud