

LOISIR ET PANDÉMIE : LA PRATIQUE LIBRE SOUS LES PROJECTEURS

MARIE-ÈVE ST-PIERRE
Professionnelle de recherche,
Observatoire québécois du loisir (OQL)¹



Université du Québec
à Trois-Rivières
Département d'études
en loisir, culture et tourisme

De nombreux articles scientifiques provenant de divers champs d'études (psychologie, sociologie, économie, santé, gestion, etc.) se sont penchés sur la pandémie de COVID-19. En loisir, les auteurs ont notamment abordé l'impact de la COVID sur les pratiques de loisir des citoyens. La pratique encadrée ou structurée des loisirs n'étant plus ou peu possible en raison des différentes mesures sanitaires imposées par les autorités, la pratique libre a pris une place considérable chez les individus.

Voici une synthèse d'une dizaine d'articles sur ce sujet, qui traitent de l'impact de la COVID sur la pratique libre de loisir, notamment dans les espaces publics.

CHANGEMENTS DANS LES PRATIQUES DE LOISIR

La pandémie a amené des changements importants dans les modes de vie et les loisirs. L'obligation de rester à son domicile (Bánhidi & Lacza, 2020), dans ou près de sa communauté (de la Barre, Stone, McKeown & Schroeder, 2020), a imposé un nouveau rapport au temps et un rythme de vie plus lent (Sivan, 2020). En effet, en travaillant, en étudiant et en pratiquant les loisirs à la maison, les gens ont l'impression d'avoir perdu la notion du temps. Le confinement a aussi permis de consolider les liens avec les voisins et la famille, et amène à voir la communauté en tant qu'espace de loisir.

L'offre de loisir doit donc être ajustée en fonction de ce rythme et du fait que les gens

désirent sans doute demeurer plus souvent à la maison ou près de leur communauté (de la Barre & coll., 2020). Ainsi, on note que les expériences virtuelles sont en plein essor. La pandémie a généré une créativité chez les gens, qui ont trouvé des moyens de pratiquer leurs loisirs en respectant la distanciation physique.

Voyons quelques changements dans divers domaines.

Pratiques et loisirs culturels

Selon Marques et Giolo (2020), le contexte de pandémie a suscité de multiples initiatives culturelles numériques, de la créativité et de l'innovation de la part d'artistes, de musées et de festivals. Par ailleurs, les activités culturelles en ligne sans horaire fixe ont la cote auprès de la population. La lecture (vente de livres), les cours en

¹ En collaboration avec les directeurs et les directrices du Laboratoire en loisir et vie communautaire (LLVC) de l'UQTR.

ligne, l'apprentissage d'une nouvelle langue, le partage de recettes, la pratique et l'écoute de la musique, les jeux de société et autres ont effectivement augmenté (Anderson, 2020). Ces loisirs sont faciles à pratiquer à la maison et sont accessibles à plusieurs (Kim, 2020). Van Leeuwen (2020) relève ce phénomène, mais observe également un retour aux loisirs dits plus traditionnels comme le jardinage, la lecture et les jeux de société (Roberts, 2020).

Sports et activités physiques

Avec la fermeture des installations sportives et l'interdiction des sports de compétition, les individus ont disposé de temps libre supplémentaire et semblent avoir augmenté leurs activités de loisir pratiquées librement : la marche, la randonnée, la course à pied, le vélo (Bánhidi & Lacza, 2020; van Leeuwen, 2020, Roberts, 2020), soit tous les types de loisirs dits de « quartier » (Anderson, 2020). Bref, des activités qui se font en plein air et qui se pratiquent dans un environnement généralement sécuritaire, accessible, permettant la distanciation physique (Kim, 2020; Seung, 2020). S'ajoutent à ces pratiques les loisirs actifs ou sportifs numériques à domicile tels que la zumba, le yoga ou le cardiobvélo (*spinning*) (Sivan, 2020).

Bénévolat

Une activité particulièrement touchée par la pandémie est le bénévolat, que plusieurs auteurs considèrent comme un loisir (Parker, 1997; Thibault, 2002, Stebbins, 2009). En contexte de pandémie, le bénévolat traditionnel en personne devient difficile à pratiquer. Dès lors, il laisse place au bénévolat virtuel qui, selon Lachance (2020), se poursuivra au-delà de la pandémie puisqu'il peut s'exercer à domicile, ce qui le rend plus accessible et flexible en termes de liberté et d'autonomie.

Le bénévolat virtuel permet également d'élargir la participation des individus par l'absence de barrières géographiques. Le bénévolat en personne aura tout de même toujours sa place, selon la cause. Plusieurs organismes ont fait preuve de détermination et de créativité afin de maintenir leur offre de service (réaménagement des espaces de travail dans les cuisines, plexiglas dans les voitures d'accompagnateur, visites d'amitié remplacées par des échanges virtuels sur iPad, etc.).

LA PRATIQUE LIBRE DE LOISIR DANS LES ESPACES PUBLICS

En ce temps où la distanciation physique est le mot d'ordre, la notion d'espace prend tout son sens. On trouve dans les villes plusieurs espaces publics. Comment concevoir ces espaces et les mobiliser pour permettre des pratiques de loisir respectant les règles de sécurité sanitaire?

Selon de la Barre, Stone, McKeown et Schroeder (2020), la création de tels lieux a joué un rôle central en vue de répondre au besoin de plus d'espace pour se déplacer. En effet, la fréquentation des parcs et espaces verts ne cessant d'augmenter depuis le début de la pandémie, notamment en raison de l'interdiction des rassemblements à l'intérieur et la fermeture des lieux de loisir intérieurs, il devenait essentiel de trouver des solutions de rechange (Geng & coll., 2020).

Ces initiatives comprenaient la fermeture de voies publiques dans les zones urbaines pour que les gens puissent sortir et se conformer aux directives de distanciation physique, la modification des règlements municipaux afin que les restaurants puissent utiliser l'espace devant leurs établissements pour accueillir plus de personnes assises sur leurs terrasses, mais aussi ouvrir plus de parcs et d'espaces verts.

Un exemple vient de l'article d'Anderson (2020) qui présente le cas de Seattle aux États-Unis. La Ville a mis en œuvre en avril 2020 une initiative nommée « Stay Healthy Streets ». Elle a ouvert environ 32 kilomètres de rues résidentielles à l'usage des vélos et des piétons afin d'encourager une activité physique extérieure en toute sécurité pendant la pandémie, ainsi que pour atténuer le surencombrement observé dans plusieurs parcs de la ville. Doubleday & coll. (2021) ont étudié le cas du programme Open Streets de New York. La Ville a décidé de fermer près de 160 kilomètres de rues pendant le printemps et l'été 2020 pour permettre aux gens de jouer à l'extérieur tout en respectant la distanciation physique.



Ville de Seattle aux États-Unis
Photo : Shutterstock.com

Le bénévolat virtuel permet d'élargir la participation des individus par l'absence de barrières géographiques.

RECHERCHES EN COURS SUR L'APRÈS-PANDÉMIE

Le loisir est reconnu comme un accès à une meilleure qualité de vie pour toutes et tous. Il agit comme un baume sur l'isolement social des populations. En plus de ses nombreux bienfaits, il arrive à tracer son chemin dans ce contexte pandémique exceptionnel, sous ses formes anciennes et nouvelles (Marques & Giolo, 2020).

Des questions demeurent malgré tout en suspens. Certaines sont déjà abordées au Département d'études en loisir, culture et tourisme de l'UQTR : quels rôles les loisirs joueront-ils après la pandémie? Cet intérêt et cet engagement renouvelés pour les loisirs vont-ils se poursuivre ou la ferveur actuelle diminuera-t-elle avec le retour à une certaine normalité? Quel(s) rôle(s) les universitaires, les professionnels, les étudiants en loisir et les citoyens peuvent-ils jouer dans ce contexte social inusité? (de la Barre & coll. 2020). C'est entre autres autour de ces questionnements que plusieurs professeurs ont entrepris des recherches.

Au Laboratoire en loisir et vie communautaire (LLVC), sous la direction de la professeure Sylvie Miaux, une recherche sur l'expérience de la marche des individus vise à déterminer les particularités de la marche en temps de confinement par rapport à la marche en temps normal. L'objectif général est d'établir un portrait des marcheuses et des marcheurs en période de confinement en mettant en évidence les caractéristiques de la pratique, les raisons, le vécu et les effets de cette activité.

Sous la direction du professeur Marc-André Lavigne, l'OQL a mené une veille des positions provinciales et territoriales sur les mesures à adopter en loisir et en sport dans le contexte pandémique. Il a réalisé cette analyse en partenariat avec l'Association canadienne des parcs et loisirs, l'Association québécoise du loisir municipal et 12 organisations provinciales/territoriales de loisir.

De plus, les directeurs de l'OQL (Lavigne et Adjizian) dirigent actuellement une importante étude échelonnée sur deux ans portant sur les changements dans les habitudes de loisir liés à la pandémie de COVID-19. En parallèle s'effectue une revue de la littérature sur l'offre virtuelle de pratique d'activités physiques, toujours dans le contexte pandémique. Finalement, l'OQL a publié et publiera plusieurs bulletins sur ce sujet.

RÉFÉRENCES

Anderson, S. (2020). COVID-19 and Leisure in the United States. *World Leisure Journal*, 62(4), 352-356. <http://dx.doi.org/10.1080/16078055.2020.1825259>

Bánhidi, M., & Lacza, G. (2020). Lifestyle changes during COVID-19 period in Hungary – feedback of university students. *World Leisure Journal*, 62(4), 325-330. <http://dx.doi.org/10.1080/16078055.2020.1825251>

de la Barre, S., Stone, G., McKeown, J., & Schroeder, J. (2020). Thinking about leisure during a global pandemic. *World Leisure Journal*, 62(4), 306-310. <http://dx.doi.org/10.1080/16078055.2020.1825264>

Doubleday, A., Choe, Y., Busch Isaksen, T., Miles, S., & Errett, N. A. (2021). How did outdoor biking and walking change during COVID-19?: A case study of three US cities. *PLoS one*, 16(1), e0245514. de la Barre, Stone, McKeown et Schroeder (2020)

Dubois, Allison, Observatoire québécois du loisir (2021). Getting back in the game!. https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/pls/public/docs/GSC170/O0003451510_Getting_back_in_the_game_Canada_EN_VF.pdf

Geng, D. C., Innes, J., Wu, W., & Wang, G. (2020). Impacts of COVID-19 pandemic on urban park visitation: a global analysis. *Journal of forestry research*, 1-15. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11676-020-01249-w>

Kim, Y.-J., Cho, J.-H., & Park, Y.-J. (2020). Leisure Sports Participants' Engagement in Preventive Health Behaviors and Their Experience of Constraints on Performing Leisure Activities During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 11, 3392.

Lachance, E. L. (2020). COVID-19 and its Impact on Volunteering: Moving Towards Virtual Volunteering. *Leisure Sciences*, 1-7. <http://dx.doi.org/10.1080/01490400.2020.1773990>

Marques, L., & Giolo, G. (2020). Cultural leisure in the time of COVID-19: impressions from the Netherlands. *World Leisure Journal*, 62(4), 344-348. <http://dx.doi.org/10.1080/16078055.2020.1825256>

Parker, S. (1997, July). Leisure and culture: Consumers or participants? Paper presented at the meeting of the Leisure Studies Association. London, England.

Sivan, A. (2020). Reflection on leisure during COVID-19. *World Leisure Journal*, 62(4), 296-299. <http://dx.doi.org/10.1080/16078055.2020.1825260>

Stebbins (2009). *Serious Leisure and Work*. *Sociology Compass*, 3(5), 764-774.

Thibault, A. (2002). *Les bénévoles en loisir, un capital à cultiver*. Centre canadien de philanthropie.

Van Leeuwen, M., Klerks, Y., Bargeman, B., Helsinga, J., & Bastiaansen, M. (2020). Leisure will not be locked down – insights on leisure and COVID-19 from the Netherlands. *World Leisure Journal*, 62(4), 339-343. <http://dx.doi.org/10.1080/16078055.2020.1825255>

Sous la direction du professeur Marc-André Lavigne, l'OQL a collaboré à une veille des positions provinciales et territoriales sur les mesures à adopter en loisir et en sport dans le contexte pandémique.