



N° 89-622-XIF au catalogue

## Enquête sociale générale sur l'emploi du temps : cycle 19

# Bien vieillir : l'emploi du temps des Canadiens âgés

2005



Statistique  
Canada

Statistics  
Canada

Canada

## Comment obtenir d'autres renseignements

Toute demande de renseignements au sujet du présent produit ou au sujet de statistiques ou de services connexes doit être adressée à : Division de la statistique sociale et autochtone, Statistique Canada, Ottawa, Ontario, K1A 0T6 (téléphone : (613) 951-5979).

Pour obtenir des renseignements sur l'ensemble des données de Statistique Canada qui sont disponibles, veuillez composer l'un des numéros sans frais suivants. Vous pouvez également communiquer avec nous par courriel ou visiter notre site Web à [www.statcan.ca](http://www.statcan.ca).

Service national de renseignements	1 800 263-1136
Service national d'appareils de télécommunications pour les malentendants	1 800 363-7629
Renseignements concernant le Programme des services de dépôt	1 800 700-1033
Télécopieur pour le Programme des services de dépôt	1 800 889-9734
Renseignements par courriel	<a href="mailto:infostats@statcan.ca">infostats@statcan.ca</a>
Site Web	<a href="http://www.statcan.ca">www.statcan.ca</a>

## Renseignements pour accéder au produit

Le produit n° 89-622-XIF au catalogue est disponible gratuitement sous format électronique. Pour obtenir un exemplaire, il suffit de visiter notre site Web à [www.statcan.ca](http://www.statcan.ca) et de choisir la rubrique Nos produits et services.

## Normes de service à la clientèle

Statistique Canada s'engage à fournir à ses clients des services rapides, fiables et courtois, et ce, dans la langue officielle de leur choix. À cet égard, notre organisme s'est doté de normes de service à la clientèle qui doivent être observées par les employés lorsqu'ils offrent des services à la clientèle. Pour obtenir une copie de ces normes de service, veuillez communiquer avec Statistique Canada au numéro sans frais 1 800 263-1136. Les normes de service sont aussi publiées dans le site [www.statcan.ca](http://www.statcan.ca) sous À propos de Statistique Canada > Offrir des services aux Canadiens.



Statistique Canada  
Division de la statistique sociale et autochtone

# Bien vieillir : l'emploi du temps des Canadiens âgés

2005

par Susan Stobert  
Donna Dosman  
Norah Keating

Publication autorisée par le ministre responsable de Statistique Canada

© Ministre de l'Industrie, 2006

Tous droits réservés. Le contenu de la présente publication électronique peut être reproduit en tout ou en partie, et par quelque moyen que ce soit, sans autre permission de Statistique Canada, sous réserve que la reproduction soit effectuée uniquement à des fins d'étude privée de recherche, de critique, de compte rendu ou en vue d'en préparer un résumé destiné aux journaux et/ou à des fins non commerciales. Statistique Canada doit être cité comme suit : Source (ou « Adapté de », s'il y a lieu) : Statistique Canada, année de publication, nom du produit, numéro au catalogue, volume et numéro, période de référence et page(s). Autrement, il est interdit de reproduire le contenu de la présente publication, ou de l'emmagasiner dans un système d'extraction, ou de le transmettre sous quelque forme ou par quelque moyen que ce soit, reproduction électronique, mécanique, photographique, pour quelque fin que ce soit, sans l'autorisation écrite préalable des Services d'octroi de licences, Division des services à la clientèle, Statistique Canada, Ottawa, Ontario, Canada K1A 0T6.

Juillet 2006

N° 89-622-XIF au catalogue, n° 2

ISSN : 1911-1800

ISBN : 0-662-72233-7

Périodicité : hors série

Ottawa

This publication is available in english upon request (catalogue no. 89-622-XIE).

---

## Note de reconnaissance

Le succès du système statistique du Canada repose sur un partenariat bien établi entre Statistique Canada et la population, les entreprises, les administrations canadiennes et les autres organismes. Sans cette collaboration et cette bonne volonté, il serait impossible de produire des statistiques précises et actuelles.

## Signes conventionnels

Les signes conventionnels suivants sont employés uniformément dans les publications de Statistique Canada :

- . indisponible pour toute période de référence
- .. indisponible pour une période de référence précise
- ... n'ayant pas lieu de figurer
- 0 zéro absolu ou valeur arrondie à zéro
- 0<sup>s</sup> valeur arrondie à 0 (zéro) là où il y a une distinction importante entre le zéro absolu et la valeur arrondie
- <sup>p</sup> provisoire
- <sup>r</sup> révisé
- x confidentiel en vertu des dispositions de la *Loi sur la statistique*
- <sup>E</sup> à utiliser avec prudence
- F trop peu fiable pour être publié

## Table des matières

Bien vieillir : l'emploi du temps des Canadiens âgés .....	4
Participer ou ne plus participer à des activités.....	5
Le nombre d'heures de travail rémunéré diminue après 55 ans.....	6
Le vieillissement permet de se livrer à d'autres activités, comme le repos et les loisirs.....	7
Les loisirs ne se résument pas à l'écoute de la télévision .....	9
Le temps consacré aux loisirs augmente au troisième âge .....	11
Les loisirs actifs des hommes et des femmes changent dans le troisième âge.....	11
La participation au marché du travail a fluctué au cours de la dernière décennie .....	13
« Bien vieillir », qu'est-ce que ça signifie? .....	17
Quels rôles jouent la santé et le niveau d'activité dans le fait de bien vieillir? .....	21
Les Canadiens âgés et en bonne santé consacrent plus de temps au travail rémunéré .....	24
Davantage de travail non rémunéré est effectué par des Canadiens âgés en bonne santé .....	25
Loisirs.....	25
Les Canadiens en moins bonne santé consacrent davantage de temps aux loisirs passifs .....	25
Les loisirs actifs peuvent être corrélés au fait de bien vieillir .....	25
Loisirs cognitifs .....	25
Loisirs sociaux .....	26
Loisirs physiques .....	26
Conclusion .....	27
Méthodes .....	28
Ce qu'il faut savoir concernant les variables.....	28
Construction de la typologie.....	28
Analyse .....	28
Glossaire des termes .....	29
Références.....	30

## Bien vieillir : l'emploi du temps des Canadiens âgés

Comme c'est le cas dans d'autres pays occidentaux, la population du Canada vieillit. On prévoit que le nombre de Canadiens de plus de 65 ans se situera à 22 % de la population totale d'ici à 2026 comparativement à 13 % en 2005 et à tout juste 8 % en 1971 (Statistique Canada, Cansim). Au cours des dernières décennies, les chercheurs se sont montrés préoccupés par les aspects négatifs du vieillissement de la population, notamment la façon de dispenser des soins aux personnes âgées ou la façon de gérer les régimes de pension d'un nombre croissant de retraités. Pourtant, avec la retraite imminente d'une importante cohorte de baby-boomers, l'attention s'est portée sur les aspects plus positifs du vieillissement. Même avec cette vision plus positive, les personnes âgées sont généralement cantonnées dans deux stéréotypes. Elles sont considérées soit comme des individus qui, après la retraite, deviennent des citoyens inactifs ne contribuant plus à la société (Hicks, 2002), soit comme des personnes plus occupées que jamais, consacrant leurs journées à faire du bénévolat et à venir en aide aux autres (Kelley, 1993 et 1997). Il faut toutefois aller au-delà des stéréotypes si nous voulons véritablement savoir si les Canadiens âgés « vieillissent bien ». Les enquêtes sur l'emploi du temps permettent d'examiner les activités précises de cette tranche de la population et fournissent des renseignements sur les divers aspects de la vie de ces Canadiens.

L'expression « bien vieillir » fait maintenant partie du vocabulaire utilisé pour parler des adultes plus âgés. La signification de cette expression a été le sujet d'un débat constant dans les 50 dernières années. Une des opinions les plus couramment acceptées consiste à trouver un sens et une utilité aux activités de la personne concernée. On a constaté que les activités significatives sur le plan personnel et librement choisies sont corrélées à des résultats physiques et psychologiques positifs (McPherson, 2004).

Quelles sont ces activités personnelles significatives? Certaines activités sont particulièrement importantes sous l'angle de la motivation, du maintien du moral et du sentiment identitaire (Baker, Cahalin, Gerst et Burr, 2005). Par exemple, tant les hommes que les femmes consacrent une partie importante de leur vie à perfectionner leurs compétences et à faire avancer leur carrière. Certains d'entre eux s'épanouissent dans le travail, lequel joue un rôle important dans leur sentiment identitaire (Baker et coll., 2005). Les travailleurs plus âgés, particulièrement les hommes qui sont en meilleure santé et qui ont un niveau de scolarité plus élevé, sont plus susceptibles de maintenir les liens avec la population active (Schellenberg, Turcotte et Ram, 2005). Tandis que certains peuvent rester sur le marché du travail en raison des politiques en matière de retraite, des attentes de la société ou des contraintes économiques (Caro et Bass, 1995; Schellenberg et coll., 2005), d'autres peuvent y demeurer parce que leur travail leur permet de s'épanouir personnellement. Ces Canadiens plus âgés parlent des défis positifs posés par le travail, des contacts sociaux ainsi que du sentiment de se sentir désirés et utiles (Schellenberg et coll., 2005).

Différents types de travail non rémunéré peuvent également contribuer à donner un sens à la vie. Ces activités peuvent servir de mécanismes d'adaptation pour les Canadiens plus âgés qui passent du statut de travailleur à celui de retraité (Bradley, 1999-2000). Pour de nombreux adultes plus âgés, le bénévolat représente une occasion de continuer à faire valoir leurs compétences et de ressentir un sentiment d'utilité leur permettant de transmettre leurs connaissances aux générations futures (Ranzijn, 2002). Le fait de s'occuper d'un membre de la famille ou d'un ami ou de lui prêter assistance donne la possibilité de rendre les soins ou les services reçus précédemment. L'entretien de sa maison est aussi une activité qui contribue à forger un sentiment d'appartenance et une identité personnelle (Rubinstein, 1990). Toutes ces

activités non rémunérées peuvent renforcer le sentiment d'identité et constituent des moyens de rendre à la société ce qu'elle nous a donné (Ranzijn, 2002).

Les individus peuvent aussi consacrer du temps aux loisirs. Les loisirs, que ce soit sous la forme d'exercices physiques, de stimulation mentale, d'interaction sociale, de passe-temps manuels, de méditation, fournissent des occasions de donner un sens à la vie, de maintenir un sentiment d'utilité, d'estime de soi et d'actualisation (Hendricks et Cutler, 2003). Les relations sociales fournissent aux individus du soutien affectif et matériel ainsi qu'un sentiment d'appartenance, et elles constituent une ressource précieuse dans les périodes de besoin (Baumeister et Leary, 1995; Myers et Diener, 1995; Ryan et Deci, 2000). Il est possible de tirer parti de différents ensembles d'activités permettant de « bien vieillir », mais la combinaison d'activités diffère probablement d'un individu à l'autre parce que ceux-ci n'obtiendront pas les mêmes résultats positifs des mêmes activités.

Il n'y a pas de recette pour « bien vieillir ». D'aucuns ont soutenu que, pour bien vieillir, les adultes plus âgés doivent se retirer graduellement et gracieusement de la vie active et délaissier lentement leurs activités (Cumming et Henry, 1961). Pour d'autres, bien vieillir signifie maintenir des niveaux continus de participation à différentes activités (Atchely, 1989; Kelley, 1993 et 1997). Comme les Canadiens âgés forment un groupe hétérogène, il n'y a pas de formule idéale pour bien vieillir. La diversité des activités tient au fait que les adultes plus âgés traversent différentes étapes majeures, notamment la retraite, la réduction de la superficie du milieu de vie et/ou le veuvage tout en voyant ou non leur santé décliner, et ce à des moments différents de leur vie et dans différents contextes en matière de santé ainsi que de ressources financières et sociales. Pourtant, même avec une santé déclinante, les individus peuvent optimiser leurs ressources, modifier leur niveau d'activité et/ou adapter leur milieu de façon qu'il réponde à leurs besoins (Baltes et Baltes, 1990). Les tenants de cette opinion affirment que les Canadiens plus âgés qui « vieillissent bien » peuvent trouver une adéquation ou un équilibre entre leurs activités et leurs ressources et, par le fait même, tirer un sens ou une satisfaction de leur combinaison particulière d'activités relativement à leur niveau de ressources.

L'objectif de la présente étude est de mieux comprendre le rapport entre le fait de bien vieillir (mesuré selon le degré de satisfaction envers la vie), le niveau de ressources relatives à la santé et les activités des Canadiens plus âgés. Le recours aux données sur l'emploi du temps constitue le moyen idéal pour atteindre cet objectif. Premièrement, les activités générales des hommes et des femmes pendant le troisième âge sont examinées. Ensuite, les tendances générales de l'emploi du temps sont étudiées selon trois années précises afin d'en examiner l'évolution. Troisièmement, les activités des hommes et de femmes dont l'état de santé n'est pas le même pendant le troisième âge sont examinées sous l'angle du degré de satisfaction envers la vie qui est utilisé pour mesurer le sentiment d'adéquation des répondants entre leurs activités et leurs ressources en santé. Ces analyses nous permettent de savoir s'il existe différentes combinaisons d'activités pour « bien vieillir » et de comprendre quel rôle une bonne santé joue dans ce contexte.

### **Participer ou ne plus participer à des activités**

Au fur et à mesure que les adultes avancent en âge, ils modifient leur emploi du temps. Ils peuvent cesser progressivement certaines activités, se livrer plus intensément à d'autres ou en essayer de nouvelles. Dans la présente section, les données sur l'emploi du temps des personnes plus âgées servent à répondre à trois questions. Quel était le degré de participation des Canadiens plus âgés à diverses activités selon différentes cohortes d'âges? À quels types d'activités se livrent et cessent de se livrer les Canadiens âgés? Ces tendances ont-elles

changé durant la dernière décennie? Les données sur les cohortes plus jeunes sont présentées dans certains graphiques à des fins de comparaison avec les cohortes plus âgées.

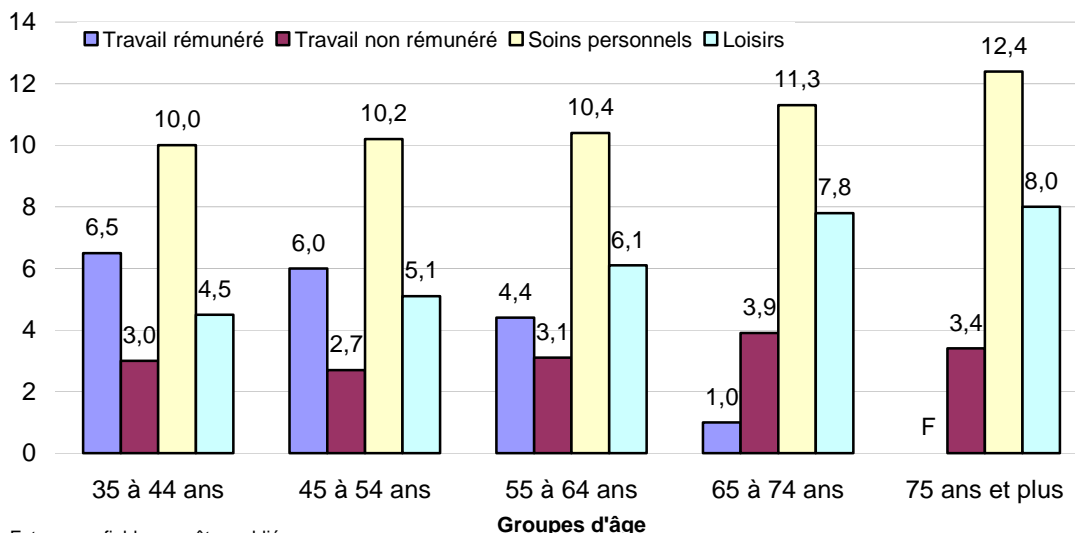
### Le nombre d'heures de travail rémunéré diminue après 55 ans

Au fur et à mesure que les Canadiens avancent vers la retraite, leur emploi du temps quotidien change (voir les graphiques 1 et 2). La majorité des hommes et des femmes commencent à délaissier le travail rémunéré au début de la cinquantaine. Le nombre moyen d'heures de travail rémunéré des hommes est passé de 4.4 heures chez les 55 à 64 ans à 1.0 heure chez les 65 à 74 ans.<sup>1</sup> Par ailleurs, la diminution du nombre moyen d'heures alloué au travail rémunéré est passée de 2,3 heures chez les femmes de 55 à 64 ans à 0,4 heure chez les femmes de 65 à 74 ans.

Graphique 1

#### Que font les Canadiens?

Nombre d'heures par jour



F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

Les responsabilités liées à la famille et au ménage accaparaient un grand nombre d'heures chaque jour. En moyenne, les hommes et les femmes de 55 à 64 ans ont déclaré respectivement 3,1 et 4,8 heures de travail non rémunéré<sup>2</sup> chaque jour. Tandis que le temps consacré au travail rémunéré diminuait chez les hommes de 65 à 74 ans, le nombre d'heures passées à faire du travail non rémunéré augmentait à 3,9 heures par jour alors que le temps que consacraient les femmes à ces tâches demeurait le même. Chez les répondants de 75 ans et plus, le nombre d'heures de travail non rémunéré a diminué. Les résultats de l'examen du travail rémunéré et non rémunéré révèlent que le fait de cesser certaines activités est associé à une plus grande participation à d'autres activités. Les Canadiens âgés cessent de se livrer à ces activités, comme le travail rémunéré, pour lesquelles la société a institutionnalisé leur retraite, mais ils se livrent aussi ou plus intensément à d'autres activités, comme le travail non rémunéré. Cette constatation va dans le sens des travaux précédents qui en sont venus à la

1. Ces moyennes sont calculées pour toute la population et sont réparties sur sept jours.

2. Le travail non rémunéré comprend les tâches domestiques le bénévolat et les soins dispensés et l'aide apportée à d'autres personnes.

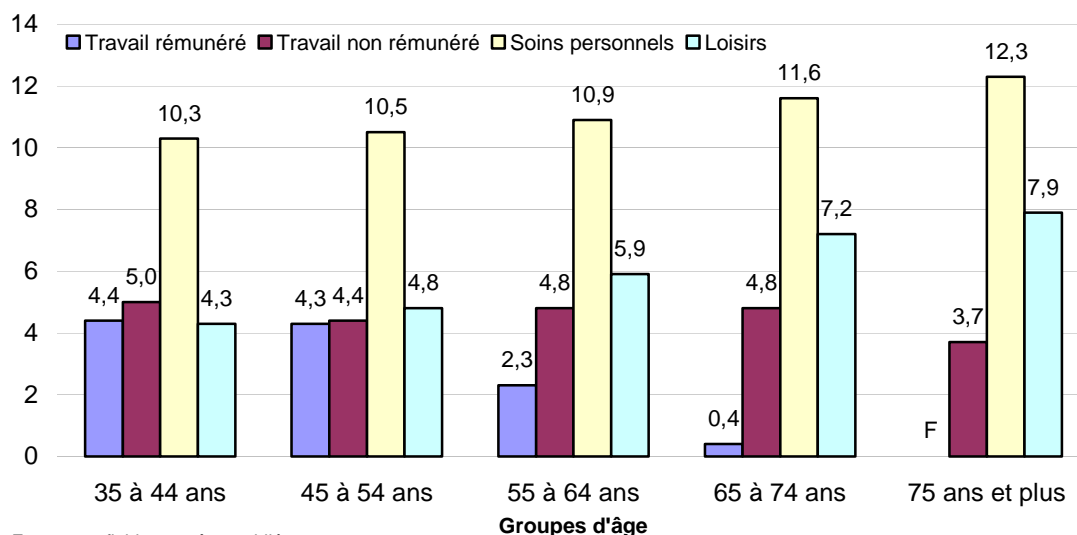


conclusion que les hommes et les femmes consacrent à d'autres activités productives une partie du temps qu'ils allouaient auparavant au travail rémunéré (Dosman, Fast, Chapman et Keating, 2006).

Graphique 2

### Que font les Canadiennes?

Nombre d'heures par jour



F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

### Le vieillissement permet de se livrer à d'autres activités, comme le repos et les loisirs

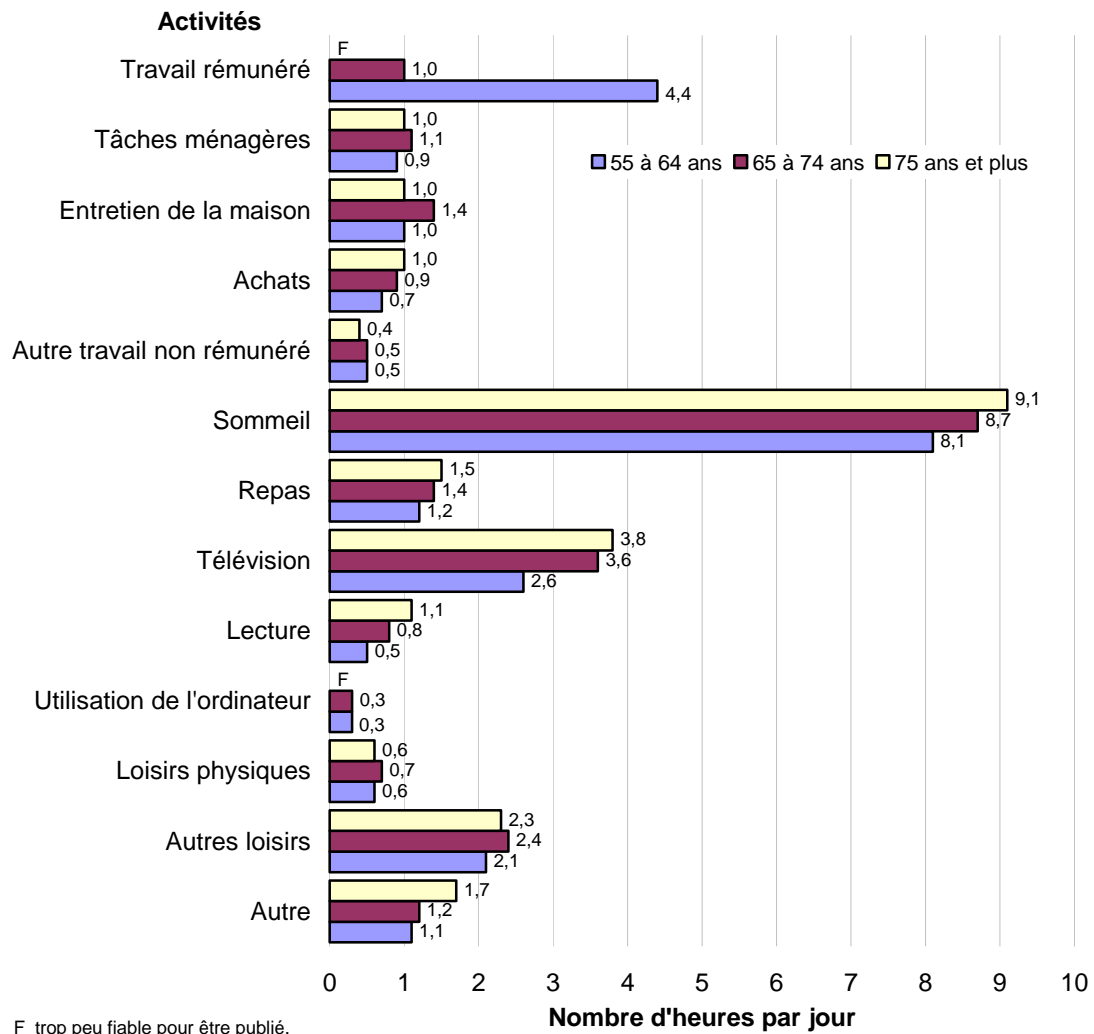
Les journées de tous et de toutes sont composées d'exactly 24 heures, ce qui signifie que chaque personne dispose d'un nombre d'heures donné pour dormir, manger, gagner sa vie, prendre soin des autres, s'acquitter de ses responsabilités domestiques et avoir des loisirs. L'examen des compromis entre ces activités nous permet de mieux comprendre les tendances relatives aux activités et à la capacité de bien vieillir.

La diminution du nombre d'heures de travail rémunéré permet de répartir le temps entre différentes activités. Les hommes consacraient davantage de temps aux soins personnels, comme le repos et le sommeil (de 8,1 heures par nuit chez les hommes de 55 à 64 ans à 9,1 heures chez ceux 75 ans et plus). Ils accordaient aussi plus de temps aux loisirs (1,2 heure de plus par jour à l'écoute de la télévision, soit plus du double du temps consacré à la lecture, activité à laquelle ils consacraient plus d'une heure par jour). Ils allouaient plus de temps aux tâches ménagères, à l'entretien de la maison et aux achats (voir le graphique 3).

L'emploi du temps des femmes a également changé après 55 ans (voir le graphique 4). Tout comme les hommes, les femmes consacraient davantage de temps aux soins personnels, particulièrement au sommeil ou au repos (de 8,5 heures par jour chez les 55 à 64 ans à 9,3 heures chez les 75 ans et plus). Elles avaient aussi passé plus de temps à s'adonner à des loisirs (une hausse de 1,2 heure par jour pour l'écoute de la télévision et de 0,5 heure pour la lecture).

Graphique 3

**Une journée dans la vie des Canadiens âgés**

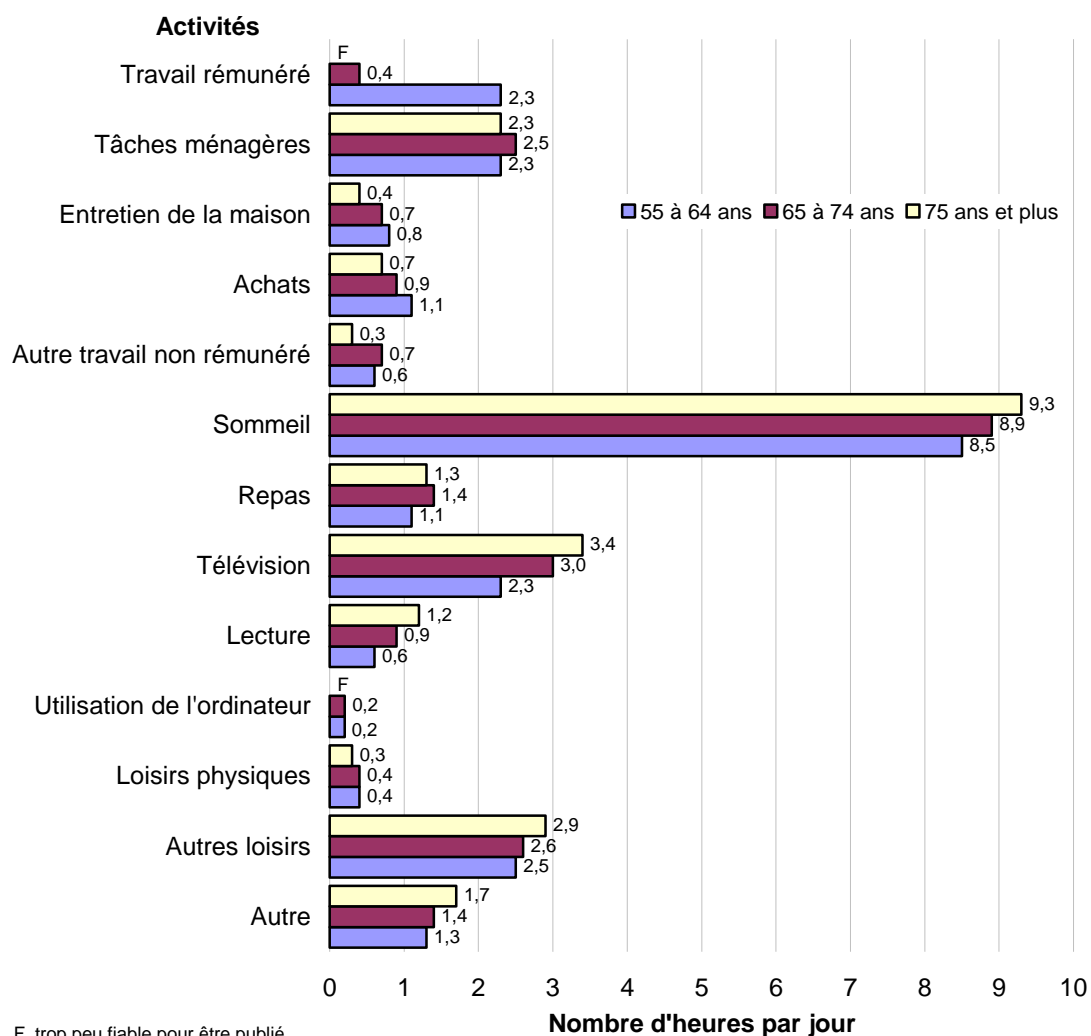


F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

Graphique 4

### Une journée dans la vie des Canadiennes âgées



F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

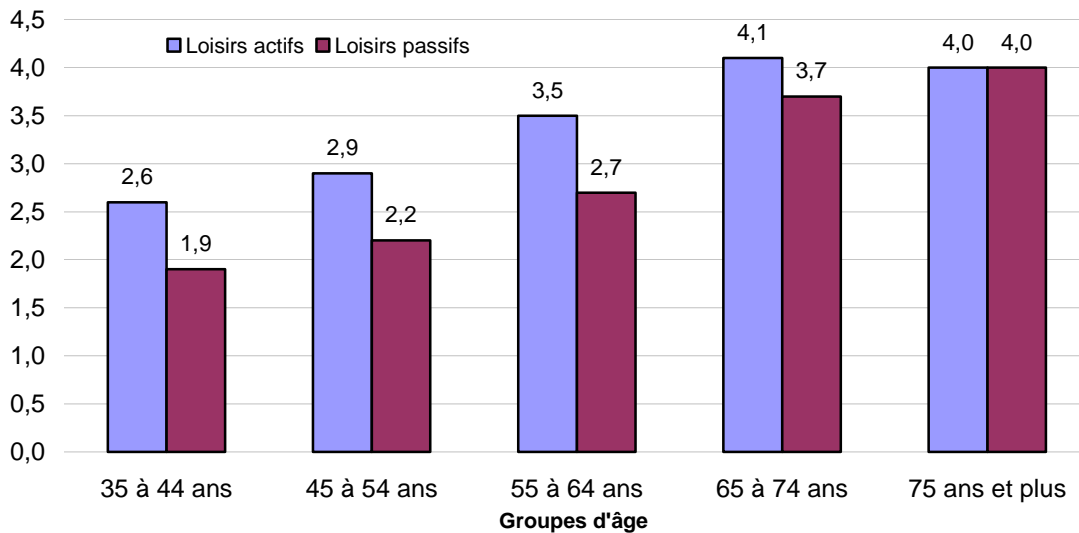
### Les loisirs ne se résument pas à l'écoute de la télévision

Les loisirs occupent une importante partie de la vie des Canadiens âgés des deux sexes, tant sous l'angle du temps qu'ils y consacrent que sous celui de la façon dont ces activités peuvent contribuer à leur bien-être. Les hommes de 65 à 74 ans ont consacré presque huit heures par jour aux loisirs (voir le graphique 5) et les femmes, 7,2 heures en moyenne (voir le graphique 6). Cela représente une augmentation de plus d'une heure comparativement aux hommes et aux femmes de 55 à 64 ans.

Graphique 5

**Temps moyen consacré aux loisirs par les Canadiens**

Nombre d'heures par jour

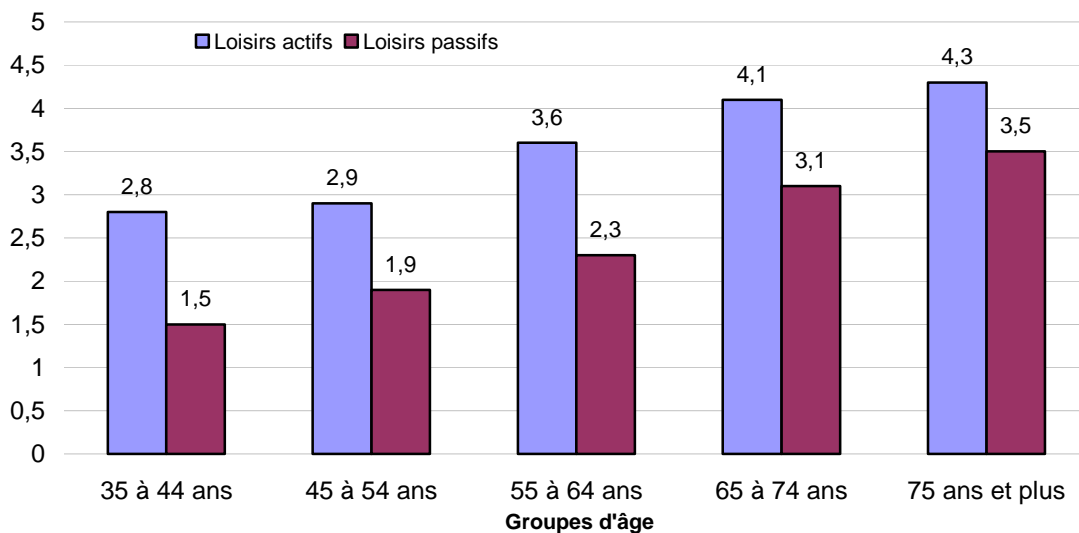


Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

Graphique 6

**Temps moyen consacré aux loisirs par les Canadiennes**

Nombre d'heures par jour



Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

Il y a quatre types de loisirs : les loisirs passifs, les loisirs cognitifs, les loisirs sociaux et les loisirs physiques (Fast, Dosman, Keating et Chapman, en examen). Les loisirs passifs comprennent des activités comme l'écoute de la télévision et de la radio et les promenades en voiture. Lire des livres ou des journaux, faire des activités éducatives, assister à des spectacles, avoir des passe-temps, jouer aux cartes, utiliser un ordinateur ou surfer sur Internet font partie des loisirs cognitifs. Les loisirs sociaux comprennent le fait de rencontrer des amis et des parents ainsi que de parler au téléphone. Enfin, les loisirs physiques comprennent toutes les activités récréatives physiques. Les loisirs cognitifs, les loisirs sociaux et les loisirs physiques peuvent se combiner pour former des loisirs actifs comparativement aux activités de loisirs passifs.

### **Le temps consacré aux loisirs augmente au troisième âge**

Les hommes et les femmes qui avaient dépassé l'âge de la retraite avaient davantage de loisirs actifs et de loisirs passifs que les cohortes plus jeunes (voir les graphiques 5 et 6). En fait, les hommes de 75 ans et plus consacraient au-delà d'une heure de plus à des loisirs passifs que les hommes de 55 à 64 ans. Toutefois, malgré cette hausse du temps passé à faire des loisirs passifs, les hommes consacraient quand même plus de temps aux loisirs actifs qu'aux loisirs passifs jusqu'après 75 ans. Chez les femmes, les loisirs actifs prédominaient, même chez celles qui avaient plus de 75 ans. Les femmes les plus âgées ont déclaré qu'elles consacraient davantage d'heures aux loisirs actifs qu'aux activités passives (4,3 heures de loisirs actifs par jour comparativement à 3,5 heures de loisirs passifs). Au cours de la vieillesse, les femmes consacraient un plus petit nombre d'heures aux loisirs que les hommes, mais la différence principale résidait dans le temps consacré aux loisirs passifs, soit environ une demi-heure de moins par jour chez chaque groupe d'âge.

### **Les loisirs actifs des hommes et des femmes changent dans le troisième âge**

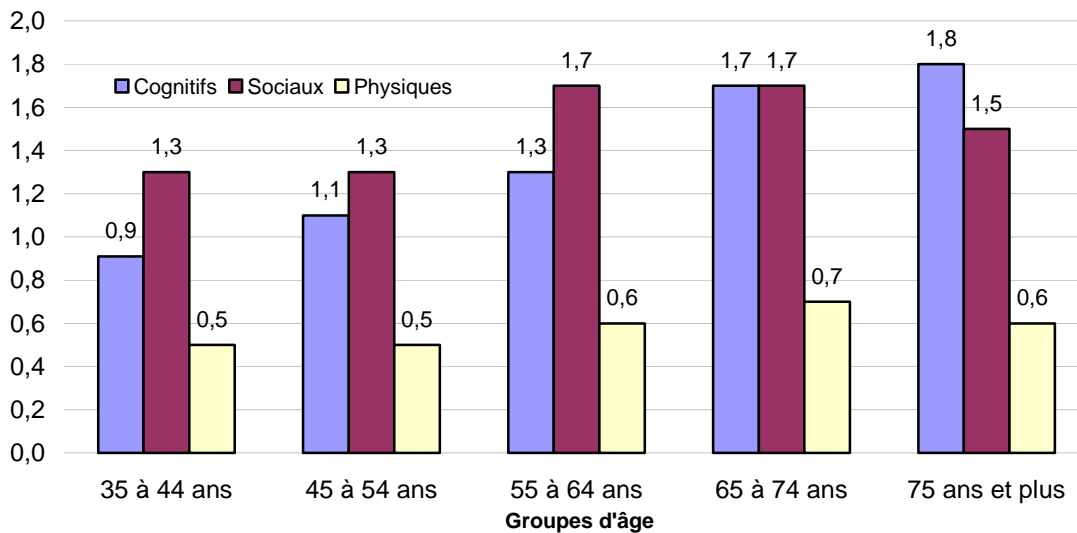
Les loisirs actifs ne sont pas les mêmes pour les hommes et les femmes à différentes étapes de leur vie. Les hommes de plus de 65 ans consacraient 4,1 heures par jour à tous leurs loisirs actifs, soit environ une demi-heure de plus que les hommes plus jeunes sur le marché du travail (voir le graphique 5). Cette augmentation peut être attribuable en grande partie à une hausse du temps consacré aux activités cognitives à un âge plus avancé, puisque le temps consacré aux loisirs physiques est demeuré stable. Chez les hommes de 65 à 74 ans, les loisirs sociaux occupaient un peu plus de 1,7 heure par jour, un chiffre légèrement à la baisse chez les plus âgés (voir le graphique 7).

Une hausse semblable du nombre total d'heures consacrées aux loisirs actifs au troisième âge a été observée chez les femmes (voir le graphique 6). Les femmes de 75 ans et plus consacraient en effet environ 4,3 heures par jour à ce type de loisirs, soit presque trois quarts d'heure de plus que les femmes qui avaient au moins 20 ans de moins. Il y avait une importante différence au chapitre du temps consacré aux loisirs cognitifs entre les plus âgées et les plus jeunes. Les femmes de 75 ans et plus y consacraient 2,1 heures par jour, c'est-à-dire environ 0,7 heure de plus par jour que les femmes de 55 à 64 ans (voir le graphique 8). D'autre part, des écarts minimes ont été observés sur le plan des activités sociales, le nombre d'heures oscillant entre 1,8 et 2 par jour. Le temps passé à faire des activités physiques est demeuré relativement stable. Dans toutes les cohortes d'âge, les femmes consacraient plus de temps que les hommes aux loisirs sociaux et cognitifs. À l'inverse, les hommes de tous les groupes d'âge ont déclaré un plus grand nombre d'heures que les femmes consacrées aux loisirs physiques.

Graphique 7

### Les loisirs actifs des Canadiens changent

Nombre d'heures par jour

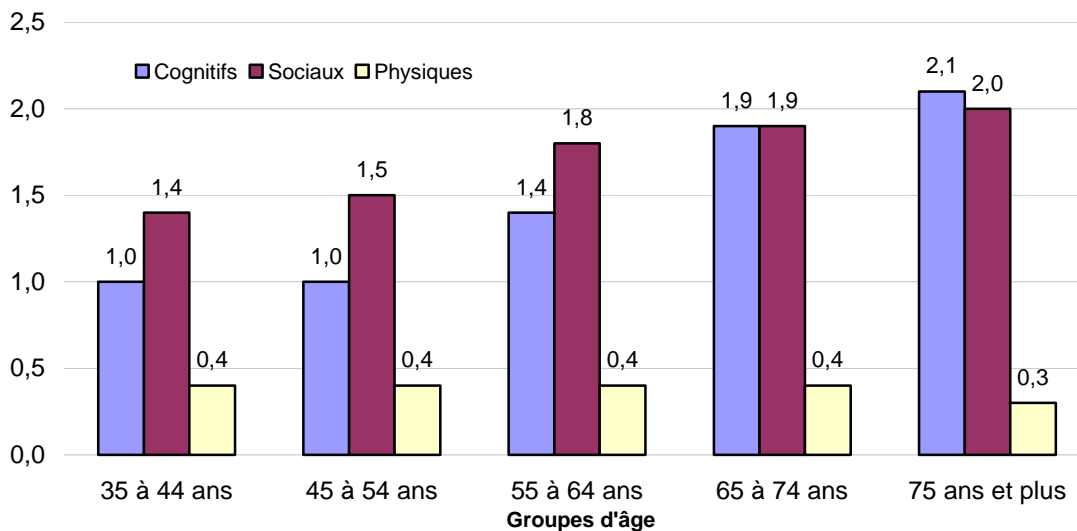


Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

Graphique 8

### Les loisirs actifs des Canadiennes changent

Nombre d'heures par jour



Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

Ces résultats montrent que les adultes plus âgés consacraient plus de temps à des loisirs établis en vieillissant mais qu'ils pouvaient aussi avoir de nouveaux intérêts à ce chapitre.

## La participation au marché du travail a fluctué au cours de la dernière décennie

La participation des femmes et des hommes au marché du travail n'est pas la même à différentes périodes et au cours de la vie. L'évolution des conditions économiques, les attentes de la société et les politiques sociales peuvent influencer sur le niveau de participation des Canadiens âgés, particulièrement en ce qui concerne le travail rémunéré. Par ricochet, cela a des répercussions sur la participation à d'autres activités. Pour examiner la mesure dans laquelle les tendances relatives à l'emploi du temps ont changé au fil des ans, nous avons tenu compte des données concernant trois années, soit 1992, 1998 et 2005

La participation des hommes de 55 à 74 ans au marché du travail a diminué en 1998 par rapport à 1992, mais elle a atteint un nouveau sommet en 2005 (voir le tableau 1).<sup>3</sup> Au début des années 1990, l'économie du Canada a connu un certain nombre de contractions qui ont eu un effet d'entraînement et ont touché différemment les travailleurs canadiens plus âgés (Duchesne, 2002 et 2004). Du milieu à la fin des années 1990, les travailleurs plus âgés de sexe masculin ont vécu un certain nombre d'expériences négatives, comme la réduction des effectifs et les retraites anticipées forcées, à la suite du ralentissement de l'économie. Il est possible que certains de ces travailleurs plus âgés aient accueilli avec soulagement cette retraite obligatoire, tandis que d'autres peuvent en avoir souffert.

D'autre part, les contractions économiques ont eu des effets moins défavorables sur la majorité des femmes de 55 à 64 ans. En fait, pendant cette période de 14 ans, le taux de participation au marché du travail des femmes de ce groupe d'âge a augmenté de 15 points de pourcentage (voir le tableau 1). Les hommes et les femmes de plus de 75 ans affichaient pour leur part de faibles taux de participation.

**Tableau 1.**  
**La participation au marché du travail a changé depuis 1992**

	1992	1998	2005
	%		
<b>Hommes</b>			
55 à 64 ans	64	59	68
65 à 74 ans	19	14	23
75 ans et plus	6	5	6
<b>Femmes</b>			
55 à 64 ans	36	41	51
65 à 74 ans	6	7	10
75 ans et plus	1	1	2

Nota: Pourcentage de répondants ayant eu un travail rémunéré dans les 12 derniers mois.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale de 1992, 1998 et 2005.

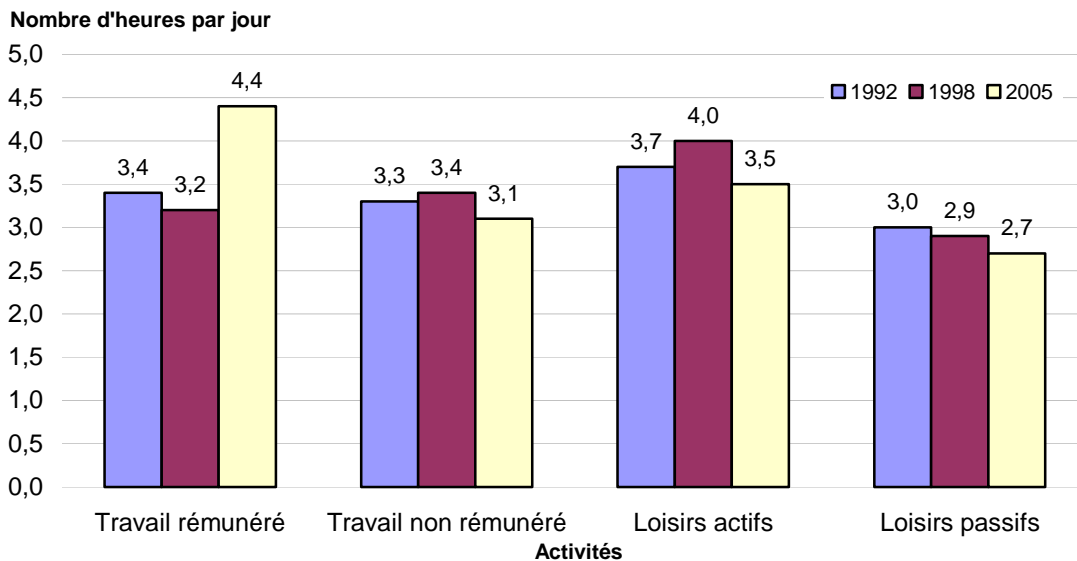
3. Les taux de participation au marché du travail établis à partir des données sur l'emploi du temps de l'ESG sont légèrement plus élevés que ceux calculés au moyen des données de l'Enquête sur la population active (EPA). Cette situation est en partie attribuable aux périodes différentes visées par les questions des enquêtes. Tandis que les questions de l'ESG portent sur les emplois occupés dans les 12 derniers mois, celles de l'EPA se limitent aux emplois du dernier mois. Les tendances illustrées par les données de l'ESG reflètent celles de l'EPA.

La variation du taux de participation au marché du travail au cours des 14 dernières années a eu une incidence sur le temps moyen consacré au travail rémunéré par les hommes et les femmes de 55 à 74 ans et, par conséquent, sur le temps consacré à d'autres activités (voir graphiques 9 à 14). Comme le laissent penser les données ci-dessus sur la participation au marché du travail, le temps consacré au travail rémunéré a augmenté d'environ une heure par jour chez les hommes de 55 à 64 ans entre 1998 et 2005 après avoir enregistré une chute de 1992 à 1998 (graphique 9). La hausse au chapitre du travail rémunéré s'accompagnait d'une diminution en ce qui concerne le travail non rémunéré et les loisirs actifs. Rien n'a changé en ce qui a trait aux loisirs passifs.

Chez les femmes de 55 à 64 ans, le temps consacré au travail rémunéré a augmenté en moyenne de 30 minutes par jour à chaque période (voir le graphique 12). Cette hausse a entraîné une diminution équivalente dans les loisirs (presque toujours dans les loisirs actifs).

Graphique 9

**Changements dans l'emploi du temps des Canadiens de 55 à 64 ans**



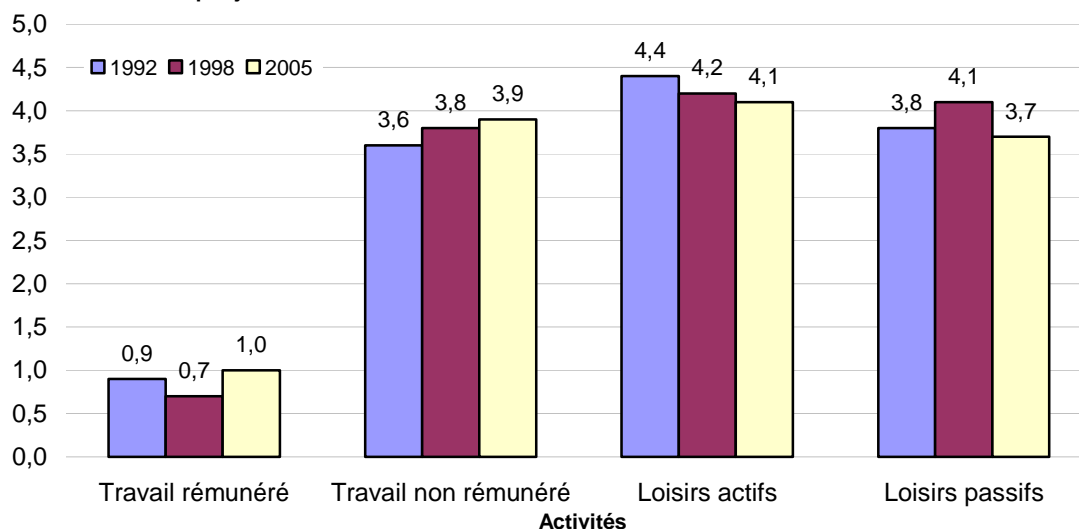
Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 1992, 1998 et 2005.



Graphique 10

**Changements dans l'emploi du temps des Canadiens de 65 à 74 ans**

Nombre d'heures par jour

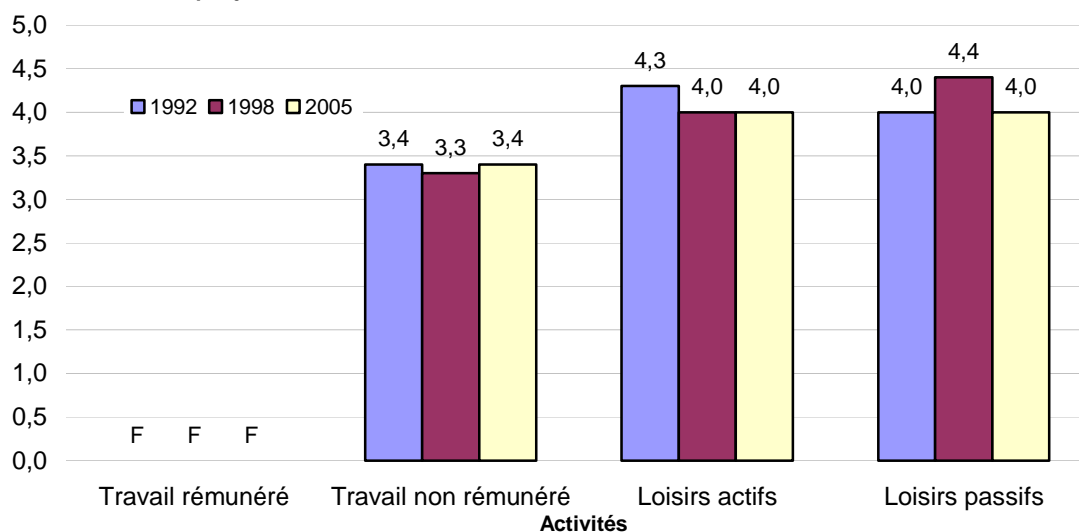


Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 1992, 1998 et 2005.

Graphique 11

**Changements dans l'emploi du temps des Canadiens de 75 ans et plus**

Nombre d'heures par jour



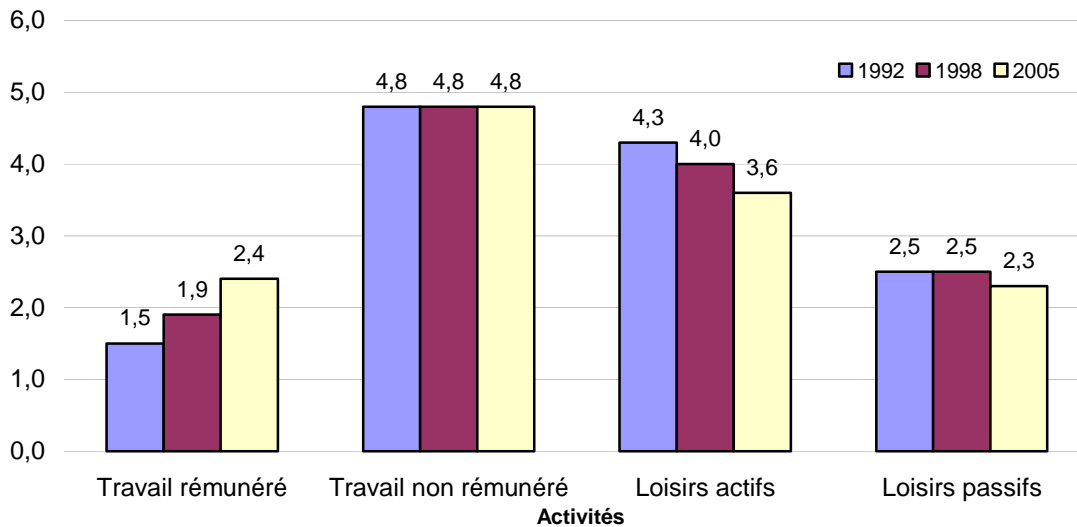
F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 1992, 1998 et 2005.

Graphique 12

**Changements dans l'emploi du temps des Canadiennes de 55 à 64 ans**

Nombre d'heures par jour

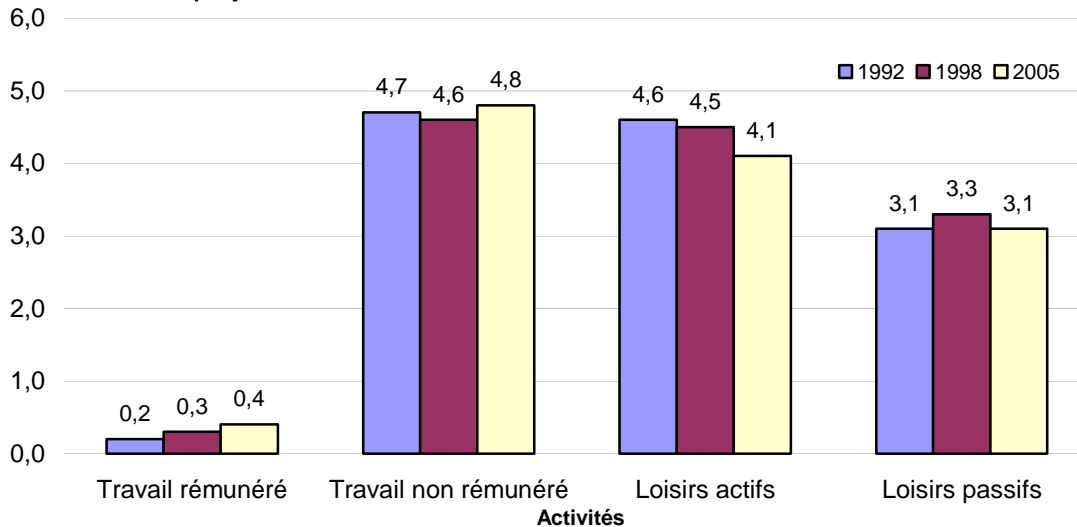


Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 1992, 1998 et 2005.

Graphique 13

**Changements dans l'emploi du temps des Canadiennes de 65 à 74 ans**

Nombre d'heures par jour

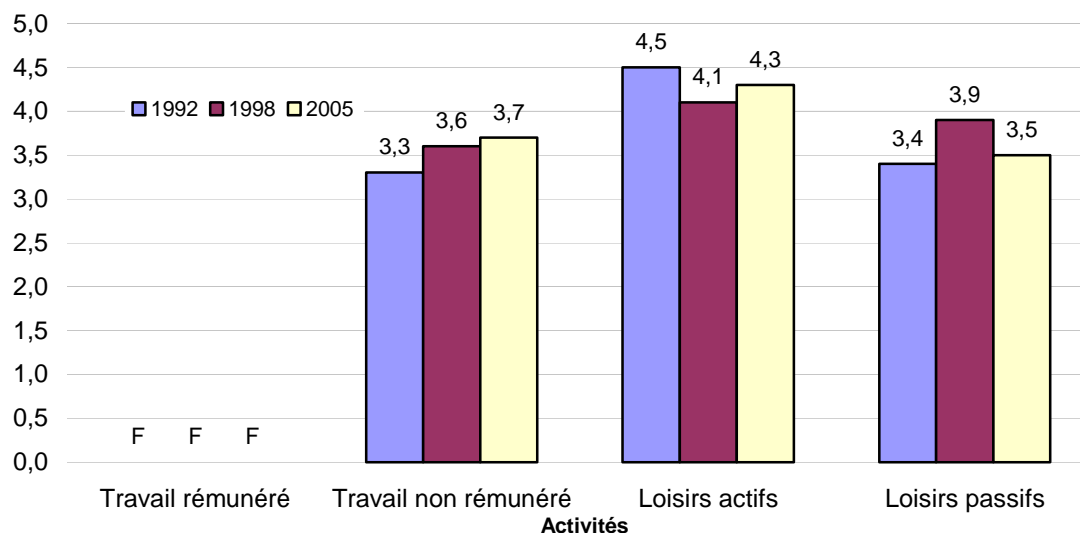


Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 1992, 1998 et 2005.

Graphique 14

**Changements dans l'emploi du temps des Canadiennes de 75 ans et plus**

Nombre d'heures par jour



F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 1992, 1998 et 2005.

Les tendances relatives à l'emploi du temps des hommes et des femmes du Canada âgés de 65 à 74 ans n'ont pas changé de façon substantielle entre 1992 et 2005. Une petite hausse du temps consacré au travail rémunéré chez les 65 à 74 ans et une petite baisse correspondante dans les loisirs ont été observées.

Chez les personnes âgées de 75 ans et plus, les différences entre les sexes disparaissent presque entièrement chez ce groupe d'âge. Seules de petits écarts subsistent au fur et à mesure que les hommes et les femmes vieillissent.

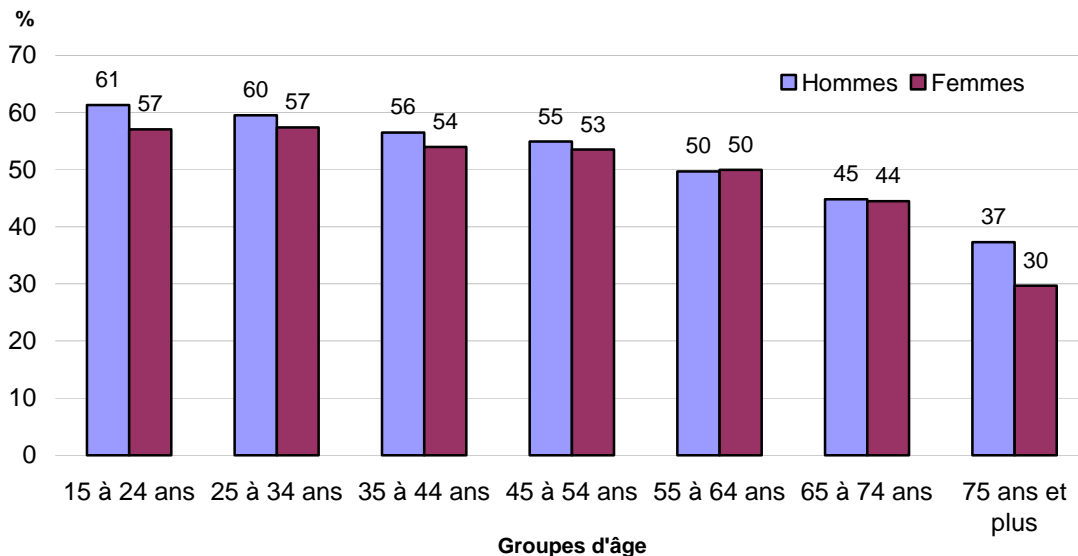
**« Bien vieillir », qu'est-ce que ça signifie?**

La section précédente illustre les activités des adultes plus âgés et la façon dont les tendances relatives à la participation diffèrent entre les groupes d'âge et les sexes ainsi qu'au fil du temps. Toutefois, le fait de bien vieillir ne se limite pas à des degrés élevés de participation. Les Canadiens plus âgés qui vieillissent bien sont en mesure de trouver un équilibre ou une adéquation entre leur niveau actuel d'activité, d'une part, et la situation dans laquelle ils se trouvent et leurs ressources, d'autre part. Le niveau individuel d'activité, l'intensité de la participation et le type d'activité sont directement liés à l'état de santé (Atchley, 1989; Baltes et Baltes, 1990). L'équilibre idéal de ces facteurs n'est probablement pas le même chez les femmes et chez les hommes, chez les plus jeunes et chez les plus âgés. Ces différences relatives à l'âge et au sexe sont tributaires du fait que les attentes de la société sont différentes pour les hommes et pour les femmes. Il s'ensuit que les femmes et les hommes modifieront probablement leurs activités selon leurs ressources et leur âge.

**Les Canadiens sont-ils en santé?**

*L'état de santé change au fil des ans et est différent d'un individu à l'autre. Des données recueillies à différentes étapes de la vie sont comparées et les résultats obtenus illustrent l'évidence, c'est-à-dire que les jeunes Canadiens sont plus susceptibles de se dire en excellente ou en très bonne santé comparativement aux Canadiens plus âgés et que l'état de santé va en déclinant avec l'âge. Ces tendances ne diffèrent pas considérablement entre les hommes et les femmes. De 55 % à 60 % environ des membres de la plus jeune cohorte, soit les jeunes de 15 à 24 ans, disent être en très bonne ou en excellente santé, et cette proportion diminue à 30 % à 35 % chez les 75 ans et plus. Le changement de l'état de santé est l'un des nombreux facteurs avec lequel les adultes âgés doivent continuellement composer en vieillissant. Les plus âgés voient leur santé décliner et leur fragilité s'accroître. Leur degré de satisfaction au regard de la vie diminue-t-il aussi avec l'âge?*

**Pourcentage des Canadiens déclarant avoir une excellente ou une très bonne santé**

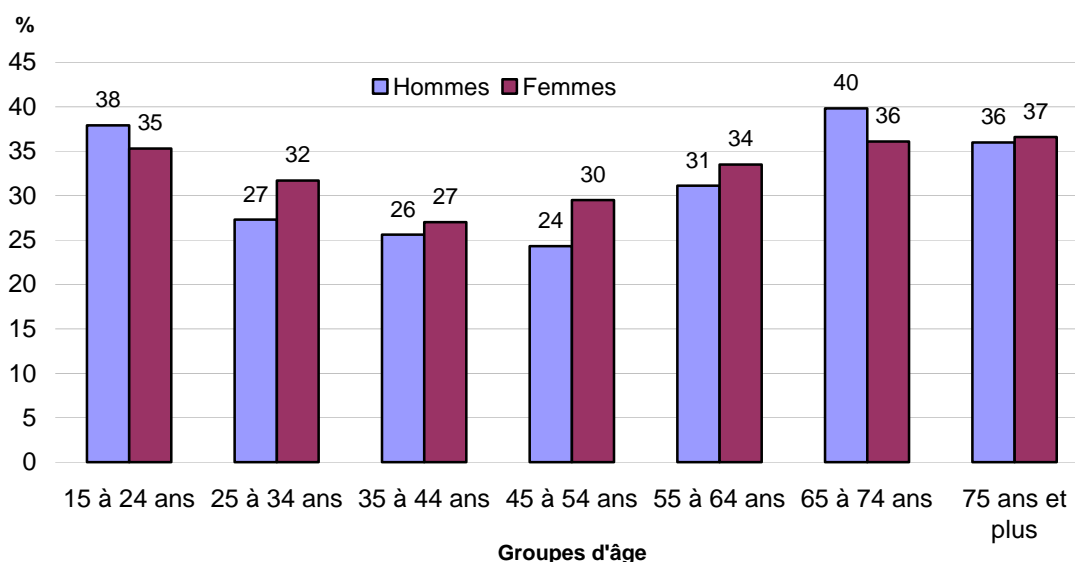


Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

### Les Canadiens sont-ils satisfaits de leur vie?

Les Canadiens ont été priés d'indiquer leur degré de satisfaction globale au regard de leur vie. Les réponses varient selon le sexe et la période de la vie. Les données recueillies à différentes étapes de la vie sont comparées. Dans l'ensemble, les femmes se disent plus satisfaites de leur vie que les hommes, et ce dans tous les groupes d'âge. Chose intéressante, c'est autour de la quarantaine que les hommes et les femmes se disent le moins satisfaits de leur vie. Cette situation est compréhensible puisque c'est à cette période de leur vie que les Canadiens consacrent beaucoup de temps au travail et à leur carrière et qu'ils essaient de concilier les exigences liées au ménage, aux enfants et aux activités personnelles. Entre 45 et 54 ans, les femmes (29,5 %) commencent à se dire plus satisfaites de leur vie. Il s'agit cependant de la période de la vie où la plus petite proportion d'hommes (24,3 %) se disent satisfaits de leur vie. Les Canadiens âgés ont un sentiment de satisfaction beaucoup plus puissant. Au fur et à mesure qu'ils approchent de la retraite, ils commencent à reconnaître leurs réalisations et à se rendre compte de la valeur de leur travail. Ils commencent également à avoir plus de temps libres dès que leurs enfants quittent le foyer familial, et ils peuvent utiliser ces temps libres pour leurs intérêts personnels (passe-temps, etc.). Ce sont les hommes de plus de 65 ans qui ont déclaré le plus haut degré de satisfaction au regard de leur vie (39,8 %).

#### Pourcentage des Canadiens déclarant des degrés élevés de satisfaction au regard de la vie



Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

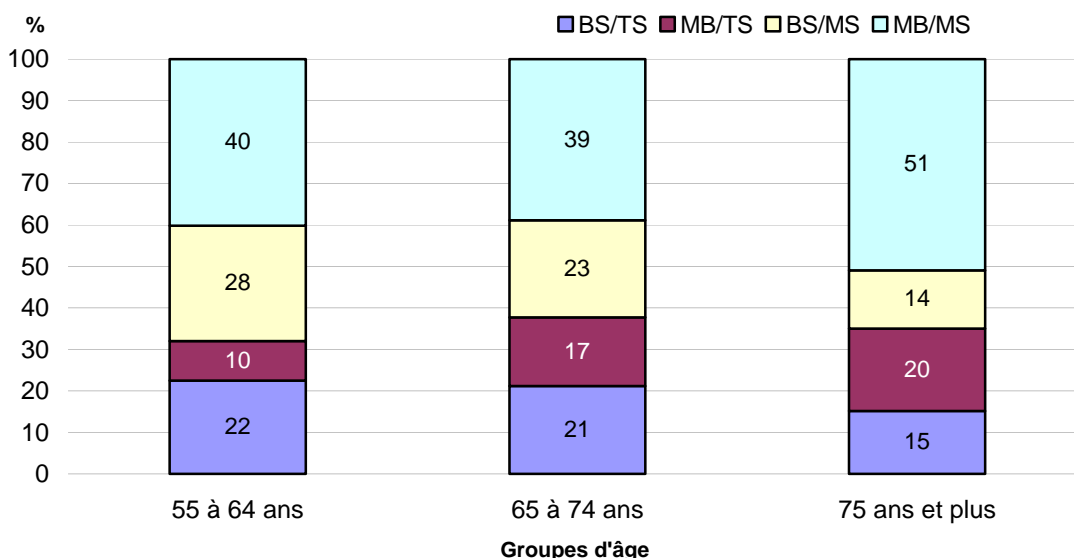
La partie suivante porte sur les liens entre les tendances relatives aux activités, l'état de santé et le degré de satisfaction globale au regard de la vie, qui sont des variables servant à mesurer l'équilibre ou l'adéquation entre les activités d'un individu et ses ressources. Pour examiner ces liens, une typologie a été établie à l'aide de degrés d'état de santé et de satisfaction envers la vie (voir la section Méthodes).

Premièrement, nous examinons le lien entre l'état de santé et la satisfaction envers la vie dans les dernières étapes de la vie. Nous constatons qu'environ 30 % des femmes de 55 à 64 ans disaient être satisfaites de leur vie dans l'ensemble. Cette proportion augmentait chez les femmes plus âgées et atteignait un sommet de 38 % chez les femmes de 65 à 74 ans (voir le graphique 15). Il est intéressant de noter que le tiers des individus se disant satisfaits ont indiqué qu'ils n'étaient pas en très bonne santé et que cette proportion augmentait avec l'âge

jusqu'à 57 % chez les femmes les plus âgées. Ces pourcentages demeuraient assez stables chez les femmes de plus de 75 ans. À l'inverse, un certain nombre de femmes en bonne santé se disaient insatisfaites de leur vie en général. Environ 28 % des femmes de 55 à 64 ans étaient en bonne santé mais moins satisfaites de leur vie.

Graphique 15

**Les femmes âgées Canadiennes sont-elles en santé et satisfaites de leur vie?**

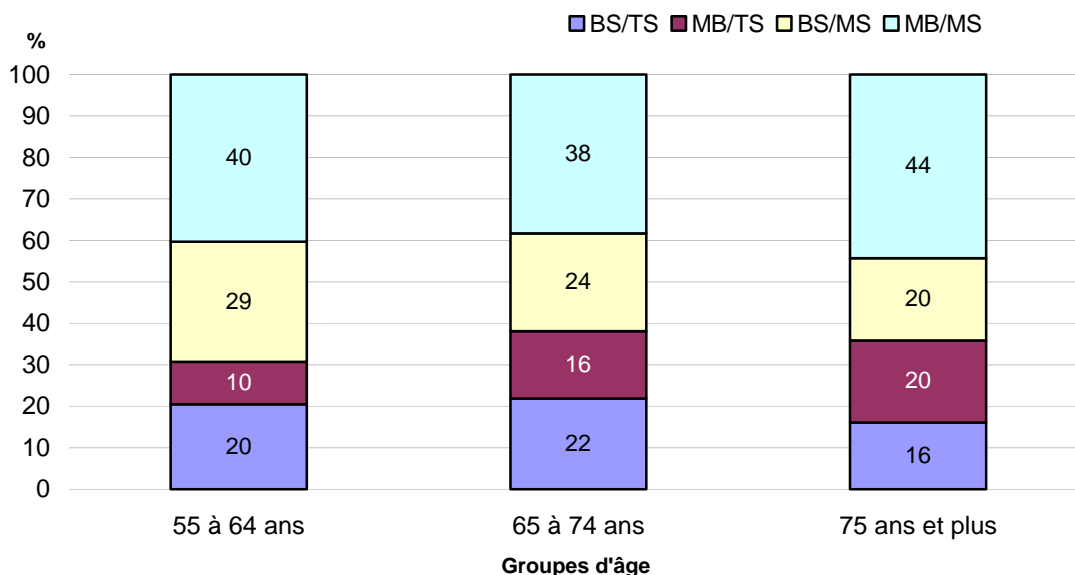


Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

La situation est légèrement différente chez les hommes puisque 30 % de ceux âgés de 55 à 64 ans étaient très satisfaits de leur vie, et le tiers de ceux-ci avaient un état de santé médiocre (voir le graphique 16). La proportion d'hommes satisfaits de leur vie était plus élevée chez le groupe d'âge suivant (38 %). Un peu moins de la moitié de ces hommes ont déclaré être en mauvaise santé. La proportion de hommes se disant satisfaits de leur vie se situe à 36 % chez les de plus de 75 ans, un peu plus de la moitié d'entre eux déclarant ne pas être en bonne santé. Comme chez les femmes, une proportion considérable d'hommes (16 % à 20 % selon l'âge) étaient moins en santé mais satisfaits de leur vie. Tant chez les femmes que chez les hommes, ces résultats montrent que les individus n'ont pas besoin d'être en bonne santé pour être satisfaits de leur vie et que la bonne santé n'est pas un gage d'un degré élevé de satisfaction globale envers la vie.

Graphique 16

**Les hommes âgés Canadiens sont-ils en santé et satisfaits de leur vie?**



Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

**Quels rôles jouent la santé et le niveau d'activité dans le fait de bien vieillir?**

On estime généralement que les personnes en bonne santé ont davantage de possibilité en ce qui concerne leurs activités quotidiennes et, donc, de plus grandes chances de trouver le meilleur équilibre entre leurs activités et leur niveau de ressources. Il s'ensuit qu'elles seraient plus susceptibles d'être satisfaites de leur vie et, par conséquent, de bien vieillir. Les résultats énoncés ci-dessus donnent cependant à penser que le lien entre l'état de santé et la satisfaction envers la vie n'est pas aussi simple. Dans la section qui suit, nous examinons les choix des Canadiens relativement à leur niveau de participation ainsi que les liens entre le niveau d'activité, l'état de santé et la satisfaction au regard de la vie.

Les tableaux 2 à 7 montrent le temps consacré à des activités par des hommes et des femmes ayant des états de santé et des degrés de satisfaction de vivre différents afin de mieux comprendre l'adéquation entre les activités et les ressources. Comme l'état de santé constitue une importante ressource au troisième âge, nous avons retenu ce facteur. Les activités comprennent le travail rémunéré, le travail non rémunéré, les loisirs passifs, les loisirs actifs (activités sociales, physiques et cognitives) et les soins personnels. La participation aux activités est examinée pour les groupes d'âge précédant et suivant la retraite, particulièrement les Canadiens de 55 ans et plus, afin de mieux comprendre le rôle que joue le travail rémunéré dans la satisfaction de vivre et le fait de bien vieillir.

**Tableau 2.**  
**Emploi du temps selon l'état de santé et la satisfaction au regard de la vie des hommes de 55 à 64 ans**

	En santé / satisfait	En moins bonne santé / satisfait	En santé / moins satisfait	En moins bonne santé / moins satisfait
	Nombre d'heures par jour			
Travail rémunéré	4,3	4,0	4,5	4,5
Travail non rémunéré	3,0	3,2	3,3	2,9
Soins personnels	10,5	10,5	10,1	10,6
Loisirs passifs	2,4	3,1	2,3	2,9
Loisirs cognitifs	1,5	F	1,4	1,1
Loisirs sociaux	1,7	1,7	1,7	1,6
Loisirs physiques	0,8	F	0,7	0,4

F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

**Tableau 3.**  
**Emploi du temps selon l'état de santé et la satisfaction au regard de la vie des femmes de 55 à 64 ans**

	En santé / satisfaite	En moins bonne santé / satisfaite	En santé / moins satisfaite	En moins bonne santé / moins satisfaite
	Nombre d'heures par jour			
Travail rémunéré	2,5	F	2,7	2,2
Travail non rémunéré	4,7	4,6	5,0	4,8
Soins personnels	10,8	11,2	10,6	11,2
Loisirs passifs	2,0	2,7	2,0	2,7
Loisirs cognitifs	1,7	1,5	1,4	1,2
Loisirs sociaux	1,8	2,0	1,9	1,7
Loisirs physiques	0,6	F	0,5	0,2

F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.



**Tableau 4.**  
**Emploi du temps selon l'état de santé et la satisfaction au regard de la vie des hommes de 65 à 74 ans**

	En santé / satisfait	En moins bonne santé / satisfait	En santé / moins satisfait	En moins bonne santé / moins satisfait
	Nombre d'heures par jour			
Travail rémunéré	F	F	F	F
Travail non rémunéré	4,4	3,9	4,1	3,5
Soins personnels	11,1	11,0	11,0	11,8
Loisirs passifs	3,1	4,5	3,4	4,0
Loisirs cognitifs	2,0	1,8	1,5	1,6
Loisirs sociaux	1,7	1,7	2,0	1,4
Loisirs physiques	0,9	F	0,9	0,6

F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

**Tableau 5.**  
**Emploi du temps selon l'état de santé et la satisfaction au regard de la vie des femmes de 65 à 74 ans**

	En santé / satisfaite	En moins bonne santé / satisfaite	En santé / moins satisfaite	En moins bonne santé / moins satisfaite
	Nombre d'heures par jour			
Travail rémunéré	F	F	F	F
Travail non rémunéré	5,3	4,6	5,0	4,5
Soins personnels	11,2	11,9	11,2	12,1
Loisirs passifs	2,8	3,0	2,8	3,4
Loisirs cognitifs	2,2	1,6	2,0	1,8
Loisirs sociaux	1,7	2,3	1,7	1,8
Loisirs physiques	0,4	F	0,6	0,3

F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

**Tableau 6.**

**Emploi du temps selon l'état de santé et la satisfaction au regard de la vie des hommes âgés de 75 ans et plus**

	En santé / satisfait	En moins bonne santé / satisfait	En santé / moins satisfait	En moins bonne santé / moins satisfait
	Nombre d'heures par jour			
Travail rémunéré	F	F	F	F
Travail non rémunéré	3,4	3,2	3,8	3,3
Soins personnels	12,0	12,9	11,9	12,5
Loisirs passifs	3,3	4,0	4,0	4,2
Loisirs cognitifs	1,9	1,5	1,9	1,9
Loisirs sociaux	F	1,4	F	1,3
Loisirs physiques	F	F	F	F

F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

**Tableau 7.**

**Emploi du temps selon l'état de santé et la satisfaction au regard de la vie des femmes âgées de 75 ans et plus**

	En santé / satisfaite	En moins bonne santé / satisfaite	En santé / moins satisfaite	En moins bonne santé / moins satisfaite
	Nombre d'heures par jour			
Travail rémunéré	F	F	F	F
Travail non rémunéré	3,7	3,9	3,9	3,6
Soins personnels	12,1	12,3	12,1	12,5
Loisirs passifs	3,2	3,5	3,5	3,6
Loisirs cognitifs	2,9	2,1	2,2	1,9
Loisirs sociaux	1,7	2,0	1,8	2,1
Loisirs physiques	F	F	0,3	0,2

F trop peu fiable pour être publié.

Source : Statistique Canada, Enquête sociale générale, 2005.

## Les Canadiens âgés et en bonne santé consacrent plus de temps au travail rémunéré

Les tendances générales mises au jour ci-dessus tiennent toujours lorsqu'on examine le temps consacré au travail rémunéré selon l'état de santé et la satisfaction envers la vie. Les femmes âgées de moins de 65 ans consacraient moins de temps au travail rémunéré que leurs homologues masculins. À noter que les hommes et les femmes en bonne santé se disant satisfaits de leur vie dans l'ensemble consacraient légèrement moins de temps au travail rémunéré et avaient des activités professionnelles et autres plus équilibrées que les personnes moins satisfaites de leur vie. Les hommes et les femmes en bonne santé, quant à eux,

allouaient davantage de temps au travail rémunéré. Peu d'hommes et de femmes travaillaient après l'âge de 65 ans.

### **Davantage de travail non rémunéré est effectué par des Canadiens âgés en bonne santé**

Dans l'ensemble, les femmes et les hommes de 65 à 74 ans passaient plus de temps à faire du travail non rémunéré que le groupe d'âge plus jeune ou le groupe d'âge suivant. Toutefois, au sein de chaque groupe d'âge, le temps consacré au travail non rémunéré ne variait pas de façon importante d'un degré de satisfaction de vivre à un autre. Par contraste, les écarts étaient manifestes chez les hommes et les femmes de plus de 65 ans. Les personnes en bonne santé consacraient pas mal plus de temps au travail non rémunéré que les personnes en moins bonne santé.

## **Loisirs**

### **Les Canadiens en moins bonne santé consacrent davantage de temps aux loisirs passifs**

Les Canadiens âgés ont consacré davantage de temps aux loisirs passifs après 65 ans. D'autre part, les femmes en bonne santé qui étaient âgées de moins de 65 ans ainsi que les hommes en bonne santé du même groupe d'âge et ceux qui avaient pris leur retraite consacraient moins de temps aux loisirs passifs que leurs homologues en moins bonne santé. Toutefois, chez les femmes de plus de 65 ans, seules celles qui étaient en moins bonne santé et moins satisfaites de leur vie consacraient plus de temps aux loisirs passifs par rapport aux femmes en bonne santé du même groupe d'âge. Chez les 75 ans et plus, il n'y avait pas de différence pour ce qui est du temps consacré aux loisirs passifs, peu importe l'état de santé et le degré de satisfaction envers la vie.

### **Les loisirs actifs peuvent être corrélés au fait de bien vieillir**

Le temps consacré à des loisirs actifs a augmenté chez tous les répondants de plus de 65 ans pendant qu'il demeurait au même niveau pour la majorité des répondants les plus âgés. Les femmes les plus âgées, en bonne santé et satisfaites de leur vie sont la seule exception : elles ont consacré encore plus de temps aux loisirs actifs que les femmes plus jeunes.

Dans la plupart des cas, les adultes âgés en bonne santé et satisfaits de leur vie consacraient plus de temps aux loisirs actifs comparativement aux adultes en moins bonne santé et moins satisfaits de leur vie. Les écarts oscillent entre trois quarts d'heure à une heure de plus par jour. Cette tendance se maintenait dans tous les groupes d'âge, tant chez les hommes que chez les femmes. Les loisirs actifs comprennent les activités cognitives, sociales et physiques. Chacune de ces activités joue un rôle différent dans le fait de bien vieillir. La combinaison de ces activités est susceptible de varier chez les hommes et les femmes des différents groupes dont l'état de santé varie.

### **Loisirs cognitifs**

Les femmes de 55 ans et plus consacraient plus de temps aux loisirs cognitifs au fur et à mesure qu'elles vieillissaient, peu importe leur état de santé ou leur degré de satisfaction au

regard de la vie. Par contraste, les groupes d'hommes plus âgés consacraient plus de temps à ce type de loisirs que les plus jeunes. Toutefois, chez les hommes les plus âgés, le nombre d'heures consacrées aux loisirs cognitifs était légèrement inférieur dans le cas des hommes satisfaits de leur vie.

Ce sont les femmes en bonne santé et satisfaites de leur vie qui consacraient le plus de temps aux loisirs cognitifs pendant le troisième âge. Chez les hommes, une tendance semblable se dégageait en ce qui concerne les deux premiers groupes d'âge. Il n'y avait cependant aucune véritable différence au chapitre du temps consacré aux loisirs cognitifs chez les hommes de 75 ans et plus selon le niveau d'état de santé ou de satisfaction envers la vie.

### **Loisirs sociaux**

Même si les chercheurs ont laissé entendre que de solides relations sociales jouent un rôle significatif dans le fait de bien vieillir (Baumeister et Leary, 1995; Myers et Diener, 1995; Ryan et Deci, 2000), aucune tendance distincte n'a été établie selon les différents groupes d'âge ou d'un niveau d'état de santé et de satisfaction de vivre à l'autre, tant pour les hommes que pour les femmes. Ces résultats donnent à penser que le temps consacré aux activités sociales peut ne pas être une mesure appropriée de la solidité des liens sociaux. En fait, de solides liens sociaux peuvent être tissés dans le contexte de diverses activités. Ainsi, des liens peuvent souvent être noués au travail ou encore en faisant du bénévolat ou du sport.

### **Loisirs physiques**

En règle générale, les hommes et les femmes en bonne santé consacraient plus de temps aux activités physiques. Les femmes en bonne santé faisant partie du premier et du dernier groupe d'âge, qui étaient généralement plus satisfaites de leur vie, étaient plus actives sur le plan physique. Par contraste, chez les 65 à 74 ans, les femmes en bonne santé qui étaient moins satisfaites de leur vie consacraient le plus de temps aux activités physiques. Pour ce qui est des hommes en bonne santé de moins de 75 ans, le niveau d'activité ne variait pas selon le degré de satisfaction. Cela laisse croire que l'état de santé et l'activité physique sont des corrélats clés, mais aucun lien évident n'a été mis au jour entre l'activité physique et le degré de satisfaction au regard de la vie.

## Conclusion

L'analyse des données sur l'emploi du temps nous permet de mieux comprendre le lien entre la capacité de bien vieillir (mesurée ici sous l'angle de la satisfaction de vivre), le niveau de ressources relativement à la santé et les activités des Canadiens âgés.

Certaines personnes demeurent dans la population active jusqu'à un âge avancé, tandis que d'autres prennent leur retraite plus tôt. La comparaison des tendances relatives à l'emploi du temps entre les groupes d'âge montre clairement une chose : le temps que les personnes à la retraite consacraient au travail rémunéré est maintenant passé à faire d'autres activités (travail non rémunéré, loisirs et soins personnels). Il ressort également de cet examen que les Canadiens âgés participent à diverses activités jusqu'à un âge assez avancé. Ces tendances ne se maintiennent toutefois pas au fil des ans. Au cours des 14 dernières années, l'emploi du temps des Canadiens âgés a changé. En 2005, un plus grand nombre de Canadiens de 55 à 74 ans faisaient parti de la population active, travaillaient jusqu'à un âge plus avancé et consacraient moins de temps aux loisirs, en comparaison avec 1998 et 1992.

Un examen plus poussé de l'emploi du temps selon l'état de santé et le degré de satisfaction de vivre a confirmé qu'il n'y a pas d'ensemble optimal d'activités pour tous. En fait, l'état de santé a une incidence significative sur le temps consacré à diverses activités. Les personnes en bonne santé consacraient plus de temps au travail rémunéré, au travail non rémunéré et aux loisirs. En règle générale, l'adéquation ou l'équilibre des activités chez les femmes en bonne santé et satisfaites de leur vie reposait notamment sur un moins grand nombre d'heures passées à faire du travail rémunéré pour celles qui étaient en âge d'activité que pour celles qui étaient en bonne santé et moins satisfaites de leur vie. Les femmes en bonne santé et satisfaites de leur vie consacraient également plus de temps à des loisirs actifs comme des activités cognitives et physiques. Aucun ensemble constant d'activités n'a été mis au jour d'un groupe d'âge à l'autre pour les hommes en bonne santé et satisfaits de leur vie. Quel que soit le groupe d'âge, les hommes et les femmes en moins bonne santé et moins satisfaits de leur vie consacraient toujours le plus de temps aux loisirs passifs.

### **Nota**

*La présente étude repose sur les données relatives à l'emploi du temps recueillies au cycle 19 de l'Enquête sociale générale, en 2005.*

*Les estimations relatives à l'emploi du temps présentées ici sont fondées sur les données contenues dans la partie du journal quotidien de l'emploi du temps de l'enquête. Ce journal fait état en détail de la participation à une large gamme d'activités quotidiennes ainsi que du temps qui leur est consacré. En outre, des données ont été recueillies sur les lieux où ces activités se sont déroulées (à la maison, au travail, etc.) et, lorsqu'il ne s'agit pas d'activités personnelles, sur les relations sociales du répondant (c'est-à-dire sur les personnes avec qui il se trouvait : conjoint, enfants, famille, amis). Le questionnaire a recueilli d'autres données sur la perception du temps, sur le temps consacré aux soins aux enfants et à d'autres travaux non rémunérés, au travail rémunéré et aux études de même qu'aux activités culturelles et sportives ainsi que sur le réseau social et le degré de confiance, les transports et de nombreuses caractéristiques socioéconomiques.*

*La population cible comprenait toutes les personnes de 15 ans et plus, à l'exception des pensionnaires d'établissements institutionnels et des habitants du Yukon, du Nunavut et des Territoires du Nord-Ouest. Les données ont été recueillies chaque mois, de janvier 2005 à décembre 2005, à l'aide d'un programme d'interviews téléphoniques assistées par ordinateur. Pendant cette période, 19 600 personnes ont été interviewées avec succès, ce qui correspond à un taux de réponse de 59 %.*

*L'enquête avait été réalisée en 1998, 1992 et 1986.*

## Méthodes

### Ce qu'il faut savoir concernant les variables

Le degré de satisfaction au regard de la vie est mesuré au moyen de la question suivante : « En utilisant la même échelle, quel sentiment éprouvez-vous maintenant à l'égard de votre vie? » L'échelle va de 1 – très insatisfait(e) – à 10 – très satisfait(e). Ceux qui ont choisi la réponse 9 ou 10 étaient codés comme étant généralement très satisfaits de leur vie.

Pour mesurer l'état de santé du répondant, la question suivante lui était posée : « De façon générale, diriez-vous que votre santé est : ». Le 1 indique une santé excellente et le 5, une mauvaise santé. L'intervieweur doit s'assurer de tenir compte des problèmes qui durent depuis plus de six mois ou devraient durer plus de six mois.

### Construction de la typologie

Le niveau et le type d'activité sont considérés comme des facteurs clés dans la capacité de bien vieillir. Une façon de mesurer si une personne vieillit bien est de lui poser la question : « Dans l'ensemble, êtes-vous satisfait(e) de votre vie? » Cette question permet de saisir la perception qu'a l'individu de sa capacité de trouver une adéquation entre ses activités et ses niveaux de ressources changeants. De l'avis de tous, la santé est l'une des principales ressources permettant de bien vieillir. En vérité, cette ressource change avec le temps, et les individus doivent continuellement s'y adapter. Il a aussi été établi que la santé est un puissant prédicteur du type et du niveau d'activité des gens. Compte tenu de ces liens complexes entre les niveaux d'activité et la capacité de bien vieillir, la typologie retenue intègre une mesure du degré de satisfaction générale de vivre et de l'état de santé.

La typologie comprenait quatre catégories : en très bonne santé et très satisfait(e) (BS/TS), en moins bonne santé et très satisfait(e) (MB/TS), en très bonne santé et moins satisfait(e) (BS/MS) ainsi qu'en moins bonne santé et moins satisfait(e) (MB/MS). Pour être considéré en bonne santé, le répondant doit avoir déclaré que sa santé était très bonne ou excellente. D'autre part, le répondant devait indiquer un 9 ou un 10 sur une échelle de dix points pour qu'on le considère satisfait de la vie. Les tendances relatives aux activités des Canadiens âgés sont examinées par cohorte afin de déterminer si elles changent avec les années et si elles varient selon le degré de satisfaction ou l'état de santé ou les deux. Les expressions « satisfait » et « très satisfait » sont utilisées de façon interchangeable dans le texte, et toutes les deux renvoient à la catégorie « très satisfait » définie ci-dessus.

### Analyse

Le temps moyen consacré à chaque activité a été calculé à l'aide d'une analyse de la variance, et des tests a posteriori ont été effectués.

## Glossaire des termes

### Catégorie d'activité    Activités comprises dans la catégorie

**Travail rémunéré**    Tous le temps consacré à faire un travail rémunéré et les déplacements connexes.

#### **Travail non rémunéré**

**Travaux ménagers**    Préparation des repas; pâtisserie; conserves; nettoyage après les repas; nettoyage de l'intérieur et à l'extérieur; lavage, repassage, pliage et raccommodage; achats; administration du ménage; jardinage; soins des plantes et des animaux domestiques; autres petits travaux; déplacements connexes.

**Soins à des enfants et à des adultes**    Soins à des enfants (soins personnels, soins médicaux, enseignement, aider des enfants, leur faire la lecture et parler avec eux, jouer avec des enfants, déplacements pour soins d'enfants et garde non rémunérée); soins à des adultes (soins personnels, soins médicaux et déplacements connexes pour les adultes du ménage; travaux ménagers, cuisine, entretien et réparation de la maison, transport, correspondance et soins pour des adultes handicapés ou malades vivant à l'extérieur du ménage).

**Bénévolat**    Participation à des activités professionnelles ou syndicales; activités politiques ou communautaires; participation à des organisations liées à l'enfance, à la jeunesse ou à la famille; participation à des organisations religieuses ou à caractère fraternel ou social; groupes de soutien; entraînement; déplacements connexes

#### **Loisirs**

**Loisirs passifs**    Télévision ou vidéo; radio ou musique.

**Loisirs cognitifs**    Lecture de livres, de journaux ou de revue; utilisation générale d'un ordinateur; rédaction de lettres; passe-temps; cartes et jeux de table; participation à des programmes éducatifs.

**Loisirs physiques**    Exercice; marche; sports; déplacements connexes.

**Loisirs sociaux**    Recevoir ou aller en visite, sorties ou rencontres en personne ou au téléphone; déplacements connexes.

**Soins personnels**    Manger, dormir, faire sa toilette, se vêtir, soins personnels et médicaux, prier, méditer, réfléchir, déplacements pour des activités personnelles ou religieuses.

## Références

- Atchely, R.C. (1989). A continuity theory of normal aging, *The Gerontologist*, 29(2), 183-190.
- Baker, L. A., Cahalin, L. P., Gerst, K., & Burr, J. A. (2005). Productive activities and subjective well-being among older adults: The influence of number of activities and time commitment. *Social Indicators Research*, 73, 431-458.
- Baltes, P.B. & Baltes, M.M. (1990). Psychological perspective on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In P.B Baltes, & M.M. Baltes (Eds.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences* (pp. 1-34). Cambridge: Cambridge University Press.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Bradley, D. B. (1999-2000). A reason to rise each morning: The meaning of volunteering in the lives of older adults. *Generations*, 23(4), 45-50.
- Caro, F. G., & Bass, S. A. (1995). Dimensions of productive engagement. In S. A. Bass (Ed.), *Older and active: How Americans over 55 are contributing to society* (pp. 204-216). New Haven, CN: Yale University.
- Caro, F. G., & Bass, S. A. (1995). Increasing volunteering among older people. In S. A. Bass (Ed.), *Older and active: How Americans over 55 are contributing to society* (pp. 71-96). New Haven, CN: Yale University.
- Cumming, E. & Henry W. (1961). *Growing Old*. New York: Basic Books.
- Dosman, D., Fast, J., Chapman, S. A., & Keating, N. (in press). Retirement and productive activity in later life. *Journal of Family and Economic Issues*.
- Duchesne, D. (2002). Seniors at work. *Perspectives on Labour and Income*, 14(2), 33-44.
- Duchesne, D. (2004). More seniors at work. *Perspectives* (February), 5-17.
- Fast, J., Dosman, D., Chapman, S. A., & Keating, N. (in review). Are Canadians aging well by staying engaged? *Canadian Journal on Aging*.
- Hendricks, J., & Cutler, S. J. (2003). Leisure in life-course perspective. In R. A. Settersten, Jr. (Ed.), *Invitation to the life course: Toward new understandings of later life* (pp. 107-134). Amityville, NY: Baywood.
- Hicks, P. (2002). *Preparing for tomorrow's social policy agenda: New priorities for policy research and development that emerge from an examination of the economic well-being of the working-age population*. (Report No. SRDC Working Paper Series 02-04). Ottawa, ON: Social Research and Demonstration Corporation.
- Katz, S. (2000). Busy bodies: Activity, aging, and the management of everyday life. *Journal of Aging Studies*, 14(2), 135-152.
- Katz, S. (2005). From chronology to functionality: Critical reflections on the gerontology of the body. In C. Phillipson, D. Dannefer, & J. Baars (Eds.), *Aging, globalization and inequality: The new critical gerontology*. Amityville, NY: Baywood.
- Kelly, J. R. (1997). Activity and ageing: Challenge in retirement. In J. T. Haworth (Ed.), *Work, leisure and well-being* (pp. 165-179). London, UK: Routledge.
- Kelly, J. R. (1993). *Activity and aging: Staying involved in later life*. Newbury Park, CA: Sage .



- McPherson, B. (2004). *Aging as a social process: Canadian perspectives*. Don Mills, ON: Oxford University.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Ranzijn, R. (2002). The potential of older adults to enhance community quality of life: Links between positive psychology and productive aging. *Ageing International*, 27(2), 30-55.
- Rowe, J.W and Kahn,R. (19971). Successful aging .*Gerontologist*, 37, 433-40.
- Rubinstein, R. L. (1990). Personal identity and environmental meaning in later life. *Journal of Aging Studies*, 4(2), 131-147.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Schellenberg, G., Turcotte, M., & Ram, B. (2005). Post-retirement employment. *Perspectives*, 6(9), 14-17.
- Statistics Canada, Cansim 051-0001 and 052-0004