

PATIN INFO

Bulletin d'information de
l'



ASSOCIATION PATINOIRES
ARTIFICIELLES ROMANDES

1995 -- JUIN -- no 17

Voyage d'étude et de perfectionnement . . .



. . . au Stade Olympique de Montréal

Votre identité / une réalité . . . l'A.P.A.R.

E d i t o ...

Temps libre bien rempli - un rêve ?

Par la réduction du temps de travail au cours de la seconde moitié de ce siècle, les loisirs ont pris sans cesse plus d'importance. Aujourd'hui, ils influencent les objectifs et les formes de vie aussi bien que le travail. Actuellement, sur les 8760 heures que représente une année, un temps de travail moyen de 42,5 heures par semaine et quatre semaines de vacances par année ne représentent plus que 22 pour cent du temps passé au bureau, en atelier ou à d'autres postes. On dort pendant 33 pour cent du temps et 20 pour cent, comme le calculent les sociologues et les chercheurs, sont utilisés à des activités sociales. En font partie, le chemin pour se rendre au travail et les heures que l'on passe pour son hygiène, son ménage, l'achat de subsistance et dans les couloirs de l'administration. Environ 25 pour cent du temps - 2184 heures par an et 42 heures par semaine - représentent réellement du temps libre*

Des études confirment que c'est principalement les jeunes âgés de moins de 30 ans qui sont « fortement axés sur les loisirs ». Deux tiers des jeunes ont des loisirs actifs et la plupart du temps hors de chez eux. Des chercheurs peignent cependant un tableau obscur de notre société orientée vers les loisirs. De nombreux humains n'ont pas encore saisi les loisirs comme la chance d'améliorer leur qualité de vie. Selon des observations, trois blocages empêchent l'humain d'exploiter judicieusement son temps libre :

- le stress
- l'ennui
- la solitude

Le stress: on « bourre » ses heures libres d'une foule d'activités et on a en permanence le sentiment de disposer d'insuffisance de temps. Il serait important d'être plus enclin à en faire moins.

L'ennui: on se laisse submerger par les médias de divertissement et l'industrie des loisirs et l'on tombe dans la passivité plutôt que d'entreprendre soi-même quelque chose.

La solitude: on s'isole entre ses quatre murs, on n'a que peu de contacts et souffre ainsi des conséquences négatives pour la santé du corps, de l'âme et de l'esprit, plutôt que d'agir activement dans une association, suivre des cours ou créer de nouveaux contacts.

Cette liste négative fait apparaître des problèmes qui confirment qu'une réduction du temps de travail n'améliorera pas forcément la qualité de la vie et aucun spécialiste n'est actuellement en mesure de répondre à la question de savoir combien de loisirs il faut à notre société moderne (enfants, femmes et hommes) pour se détendre. Monsieur Gerd Klinner*, spécialiste en recherche sur les loisirs, indique clairement que chacun doit trouver pour lui-même les solutions lui permettant d'occuper ses loisirs pour qu'ils soient bienfaisants. Les spécialistes des loisirs sont unanimes sur un seul point : se remettre du stress, améliorer sa qualité de vie ne sont possible qu'en maîtrisant la passivité. La paresse en elle-même n'est pas une solution.