

Aménager l'expérience de loisir pour une meilleure qualité de vie : quelques pistes à explorer

Par Sylvie Miaux,
professeure au Département d'études
en loisir, culture et tourisme de l'UQTR

Les enjeux actuels dans le domaine du loisir – santé, loisir en pratique libre, qualité de vie, développement durable, accessibilité, etc. – ouvrent la réflexion sur de nouvelles façons de concevoir l'aménagement des espaces et équipements récréatifs. Alors qu'autrefois il était de mise d'aménager des espaces fonctionnels, aujourd'hui ce sont des espaces conviviaux et invitants sur lesquels nous sommes amenés à travailler en collaboration avec la population. Pour ce faire, il est important de s'intéresser, au-delà de la pratique d'activités spécifiques de loisir, à l'expérience de loisir à partir d'une approche phénoménologique, afin d'optimiser cette expérience en tenant compte de la complexité des diverses façons de concevoir nos espaces récréatifs.

Au préalable

1- Concevoir l'aménagement des espaces récréatifs en harmonie avec le quartier

Cela exige une connaissance approfondie du quartier : population, équipements existants, utilisation de ces derniers, types de déplacements dans le quartier... En effet, il est primordial de comprendre le fonctionnement et l'organisation du quartier, son intégration au sein de la ville pour aménager un espace de loisir adapté.

Suivant la morphologie, la topographie du quartier, certains aménagements récréatifs pourraient être plus ou moins appropriés. Par exemple, si l'on doit aménager un parc avec des équipements de loisir dans un quartier qui se caractérise par différentes zones présentant un fort dénivelé et que plus de la moitié de la population est âgée d'au moins 65 ans, il faudra être judicieux pour ne pas restreindre l'accès.

Le type de population du quartier sera un élément central de la réflexion pour concevoir l'aménagement récréatif. Il faudra implanter, rénover, adapter les espaces et les équipements en tenant compte des caractéristiques de la population actuelle. Dans un quartier où il y a plusieurs groupes d'âge, donc des capacités physiques très variées, il faudra faire en sorte d'adapter et de combiner les équipements pour favoriser la convivialité de l'espace récréatif, élément important lorsqu'on aménage en faveur de la qualité de vie.

Les activités de loisir existantes. Quelles sont les activités de loisir existantes dans le secteur? Sont-elles pratiquées? Quelle est la fréquentation des lieux où elles s'exercent? Remarque-t-on des pratiques libres dans la rue comme la planche à roulettes, le hockey de rue, le tennis ou la marche? Cela peut nous aider à repérer les infrastructures manquantes.

Le niveau de sécurité du quartier va jouer un rôle important dans l'usage des aires de loisir qui vont être aménagées. La sécurité comporte deux aspects majeurs : les risques réels, objectifs (accidents de la route, agressions, etc.) et la perception subjectives des risques (ou le sentiment de sécurité). Il est primordial de ne pas se limiter aux données statistiques pour évaluer le niveau de sécurité d'un quartier : il faut aussi prendre en compte le sentiment de sécurité de la population. L'analyse des comportements peut aider. Si vous vous rendez à plusieurs reprises dans le quartier et que vous constatez, par exemple, que de nombreuses personnes font de la marche comme activité de loisir et forme d'appropriation de l'espace, c'est un signe que l'environnement urbain procure un sentiment de sécurité aux habitants du quartier (Moser, 2009).

Enfin l'***accessibilité*** fait partie des éléments à ne pas négliger. L'accessibilité se veut universelle. Les rues et les trottoirs sont-ils aménagés pour que tous y aient accès? Le système de transport en commun permettrait-il à la majorité de la

population de se rendre vers l'espace récréatif projeté ?

Différents organismes et des chercheurs ont conçu des programmes et mis au point des outils pour, d'une part, intégrer le plus possible ces différents éléments et, d'autre part, favoriser une meilleure lecture des espaces par les usagers.

2- S'inspirer des programmes et outils existants

Des organismes comme Kino-Québec ont développé des outils et des programmes qui peuvent aider les récréologues et les urbanistes à aménager des espaces récréatifs où l'on valorise l'activité physique. L'activité de loisir est une des composantes mise de l'avant dans le document *Aménageons nos milieux de vie pour nous donner le goût de bouger* (Kino-Québec, 2005). Dans ce document, Kino-Québec énumère sept composantes qui s'inspirent du « Nouvel urbanisme » et prennent en considération le développement durable :

- occupation du sol et densité de la population ;
- mixité des usages ;
- sentiment de sécurité ;
- aménagement et entretien de réseaux de trottoirs, de voies cyclables et de sentiers récréatifs ;
- accès à des réseaux d'espaces verts, blancs et aux plans d'eau ;
- immeubles et cadres de vie favorisant un mode de vie physiquement actif ;
- planification et politique.

On retrouve parmi ces composantes des éléments que nous avons mentionnés précédemment, ce qui vient renforcer leur importance. Des indicateurs sont inventoriés pour chaque composante, qui facilitent l'analyse de l'espace sur lequel on souhaite travailler.

D'autres outils permettent de travailler en ce sens, comme « l'audit piétonnier » (Baldi, G., 2006; Clifton *et al.*, 2007), qui permet d'évaluer la « marchabilité » (walkability) du quartier, un indice qui va renforcer les composantes favorables au développement de la qualité de vie. Il existe différentes sortes d'audits piétonniers (PEDS...) qui correspondent à une grille où on prend en considération plusieurs éléments

physiques comme la largeur des trottoirs, le type et la qualité du mobilier urbain, de la signalisation, de l'éclairage... L'audit piétonnier pourrait être adapté à l'analyse des espaces récréatifs dans la continuité de l'analyse du potentiel piétonnier.

Il existe un autre outil pour travailler davantage en relation avec la population sur les perceptions d'un espace particulier, comme un parc ou une rue : la marche exploratoire (Lieber, M., 2002; Paquin, S., 2002). Ici, un animateur accompagne un groupe d'usagers ou d'habitants durant une promenade au cours de laquelle ils doivent répondre à différentes questions sur la perception de leur environnement. On peut donner plus de liberté à l'utilisateur pour exprimer ce qu'il ressent en choisissant une grille qui lui laisse davantage de latitude pour répondre, surtout lorsqu'on souhaite avoir une meilleure idée de ce que vivent dans un espace précis les habitants d'un quartier.

Même si ces outils et programmes donnent une base solide à la conception des espaces récréatifs, il reste à concevoir ces espaces en intégrant l'expertise citoyenne pour garantir une expérience de loisir optimale favorisant le développement de la qualité de vie tout en respectant l'environnement.

Intégrer l'expérience dans la réflexion

3- Aménager l'expérience de loisir à partir d'une perspective phénoménologique et environnementale

Nous remarquons depuis quelques années une multiplication des recherches en urbanisme et dans d'autres disciplines fondées sur l'approche phénoménologique dans la perspective de donner davantage de place au citoyen en tant qu'acteur dans le processus d'aménagement (Breux, Torres, 2010). Cela est fortement lié au principe de développement urbain durable, qui met l'accent à la fois sur l'implication des citoyens dans le processus, la recherche du bien-être de la population et la préservation de l'environnement. C'est pourquoi il est primordial de trouver un prolongement de cette approche dans le domaine de l'aménagement en loisir.

Tout d'abord, il est essentiel de déterminer la façon dont nous allons analyser l'expérience.

André Thibault (2008) a déjà mis de l'avant l'importance de travailler sur l'expérience dans le domaine du loisir, en s'inspirant des travaux de Csikszentmihalyi (1997) sur l'expérience optimale. Nous souhaitons dans cette continuité d'approche intégrer l'expérience dans le domaine de l'aménagement, dans la manière de concevoir les espaces récréatifs.

Quels aspects allons-nous retenir dans la mesure où nous associons l'expérience à l'environnement créé par l'aménagement de l'espace de loisir? Comme le souligne Lynch (1998, p. 1) « l'expérience que l'on peut faire quelque part dépend toujours de son environnement, de la suite d'événements qui y conduisent, du souvenir des expériences passées » sans négliger le fait qu'il s'agit d'un dialogue continu entre le corps et son milieu (Buttimer, A., 1979, p. 247). C'est pourquoi il semble important de retenir deux aspects qui sont en interaction : le sensoriel et le vécu (à partir de l'histoire de vie). Ainsi, d'un point de vue sensoriel nous cherchons à stimuler les sens en optimisant les configurations sensorielles de l'espace, et du point de vue du vécu à repérer de quelle manière se construit la relation de l'individu avec son milieu de vie (le quartier par exemple) pour favoriser le développement de la qualité de vie. Par exemple, imaginons un parc dans un quartier qui est, pour de nombreux résidents âgés, un lieu d'attachement et que l'on souhaite transformer. Le recours à l'analyse de l'expérience des habitants du quartier est particulièrement importante afin d'analyser ce qui doit être conservé, mis en valeur ou au contraire retiré...

Lorsqu'on se fixe comme priorité de maintenir ou développer la qualité de vie d'une population dans un quartier, le fait de se référer à l'expérience va faciliter l'atteinte de cet objectif.

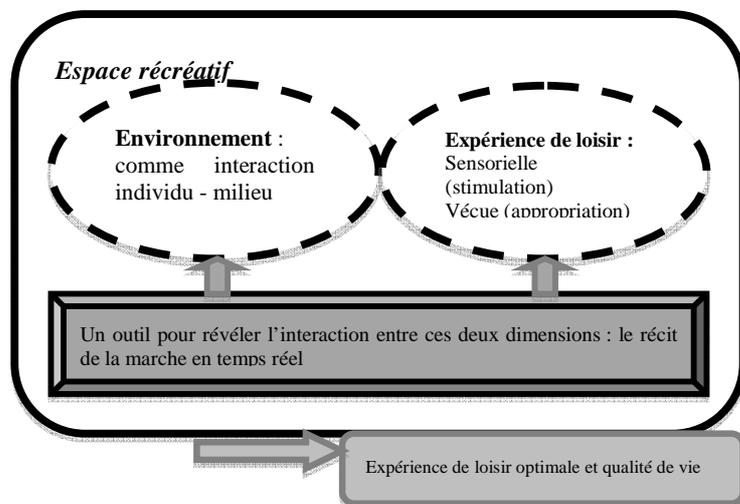
C'est pourquoi, lorsqu'on aménage un espace de loisir dans l'idée d'optimiser l'expérience, on vise à développer un environnement qui va générer selon le public une expérience de loisir qui lui est propre. Pour ce faire, la prise en considération de l'expertise citoyenne est primordiale.

Prenons comme exemple l'aménagement d'un parc avec différents espaces récréatifs qui correspondent à la diversité de la population du quartier : familles avec jeunes enfants, personnes âgées, adolescents, personnes à mobilité réduite.

Il va falloir avoir une bonne idée de ce qu'est une expérience optimale en loisir pour un jeune enfant, pour un adolescent, pour une personne âgée, etc. Le parc sera aménagé à partir d'espaces communs et d'espaces réservés à un public particulier. Ainsi, les sentiers pédestres qui font le lien entre les différents éléments du parc devront répondre aux principes de l'accessibilité universelle pour ne pas créer de barrière. Il faudra penser à la végétation, aux arbres qui en saison estivale sont importants pour éviter le développement d'îlots de chaleur, à des bancs bien répartis le long des sentiers et hors des sentiers, avec des expositions au soleil différentes, à la proximité de l'eau ou non, etc. Tout devra être conçu en tenant compte des différents publics. De côté des aires de jeux pour enfants, quelle orientation va-t-on prendre au-delà des questions de sécurité déjà intégrées au préalable? Qu'est-ce qui est bénéfique à l'épanouissement de l'enfant d'une part, et du parent d'autre part? Quel équilibre peut-on proposer selon la façon dont l'espace sera aménagé?

Il existe un outil pour mieux cerner l'expérience du citoyen : le récit de la marche en temps réel (Miaux et al. 2010). Il s'agit d'une méthode qui permet d'intégrer l'expertise citoyenne dans la lecture de l'espace, des équipements à aménager ou à rénover, etc. En faisant marcher différents habitants d'un quartier depuis leur lieu d'habitation jusqu'au parc aménagé ou à aménager, on sera en mesure, d'une part de repérer les éléments qui facilitent ou limitent l'accessibilité, la sécurité, etc., et d'autre part de cerner l'expérience vis-à-vis de l'environnement existant (*in situ*) ou l'expérience que l'on aimerait y vivre. La photographie, la vidéo et le GPS sont des outils qui permettent de constituer une base de données très enrichissante pour repérer, localiser ou identifier les espaces à améliorer, à préserver, à mettre en valeur...

Schéma : Aménager un espace récréatif favorable à la qualité de vie



Conclusion

Si l'on souhaite développer des espaces récréatifs qui à la fois répondent aux attentes des usagers et prennent en compte l'expérience du citoyen et son expertise, tout en respectant l'environnement, il sera nécessaire d'adopter de nouvelles façons de faire. Cela sous-entend, d'une part intégrer dans la formation des futurs récréologues et urbanistes les différents aspects mentionnés précédemment, et d'autre part préparer les décideurs à composer avec l'expertise citoyenne au même titre que celle des professionnels.

Références :

Baldi, G. (2006). *Pedestrian level of service : un modèle d'évaluation pour l'espace piéton, un outil de planification pour l'aménagement urbain*. Lausanne : Université de Lausanne (Institut de géographie).

Buttimer, A. (1979). Le temps, l'espace et le monde vécu. *L'espace géographique*, vol.8, n°4, p. 243-254.

Clifton, K. J., Livi Smith, A. D., Rodriguez, D. (2007). "The development and testing of an audit for the pedestrian environment." *Landscape and urban planning*, 80, 95-110.

Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow : the psychology of engagement with everyday life*. Université du Michigan : Basic Books.

Kino-Québec, (2005). *Aménageons nos milieux de vie pour nous donner le goût de bouger*.

Lieber, M. (2002). « Femmes, violences et espace public : une réflexion sur les politiques de sécurité. » *Lien social et politiques*, 47, 29-42.

Lynch, K. (1998). *L'image de la cité*. Paris : Dunod.

Miaux, S., Morency, P., Drouin, L., Paquin, S., & Gauvin, L. (2010). "Making the narrative walk-in-real-time methodology relevant for public health intervention: Towards an integrative approach." *Health and Place*, n°16, p. 1166-1173.

Moser, G. (2009). *Psychologie environnementale : les relations homme-environnement*. Bruxelles : Éditions de Boeck.

Paquin, S. (2002). *Guide d'aménagement pour un environnement urbain sécuritaire*. Montréal : Ville de Montréal (Femmes et ville).

Thibault, A. (2008). *Le loisir public et civil au Québec : dynamique, démocratique, passionnel et fragile*. Québec : PUQ.

Torres, J. & Breux, S. (2010). « L'approche phénoménologique en urbanisme : la recherche d'une meilleure pratique, la pratique d'une meilleure recherche. » *Revue du CREUM*, vol. 5, n°2, p. 117-125.