

# Les loisirs de la population canadienne

D'après ce que disent les Canadiens et Canadiennes d'âge adulte, ils ont quatre heures de loisirs par jour en semaine et sept heures de loisirs par jour en fin de semaine.<sup>1</sup> Une partie de ce temps est consacrée à des loisirs actifs, puisque près d'un adulte sur sept s'adonne à une forme quelconque d'activité physique au moins un jour sur deux.<sup>2</sup>

Dans le cadre du Sondage indicateur de l'activité physique en 1995, l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie a également fait des recherches sur les autres activités de loisirs de la population canadienne. Il a demandé à plus de 2 500 adultes combien d'heures, pendant une semaine typique, ils passent :

- à regarder la télévision;
- à lire, à écouter de la musique ou à s'adonner à un passe-temps;
- à prendre part à des activités culturelles, comme assister à des spectacles ou visiter les musées;
- au cinéma ou à assister à des activités sportives;
- à rendre visite à des amis ou à des membres de leur famille;
- dans des endroits comme des restaurants, des cafés ou des bistros;
- à participer à des activités de groupes sociaux ou communautaires, comme celles de clubs ou de groupes religieux.

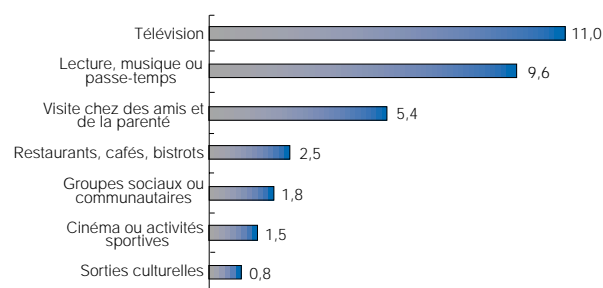
De plus, les parents de quelque 600 enfants âgés de moins de 18 ans ont évalué approximativement le nombre typique d'heures qu'un de leurs enfants consacre à des activités semblables aux activités susmentionnées, à jouer à des jeux vidéo ou informatisés et à se tenir avec d'autres jeunes.

## Choix des loisirs

D'après la Figure 1 et la Figure 2, la télévision est le loisir auquel les adultes et les enfants consacrent le plus de temps. Les uns comme les autres passent

Figure 1

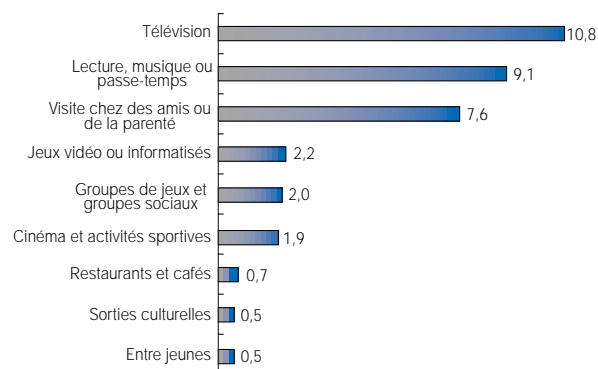
### NOMBRE D'HEURES QUE LES ADULTES CONSACRENT À DIFFÉRENTS LOISIRS PENDANT UNE SEMAINE TYPIQUE



Sondage indicateur de l'activité physique en 1995, ICRCPMV

Figure 2

### NOMBRE D'HEURES QUE LES ENFANTS CONSACRENT À DIFFÉRENTS LOISIRS PENDANT UNE SEMAINE TYPIQUE



Sondage indicateur de l'activité physique en 1995, ICRCPMV (selon les réponses des parents)



environ 11 heures par semaine à regarder la télévision et un peu plus de 9 heures à lire, à écouter de la musique ou à s'adonner à des passe-temps. Après ces activités, le loisir le plus répandu consiste à rendre visite à des amis ou à des membres de sa famille : les adultes y consacrent 5,5 heures et les enfants, 7,5 heures.

## Différences entre les âges et les sexes

### Les adultes

Comme nous l'avons indiqué dans un bulletin précédent, les hommes ont légèrement plus de temps de loisir que les femmes.<sup>1</sup> Dans l'ensemble, les hommes passent plus de temps que les femmes devant le petit écran — 1,5 heure de plus par semaine. Ils passent aussi une heure de plus dans les restaurants, les cafés et les bistros.

Pour certains loisirs, le choix des gens varie selon leur âge. La télévision, la lecture et les visites chez des amis et de la parenté sont les trois activités auxquelles les Canadiens consacrent le plus de temps pendant leurs loisirs à partir de l'âge de 25 ans. Par opposition, ceux qui sont âgés de 18 à 24 ans passent plus de temps à lire, à écouter de la musique et à s'adonner à des passe-temps qu'à regarder la télévision. Enfin, les personnes de 25 à 44 ans passent moins de temps à regarder la télévision, à lire, à écouter de la musique et à pratiquer des passe-temps que les personnes plus âgées. Ces résultats reflètent le fait que les personnes de 25 à 44 ans ont nettement moins de temps de loisir.<sup>1</sup>

Dans chaque groupe d'âge, le choix des loisirs des hommes diffère de celui des femmes :

- les femmes de 65 ans ou plus passent plus de temps à regarder la télévision que les hommes du même âge; c'est l'inverse dans les autres groupes d'âge;
- les femmes de 45 à 64 ans passent plus de temps à lire, à écouter de la musique et à s'adonner à des passe-temps que les hommes du même âge; dans le groupe d'âge de 18 à 24 ans, c'est l'inverse;
- les hommes de 18 à 24 ans passent plus de temps que les femmes à rendre visite à des amis ou à des membres de la famille; dans tous les autres groupes d'âge, notamment parmi les personnes de 45 à 64 ans, les femmes passent plus de temps que les hommes en compagnie d'amis et de membres de leur famille.

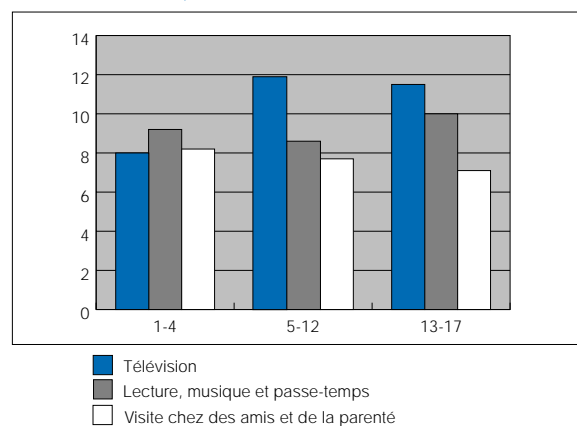
### Les enfants

Parmi les enfants, les loisirs varient selon l'âge, comme l'indique la Figure 3. En moyenne, de l'âge de 1 à 4 ans, les jeunes enfants passent la majeure partie de leurs loisirs à regarder des livres, à écouter de la musique et à s'adonner à des passe-temps. Après ces activités, celles auxquelles ils consacrent le plus de temps sont les visites chez des amis et des membres de leur famille et la télévision.

Cette configuration des loisirs se modifie chez les enfants de 5 à 17 ans, parmi lesquels la télévision est le loisir numéro un. Viennent ensuite les activités suivantes : lire, écouter de la musique, s'adonner à des passe-temps et rendre visite à des amis et à de la parenté.

Figure 3

**NOMBRE D'HEURES QUE LES ENFANTS CONSACRENT, AUX DIFFÉRENTS ÂGES, AUX TROIS LOISIRS LES PLUS RÉPANDUS**



Sondage indicateur de l'activité physique en 1995, ICRCPMV (selon les réponses des parents)

Le nombre d'heures moyen consacré à ces activités diverses change également avec l'âge. Les enfants de plus de 5 ans passent plus de temps à regarder la télévision que les enfants d'âge préscolaire. De la petite enfance à la fin de l'adolescence, les jeux vidéo et informatisés, le cinéma et les activités sportives auxquels ils assistent en tant que spectateurs gagnent en popularité. Réciproquement, à mesure que les enfants grandissent, ils passent moins de temps à rendre visite à des amis et à des membres de leur famille. Les jeunes enfants passent généralement 3 heures par semaine à participer à des jeux ou à des activités sociales de groupe, par comparaison à 1,5 heure chez les autres groupes d'âge.

Indépendamment de l'âge, les garçons consacrent plus de temps que les filles à regarder la télévision et à jouer

à des jeux vidéo. À partir de l'âge de 5 ans, les garçons passent également plus de temps au cinéma et à assister à des activités sportives. À l'âge préscolaire, les garçons passent plus de temps que les filles à participer à des jeux ou à des activités sociales de groupe; dès l'âge de 5 ans cependant, les filles sont plus engagées dans les activités sociales de groupe. Jusqu'à l'âge de 12 ans, les filles passent plus de temps que les garçons à rendre visite à des amis et à des membres de leur famille. Parmi les enfants de 5 à 12 ans, les filles consacrent plus de temps que les garçons à lire, à écouter de la musique et à pratiquer des passe-temps.

## Composition de la famille

Les adultes qui ont des enfants de moins de 18 ans à la maison ont généralement moins de temps à consacrer à chaque type de loisir. Il existe cependant une exception : les couples qui ont des enfants passent une demi-heure de plus par semaine au cinéma et à assister à des activités sportives que les couples qui n'ont pas d'enfants.

## Statut socio-économique

Les Canadiens qui ont un haut niveau d'études tendent à passer moins d'heures devant le petit écran. Ce nombre d'heures passe de 13,5 parmi ceux qui n'ont pas obtenu leur diplôme d'études secondaires à 9 parmi ceux qui ont fait des études universitaires.

Les personnes qui ont fait des études collégiales ou universitaires ont aussi tendance à s'engager davantage dans les groupes sociaux et communautaires et à prendre part à plus d'activités culturelles. Les personnes qui ont fini leurs études secondaires consacrent généralement plus de temps que celles des autres groupes à lire, à écouter de la musique et à s'adonner à des passe-temps. Celles dont le niveau d'études est inférieur au secondaire passent moins de temps dans les restaurants, les cafés et les bistrot.

En ce qui a trait aux enfants, ceux dont les parents ont un niveau d'études inférieur au secondaire consacrent environ deux heures de plus par semaine que la moyenne des enfants à lire, à écouter de la musique et à pratiquer des passe-temps. Ils passent moins de temps que les autres enfants au cinéma et à assister à des activités sportives. Quant aux enfants dont les parents ont fait des études universitaires, ils passent moins de temps à rendre visite à des amis et à des membres de leur famille.

En général, dans les ménages dont le revenu est bas, les adultes passent plus de temps à regarder la télévision, à lire, à écouter de la musique, à s'adonner à des passe-temps et à rendre visite à des amis et à de la parenté. C'est dans les ménages dont le revenu dépasse 100 000 dollars que les gens passent le plus de temps dans les restaurants, les cafés et les bistrot.

La télévision est le loisir le plus important parmi les travailleurs, les personnes au foyer, les sans-emploi et les retraités. Les étudiants, contrairement aux autres groupes, passent plus de temps à lire, à écouter de la musique et à pratiquer des passe-temps qu'à regarder la télévision durant leurs loisirs. On constate que les sans-emploi passent beaucoup plus d'heures que les personnes des autres groupes à rendre visite à des amis et à des membres de leur famille — plus de 10 heures, par comparaison à la moyenne qui est de 5,5 heures.

## Envergure des communautés

Les adultes qui vivent dans de grandes communautés consacrent plus de temps à lire, à écouter de la musique, à s'adonner à des passe-temps et à assister à des activités culturelles que ceux qui vivent dans des communautés plus petites. Sauf les enfants qui vivent dans les très grands centres ( $\geq 300\,000$  habitants), les enfants qui vivent dans les grands centres passent plus de temps à lire, à écouter de la musique et à pratiquer des passe-temps. Ils passent moins d'heures au cinéma et à assister à des activités sportives. Dans les communautés rurales ( $< 1\,000$  habitants), les enfants passent moins de temps à regarder la télévision que ceux des grandes communautés.

## Niveau d'activité physique

Le niveau d'activité physique des Canadiens n'est pas lié à la totalité du temps de loisir dont ils disposent<sup>1</sup>, mais le choix des loisirs l'est. Par exemple, les adultes physiquement actifs ont tendance à moins regarder la télévision et à consacrer plus de temps à d'autres types de loisirs.

De façon similaire, les enfants dont les parents sont physiquement inactifs ( $< 0,5$  KJ) tendent à passer moins de temps à lire, à écouter de la musique, à s'adonner à des passe-temps, à rendre visite à des amis et à de la parenté, à aller dans les restaurants et les cafés et à assister à des activités culturelles. Le bulletin n° 8 de *Progrès en prévention* traitera des liens qui existent entre le niveau d'activité physique des parents et celui de leurs enfants<sup>2</sup>.

## Implications

Le temps de loisir se fait rare au Canada. Les efforts en vue de promouvoir la vie active pendant les loisirs doivent tenir compte des nombreux facteurs qui motivent le choix des loisirs, tels que l'âge, le sexe, la situation de la famille, et de facteurs sociaux, tels que l'emploi, le niveau d'études et le revenu. Par exemple, il faudrait :

- Encourager la recherche d'un équilibre entre les loisirs actifs et les loisirs passifs (comme regarder la télévision).
- Élaborer des stratégies qui incitent les gens à intégrer plus d'activité physique dans les trois types de loisirs les plus répandus — 1) regarder la télévision, 2) lire, écouter de la musique ou pratiquer des passe-temps et 3) rendre visite à des amis ou à de la parenté — en les encourageant, par exemple, à faire des exercices au sol en regardant la télévision, à danser en écoutant de la musique et à se joindre à des amis pour faire des parties de disque volant.
- Promouvoir l'activité physique comme un mode de vie *social* actif qui permet de passer des moments agréables avec ses amis et sa famille.
- Tirer parti de tout le temps que les adultes d'âge mûr passent à regarder la télévision, en mettant en ondes des «publi-reportages» qui leur montrent des routines faciles à exécuter en regardant la télévision et qui les aident à conserver la souplesse, la force et l'agilité qu'il leur faut pour vaquer à leurs tâches quotidiennes.
- Offrir plus de possibilités de loisirs et d'appui aux femmes, qui ont généralement moins de temps de loisir — en mettant à leur disposition des services de garde d'enfant ou en leur proposant des activités physiques destinées aux parents et aux enfants.
- Passer par les médias — la télévision, la radio et la presse écrite — pour atteindre de vastes groupes de personnes.
- Instituer des partenariats avec les fabricants de jeux vidéo et de jeux informatisés afin de rejoindre les enfants et les jeunes.

Pour commander d'autres bulletins de cette série ou pour obtenir des tableaux détaillés sur le sujet présenté dans le présent bulletin, veuillez écrire à :

l'Institut canadien de la recherche sur  
la condition physique et le mode de vie  
185, rue Somerset ouest, bureau 201  
Ottawa (Ontario)  
K2P 0J2  
téléphone : (613) 233-5528  
télécopieur : (613) 233-5536  
info@icrcp.ca

Subventionné en partie par Santé Canada

---

## Références

- <sup>1</sup> Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. (1996). L'emploi du temps des Canadiens et Canadiennes. *Progrès en prévention*, Bulletin n° 6.
- <sup>2</sup> Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. (1996). Habitudes en matière d'activité physique. *Progrès en prévention*, Bulletin n° 2.
- <sup>3</sup> Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie. (1996). L'activité physique chez les enfants. *Progrès en prévention*, Bulletin n° 8.

Publié en octobre 1996

# Activités de loisir des enfants

Sondage indicateur de l'activité physique en 1995

	Nombre d'heures par semaine		
	Regarder la télévision	Lecture, musique, passe-temps	Visite chez des amis ou de la parenté
<b>TOTAL, ENFANTS (1 À 17 ANS)</b>	10,8	9,1	7,6
filles	10,1	9,4	8,0
garçons	11,6	8,7	7,3
<b>1-4</b>	8,0	9,2	8,2
filles	6,9	8,4	8,4
garçons	9,4	10,1	7,9
<b>5-12</b>	11,9	8,6	7,7
filles	11,7	9,9	8,4
garçons	12,2	6,9	6,7
<b>13-17</b>	11,5	10,0	7,1
filles	10,7	9,7	6,5
garçons	12,1	10,1	7,6
<b>NIVEAU D'INSTRUCTION DE L'ADULTE</b>			
Inférieur au secondaire	11,8	11,0	8,4
Secondaire	11,9	9,6	8,2
Collégial	9,4	8,9	8,7
Universitaire	10,4	8,0	6,1
<b>SITUATION D'EMPLOI DES PARENTS</b>			
Deux parents à temps plein	11,6	9,7	7,0
Un à temps plein, un à temps partiel	9,7	9,7	9,0
Un à temps plein	11,6	8,2	6,9
<b>POPULATION DE LA LOCALITÉ</b>			
< 1 000	7,9	7,5	8,1
1 000 - 9 999	12,7	9,3	8,0
10 000 - 74 999	10,6	9,3	7,3
75 000 - 299 999	11,2	10,4	7,9
≥ 300 000	9,8	8,3	7,4
<b>DÉPENSE ÉNERGÉTIQUE DE L'ADULTE</b>			
Actif (≥3 KKJ <sup>1</sup> )	10,6	9,4	7,6
Modérément actif (1,5-2,9 KKJ)	10,1	8,6	7,8
Peu actif (0,5-1,4 KKJ)	11,9	10,0	8,0
Inactif (<0,5 KKJ)	10,2	6,9	5,8
<b>FRÉQUENCE DE L'ACTIVITÉ DE L'ADULTE</b>			
Au moins un jour sur deux	10,5	9,2	7,6
Au moins 2 fois par semaine	11,3	9,5	7,9
Moins de 2 fois par semaine	11,3	8,4	7,3

1 Kilocalories/kilogramme de poids/jour; une dépense énergétique de 3 KKJ correspond à une marche d'une heure chaque jour.

**(suite)**

	Nombre d'heures par semaine		
	Jeux vidéo ou informatisés	Groupes de jeux et groupes sociaux	Cinéma et spectacles sportifs
<b>TOTAL, ENFANTS (1 À 17 ANS)</b>	2,2	2,0	1,9
filles	1,4	2,2	1,5
garçons	3,1	1,9	2,3
<b>1-4</b>	0,3	3,1	0,8
filles	0,2	2,6	0,9
garçons	0,4	3,8	0,5
<b>5-12</b>	2,6	1,5	1,9
filles	2,0	1,8	1,5
garçons	3,3	1,1	2,5
<b>13-17</b>	3,3	1,9	2,8
filles	1,4	2,5	2,1
garçons	4,7	1,5	3,3
<b>NIVEAU D'INSTRUCTION DE L'ADULTE</b>			
Inférieur au secondaire	2,8	1,3	1,6
Secondaire	1,9	2,4	1,6
Collégial	1,5	2,3	2,0
Universitaire	2,6	1,9	2,1
<b>SITUATION D'EMPLOI DES PARENTS</b>			
Deux parents à temps plein	2,7	1,6	2,1
Un à temps plein, un à temps partiel	1,9	2,9	1,9
Un à temps plein	2,3	1,0	1,7
<b>POPULATION DE LA LOCALITÉ</b>			
< 1 000	2,3	2,5	2,8
1 000 - 9 999	1,8	2,0	1,7
10 000 - 74 999	2,4	1,5	2,2
75 000 - 299 999	2,5	2,0	2,2
≥ 300 000	2,3	2,4	1,4
<b>DÉPENSE ÉNERGÉTIQUE DE L'ADULTE</b>			
Actif (≥3 KKJ <sup>1</sup> )	2,6	2,7	2,6
Modérément actif (1,5-2,9 KKJ)	1,8	1,5	1,5
Peu actif (0,5-1,4 KKJ)	2,3	1,9	1,6
Inactif (<0,5 KKJ)	1,7	1,6	1,3
<b>FRÉQUENCE DE L'ACTIVITÉ DE L'ADULTE</b>			
Au moins un jour sur deux	2,3	2,1	2,2
Au moins 2 fois par semaine	2,1	1,8	1,4
Moins de 2 fois par semaine	2,1	2,1	1,4

1 Kilo-calories/kilogramme de poids/jour; une dépense énergétique de 3 KKJ correspond à une marche d'une heure chaque jour.

**(suite)**

	<b>Nombre d'heures par semaine</b>		
	<b>Restaurants et cafés</b>	<b>Sorties culturelles</b>	<b>Entre jeunes</b>
<b>TOTAL, ENFANTS (1 À 17 ANS)</b>	0,7	0,5	0,5
filles	0,8	0,6	0,6
garçons	0,6	0,4	0,5
<b>1-4</b>	0,7	0,2	–
filles	0,8	0,2	–
garçons	0,5	0,3	–
<b>5-12</b>	0,6	0,6	0,4
filles	0,6	0,7	0,4
garçons	0,6	0,5	0,3
<b>13-17</b>	0,9	0,6	0,8
filles	1,2	1,0	0,9
garçons	0,6	0,3	0,8
<b>NIVEAU D'INSTRUCTION DE L'ADULTE</b>			
Inférieur au secondaire	0,7	0,6	1,1
Secondaire	0,7	0,3	0,5
Collégial	0,7	0,5	0,5
Universitaire	0,7	0,6	0,2
<b>SITUATION D'EMPLOI DES PARENTS</b>			
Deux parents à temps plein	0,7	0,5	0,5
Un à temps plein, un à temps partiel	0,8	0,6	0,3
Un à temps plein	0,5	0,4	0,6
<b>POPULATION DE LA LOCALITÉ</b>			
< 1 000	0,4	0,6	0,2
1 000 - 9 999	1,0	0,6	0,7
10 000 - 74 999	0,6	0,5	0,6
75 000 - 299 999	0,7	0,4	0,6
≥ 300 000	0,7	0,5	0,4
<b>DÉPENSE ÉNERGÉTIQUE DE L'ADULTE</b>			
Actif (≥3 KKJ <sup>1</sup> )	0,9	0,7	0,6
Modérément actif (1,5-2,9 KKJ)	0,5	0,4	0,3
Peu actif (0,5-1,4 KKJ)	0,7	0,6	0,8
Inactif (<0,5 KKJ)	0,3	0,2	0,4
<b>FRÉQUENCE DE L'ACTIVITÉ DE L'ADULTE</b>			
Au moins un jour sur deux	0,8	0,5	0,5
Au moins 2 fois par semaine	0,6	0,5	0,8
Moins de 2 fois par semaine	0,4	0,5	0,6

1 Kilocalories/kilogramme de poids/jour; une dépense énergétique de 3 KKJ correspond à une marche d'une heure chaque jour.

– L'insuffisance de l'échantillon ne permet pas la publication de ces données.

# Activités de loisir des adultes

Sondage indicateur de l'activité physique en 1995

	Nombre d'heures par semaine			
	Regarder la télévision	Lecture, musique, passe-temps	Visite chez des amis ou de la parenté	Restaurants, cafés et bistrot
<b>TOTAL, 18 ANS ET PLUS</b>	11,0	9,6	5,4	2,5
<i>femmes</i>	10,2	9,6	5,4	2,1
<i>hommes</i>	11,8	9,6	5,4	3,0
<b>18-24</b>	9,8	10,5	8,2	4,1
<i>femmes</i>	8,6	8,5	6,8	3,9
<i>hommes</i>	10,9	12,7	9,5	4,3
<b>25-44</b>	9,5	8,3	4,8	2,6
<i>femmes</i>	8,6	8,2	4,9	2,0
<i>hommes</i>	10,3	8,5	4,7	3,1
<b>45-64</b>	11,8	9,4	5,0	2,0
<i>femmes</i>	10,4	10,7	5,5	1,6
<i>hommes</i>	13,2	8,0	4,5	2,3
<b>65+</b>	16,4	13,8	5,4	1,8
<i>femmes</i>	16,8	13,6	5,6	1,6
<i>hommes</i>	16,0	13,9	5,2	2,1
<b>NIVEAU D'INSTRUCTION</b>				
<i>Inférieur au secondaire</i>	13,3	9,3	5,5	2,0
<i>Secondaire</i>	11,6	10,4	5,9	2,8
<i>Collégial</i>	10,5	9,3	5,8	2,7
<i>Universitaire</i>	9,0	9,5	4,7	2,7
<b>REVENU FAMILIAL</b>				
< 20 000 \$	13,8	12,7	6,2	2,8
20 000 \$ - 29 999 \$	12,4	10,8	5,6	2,4
30 000 \$ - 39 999 \$	10,6	9,8	5,7	2,4
40 000 \$ - 59 999 \$	9,9	9,5	4,8	2,6
60 000 \$ - 79 999 \$	9,9	8,8	5,7	2,8
80 000 \$ - 99 999 \$	9,6	8,3	4,5	2,7
≥ 100 000 \$	7,4	8,3	4,6	3,3
<b>SITUATION D'EMPLOI</b>				
<i>Employé à temps plein</i>	9,2	8,5	4,8	2,7
<i>Employé à temps partiel</i>	9,4	8,8	5,4	2,3
<i>Sans-emploi</i>	15,2	12,6	10,3	3,4
<i>Personne au foyer</i>	10,9	7,9	5,4	1,4
<i>Étudiant</i>	8,8	9,2	5,5	4,5
<i>Retraité</i>	17,0	14,3	5,6	1,9



**(suite)**

	<b>Nombre d'heures par semaine</b>			
	<b>Regarder la télévision</b>	<b>Lecture, musique, passe-temps</b>	<b>Visite chez des amis ou de la parenté</b>	<b>Restaurants, cafés et bistrots</b>
<b>POPULATION DE LA LOCALITÉ</b>				
< 1 000	11,0	9,0	5,7	1,6
1 000 - 9 999	10,5	9,0	5,2	2,7
10 000 - 74 999	11,7	9,8	5,2	2,3
75 000 - 299 999	11,0	9,7	5,5	3,0
≥ 300 000	10,2	9,9	5,0	2,8
<b>COMPOSITION DE LA FAMILLE</b>				
Personne avec conjoint	10,9	8,7	4,9	1,9
avec enfants au foyer	8,9	7,3	4,4	1,7
sans enfants au foyer	12,6	10,0	5,2	2,0
... veuve, divorcée ou séparée	13,4	11,8	5,7	2,4
avec enfants au foyer	8,1	7,5	5,0	3,0
sans enfants au foyer	14,7	12,9	5,9	2,2
... jamais mariée	9,8	10,8	6,9	4,4
avec enfants au foyer	11,1	10,0	6,4	3,3
sans enfants au foyer	9,7	10,9	6,9	4,6
<b>DÉPENSE ÉNERGÉTIQUE</b>				
Actifs (≥3 KKJ <sup>1</sup> )	9,9	10,6	5,8	3,0
Modérément actifs (1,5-2,9 KKJ)	11,2	9,3	5,6	2,2
Peu actifs (0,5-1,4 KKJ)	11,0	8,7	5,2	2,6
Inactifs (<0,5 KKJ)	11,3	8,2	4,2	2,3
<b>FRÉQUENCE DE L'ACTIVITÉ</b>				
Au moins un jour sur deux	10,4	10,2	5,6	2,7
Au moins 2 fois par semaine	11,1	8,4	5,5	2,4
Moins de 2 fois par semaine	11,4	8,0	4,7	2,4

1 Kilocalories/kilogramme de poids/jour; une dépense énergétique de 3 KKJ correspond à une marche d'une heure chaque jour.

**(suite)**

	<b>Nombre d'heures par semaine</b>		
	<b>Groupes sociaux et communautaires</b>	<b>Cinéma et spectacles sportifs</b>	<b>Sorties culturelles</b>
<b>TOTAL, 18 ANS ET PLUS</b>	1,8	1,5	0,8
<i>femmes</i>	1,8	1,4	0,7
<i>hommes</i>	1,8	1,7	0,9
<b>18-24</b>	1,7	2,4	1,3
<i>femmes</i>	1,5	2,0	0,9
<i>hommes</i>	1,8	2,8	1,7
<b>25-44</b>	1,5	1,7	0,7
<i>femmes</i>	1,6	1,6	0,6
<i>hommes</i>	1,3	1,7	0,7
<b>45-64</b>	2,2	1,4	0,8
<i>femmes</i>	2,1	1,2	0,9
<i>hommes</i>	2,3	1,5	0,7
<b>65+</b>	2,3	0,5	0,6
<i>femmes</i>	2,1	0,4	0,5
<i>hommes</i>	2,7	0,7	0,8
<b>NIVEAU D'INSTRUCTION</b>			
<i>Inférieur au secondaire</i>	1,4	1,3	0,3
<i>Secondaire</i>	1,4	1,4	0,5
<i>Collégial</i>	2,0	1,7	1,0
<i>Universitaire</i>	2,4	1,7	1,2
<b>REVENU FAMILIAL</b>			
< 20 000 \$	1,7	1,4	0,9
20 000 \$ - 29 999 \$	1,9	1,5	0,7
30 000 \$ - 39 999 \$	2,1	1,7	0,9
40 000 \$ - 59 999 \$	1,7	1,8	0,9
60 000 \$ - 79 999 \$	1,9	1,8	0,8
80 000 \$ - 99 999 \$	2,0	1,7	1,1
≥ 100 000 \$	1,6	1,4	1,1
<b>SITUATION D'EMPLOI</b>			
<i>Employé à temps plein</i>	1,5	1,7	0,9
<i>Employé à temps partiel</i>	2,2	1,7	0,7
<i>Sans-emploi</i>	1,8	1,6	0,8
<i>Personne au foyer</i>	1,5	1,0	0,3
<i>Étudiant</i>	2,0	2,2	1,4
<i>Retraité</i>	2,5	0,7	0,6

**(suite)**

	<b>Nombre d'heures par semaine</b>		
	<b>Groupes sociaux et communautaires</b>	<b>Cinéma et spectacles sportifs</b>	<b>Sorties culturelles</b>
<b>POPULATION DE LA LOCALITÉ</b>			
< 1 000	1,8	0,8	0,4
1 000 - 9 999	1,9	1,5	0,5
10 000 - 74 999	1,7	1,9	0,7
75 000 - 299 999	1,9	1,8	1,0
≥ 300 000	1,7	1,5	1,2
<b>COMPOSITION DE LA FAMILLE</b>			
Personne avec conjoint	1,8	1,4	0,7
avec enfants au foyer	1,6	1,6	0,7
sans enfants au foyer	2,0	1,2	0,7
... veuve, divorcée ou séparée	1,8	1,3	0,8
avec enfants au foyer	1,2	1,6	0,6
sans enfants au foyer	2,0	1,2	0,9
... jamais mariée	1,8	2,2	1,0
avec enfants au foyer	2,3	1,5	0,5
sans enfants au foyer	1,8	2,2	1,1
<b>DÉPENSE ÉNERGÉTIQUE</b>			
Actifs (≥3 KKJ <sup>1</sup> )	2,1	2,1	1,0
Modérément actifs (1,5-2,9 KKJ)	1,8	1,4	0,7
Peu actifs (0,5-1,4 KKJ)	1,6	1,6	0,8
Inactifs (<0,5 KKJ)	1,2	0,4	0,3
<b>FRÉQUENCE DE L'ACTIVITÉ</b>			
Au moins un jour sur deux	1,9	1,7	1,0
Au moins 2 fois par semaine	1,9	1,3	0,5
Moins de 2 fois par semaine	1,6	1,4	0,5

1 Kilocalories/kilogramme de poids/jour; une dépense énergétique de 3 KKJ correspond à une marche d'une heure chaque jour.