

## 1. Projects



# Enquête sur la mobilité liée au temps libre du quotidien

Finished research  
Begin: June 2023  
End: December 2024

Depuis l'éphémère ministère du temps libre au début des années 1980, ni la recherche en sciences humaines et sociales, ni les politiques publiques, ni les transporteurs ne se sont pleinement saisis de la question de la mobilité du temps libre du quotidien, qui représente pourtant autant de temps de déplacement que la mobilité liée au travail (40%). C'est pour y remédier que le Forum Vies Mobiles, think tank expert de la mobilité, présente les résultats de son enquête nationale, menée auprès de 12 000 personnes, et de son Forum Citoyen, qui a réuni 120 personnes sur 4 territoires (Gironde, Guadeloupe, Île-de-France, Normandie).

### Research participants

- Mobile Lives Forum
- L'Obsoco (Research and consulting company)

Comment nous déplaçons-nous au quotidien pour aller au sport, boire un verre, voir notre famille et nos amis ? À quelle distance, à quel rythme ? Toujours aux mêmes endroits ? Qui parcourt le plus de kilomètres ? Quel impact sur l'environnement ? Et quelles sont les grandes aspirations pour le futur de nos déplacements liés au temps libre ?

Comment définir le temps libre ? Nous définissons le temps libre comme un temps dégagé de toute contrainte. Donc hors temps dédié au travail bien sûr, mais aussi aux études et à la recherche d'emploi, aux tâches domestiques, aux besoins physiologiques, à l'accompagnement et au soin aux personnes dépendantes, aux démarches administratives, à la santé. C'est un temps pour vivre à son rythme, à sa guise.

## Méthodologie de l'enquête

Cette enquête a été effectuée en ligne pour le Forum Vies Mobiles par l'ObSoCo sur le panel de Bilendi du 20 au 30 juin et du 21 novembre au 18 décembre 2023. Réalisée auprès d'un échantillon total de 12 000 personnes représentatif de la population de France métropolitaine âgée de 18 à 75 ans, elle a été menée en deux temps (6 000 en été et 6 000 en hiver) pour capter d'éventuelles variations saisonnières.

La représentativité de l'échantillon a été établie selon la méthode des quotas au niveau régional sur la base des critères suivants : âge, sexe, région et taille de l'agglomération de résidence, catégorie socioprofessionnelle et niveau de diplôme. Les données ont été redressées au niveau régional, puis au niveau national, sur l'ensemble des critères ayant servi de quotas.

## Ce que le Forum Vies Mobiles retient :

- Les Français disposent en moyenne de **36 heures de temps libre** par semaine, soit à peu près **l'équivalent d'une semaine de travail**, mais sur des temps beaucoup plus fractionnés.
- Ils passent autant de temps à se déplacer pour leur temps libre que pour le travail, près de 4 heures par semaine, mais ils parcourent moins de kilomètres, à peine plus de 100 kilomètres contre 170. **Quand on le peut, on privilégie la proximité.**
- **82%** des activités de temps libre sont pratiquées **à moins de 20 kilomètres. La voiture occupe une place inférieure à celle observée dans les déplacements liés au travail.**
- **Femme avec enfant, la double peine pour le temps libre** : le fait d'être une femme, qui plus est avec un enfant, réduit d'environ 25 % le temps libre disponible (32 heures contre 41 heures).
- **Ce qui pose problème pour la transition climatique ? La dispersion des familles sur le territoire** : 37% des Français qui rendent régulièrement visite à leur famille et/ou amis le font à une distance de 20 à 100 km. Ils sont même 9% à parcourir régulièrement plus de 100 km pour voir leurs proches.

## Principaux résultats

### 1) De fortes disparités face à la quantité de temps libre disponible

- Les Français disposent en moyenne de **36 heures de temps libre par semaine**, soit un peu plus de 5 heures par jour.
- **Les femmes disposent en moyenne de 9h de temps libre en moins par semaine que les hommes** (32 heures contre 41 heures).
- **Le fait d'avoir des enfants fait perdre environ un tiers de temps libre** : les célibataires et couples sans enfants disposent en moyenne de 42 heures de temps libre par semaine, contre 28 et 29 heures respectivement pour les couples avec enfants et les familles monoparentales.

LES FEMMES ONT  
QUE LES HOMMES

HOMMES



LE FAIT D'AVOIR  
ENVIRON UN TIERS

SANS ENFANTS





Source : *Forum Vies Mobiles, 2024*  
Illustration : *Anaïs Loué – Studio 1+1*

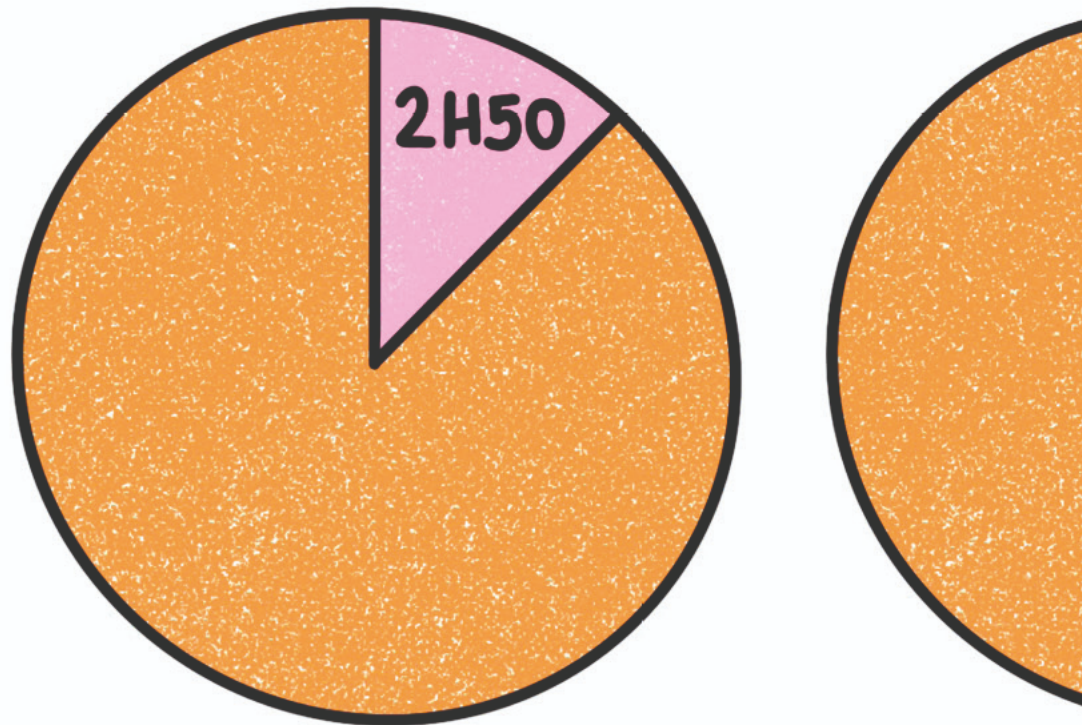
- Sans surprise, **le fait de travailler diminue par deux la quantité de temps libre** dont un individu dispose.

TRAVAILLER DIMINUE  
DE TEMPS LIBRE



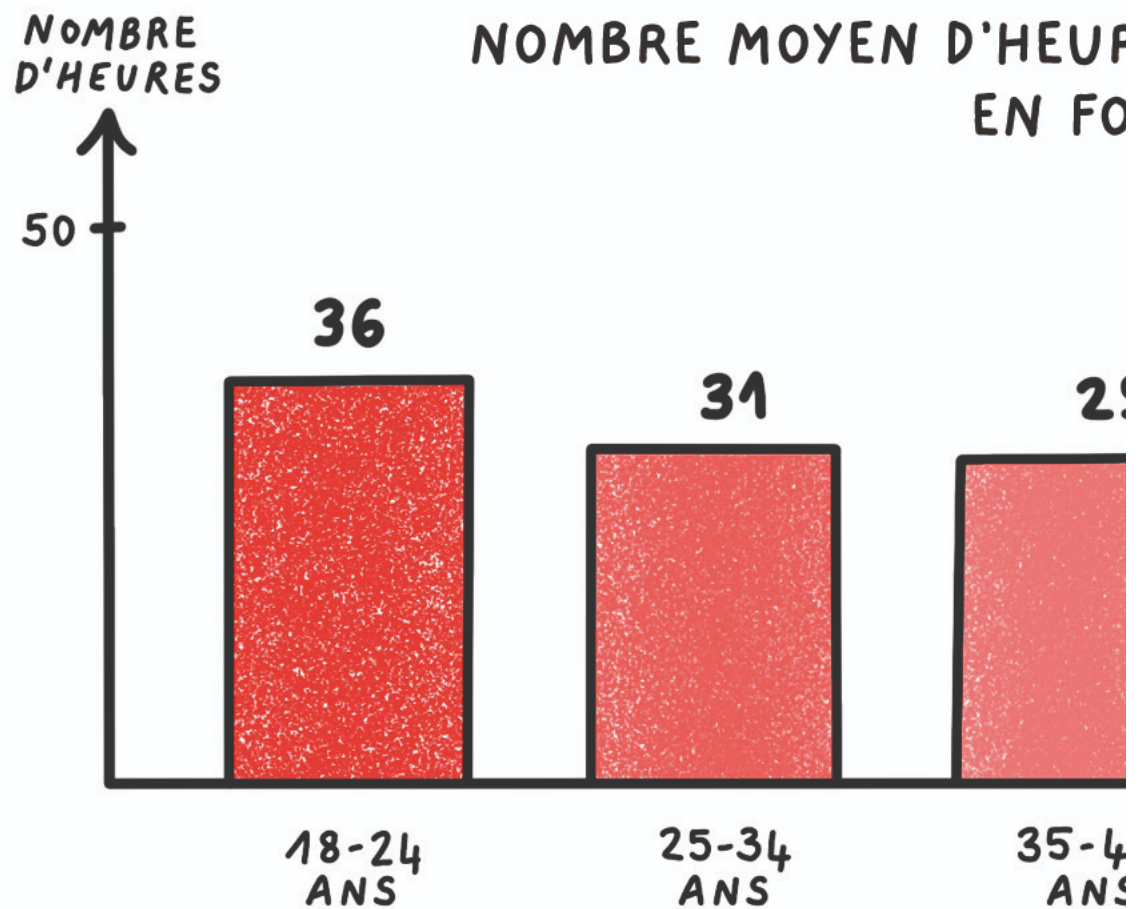
ACTIF  
(JOUR TRAVAILLÉ)

(JOUR



*Source : Forum Vies Mobiles, 2024*  
*Illustration : Anaïs Loué – Studio 1+1*

- Fortement lié à cette question du travail, on observe que **les plus jeunes, et davantage encore les plus âgés, sont ceux qui disposent de la plus importante quantité de temps libre** : en moyenne 36 heures par semaine pour les moins de 25 ans, 40 heures pour les 55-64 ans, 50 heures pour les 65 ans et plus. C'est au milieu du cycle de vie, au cœur de la vie active et en âge d'avoir des enfants à charge, que le temps libre se fait le plus rare (autour de 30 heures hebdomadaires en moyenne entre 25 et 54 ans).



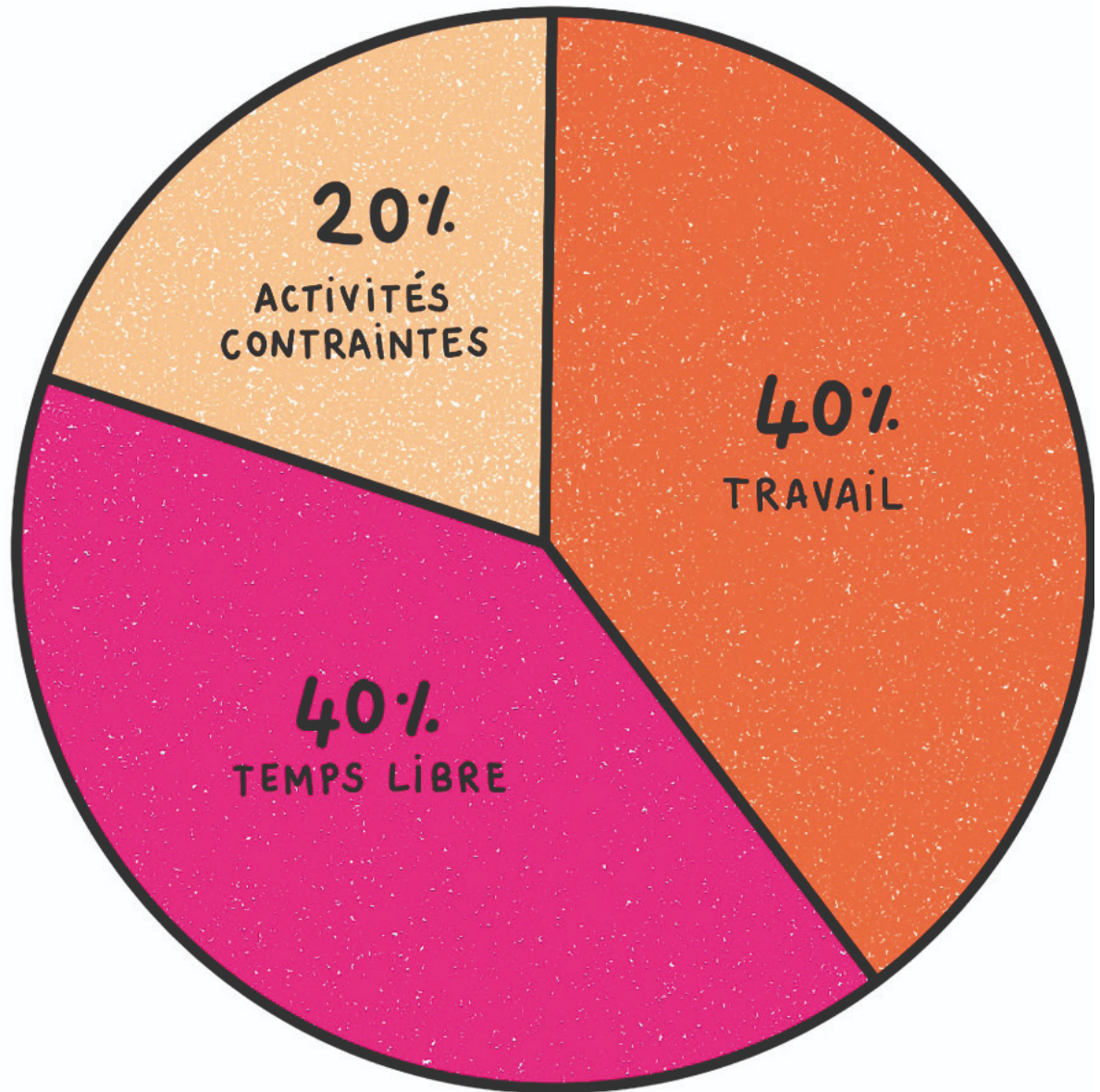
Source : Forum Vies Mobiles, 2024

Illustration : Anaïs Loué – Studio 1+1

## 2) Pour le temps libre, les Français parcourent moins de kilomètres et utilisent moins la voiture que pour le travail

- On passe autant de temps à se déplacer pour le temps libre du quotidien que pour le travail, près de 4 heures par semaine, mais on parcourt moins de kilomètres, à peine plus de 100 kilomètres contre 170.

# PART DU TEMPS DE DÉPLACEMENT QUOTIDIEN CONSACRÉ AUX DIFFÉRENTES ACTIVITÉS



Source : Forum Vies Mobiles, 2024

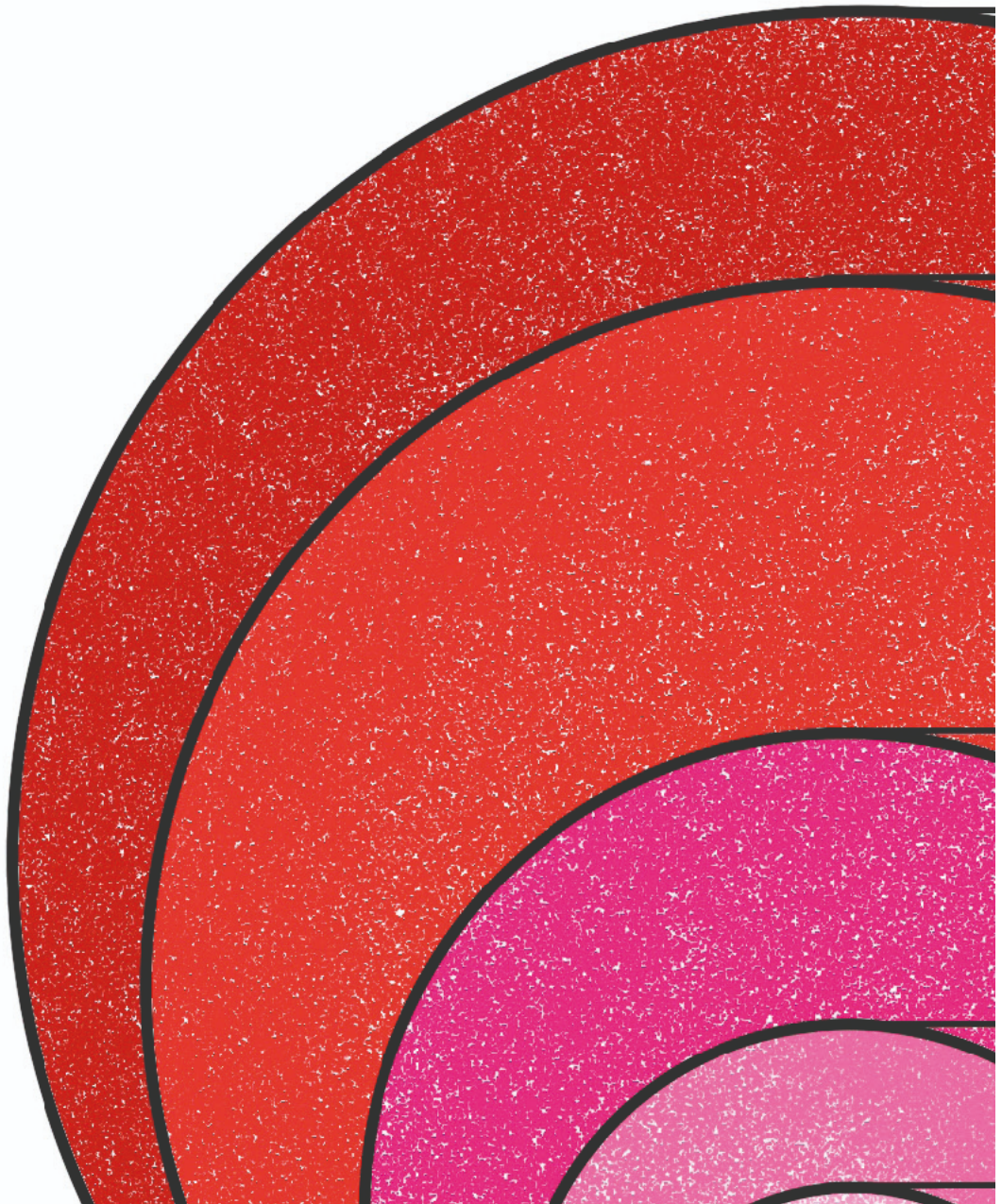
Illustration : Anaïs Loué – Studio 1+1

- Sur leur temps libre, les Français se déplacent **moins vite et moins loin** que pour le travail.
- Même si, **la voiture domine** la mobilité associée au temps libre, elle occupe néanmoins une **place inférieure** à celle observée dans les déplacements domicile-travail. La bonne nouvelle pour la transition écologique, c'est que plus on pratique ses activités en proximité, moins on utilise la voiture : **36% des Français qui se déplacent pour leurs occupations de temps libre n'utilisent jamais la voiture**. Aussi, la marche est-elle le deuxième mode de

déplacement le plus fréquemment utilisé pour les mobilités de temps libre. 45% des Français qui se déplacent pour leur temps libre disent le faire exclusivement à pied pour au moins une de leurs occupations.

- La distance médiane des déplacements des Français pour rejoindre leurs activités choisies régulières est de 7 kilomètres, soit **moins de 30 minutes à vélo**.
- **82% des activités pratiquées le sont à moins de 20km du domicile** (soit 20 à 30 minutes de voiture)
- **1 Français sur 2 ne se déplace jamais à plus de 20km** de son domicile sur son temps libre
- **1 sur 3 passe l'ensemble de son temps libre à moins de 9km** de son domicile
- et même **1 sur 6 le passe intégralement sein de son domicile**.

## PORTÉE DES ACTI DE TEMPS LIBRE HABITUELL





*Source : Forum Vies Mobiles, 2024*  
*Illustration : Anaïs Loué – Studio 1+1*

### 3) Quand on ne compte pas les kilomètres, c'est pour de grands événements et pour voir nos proches

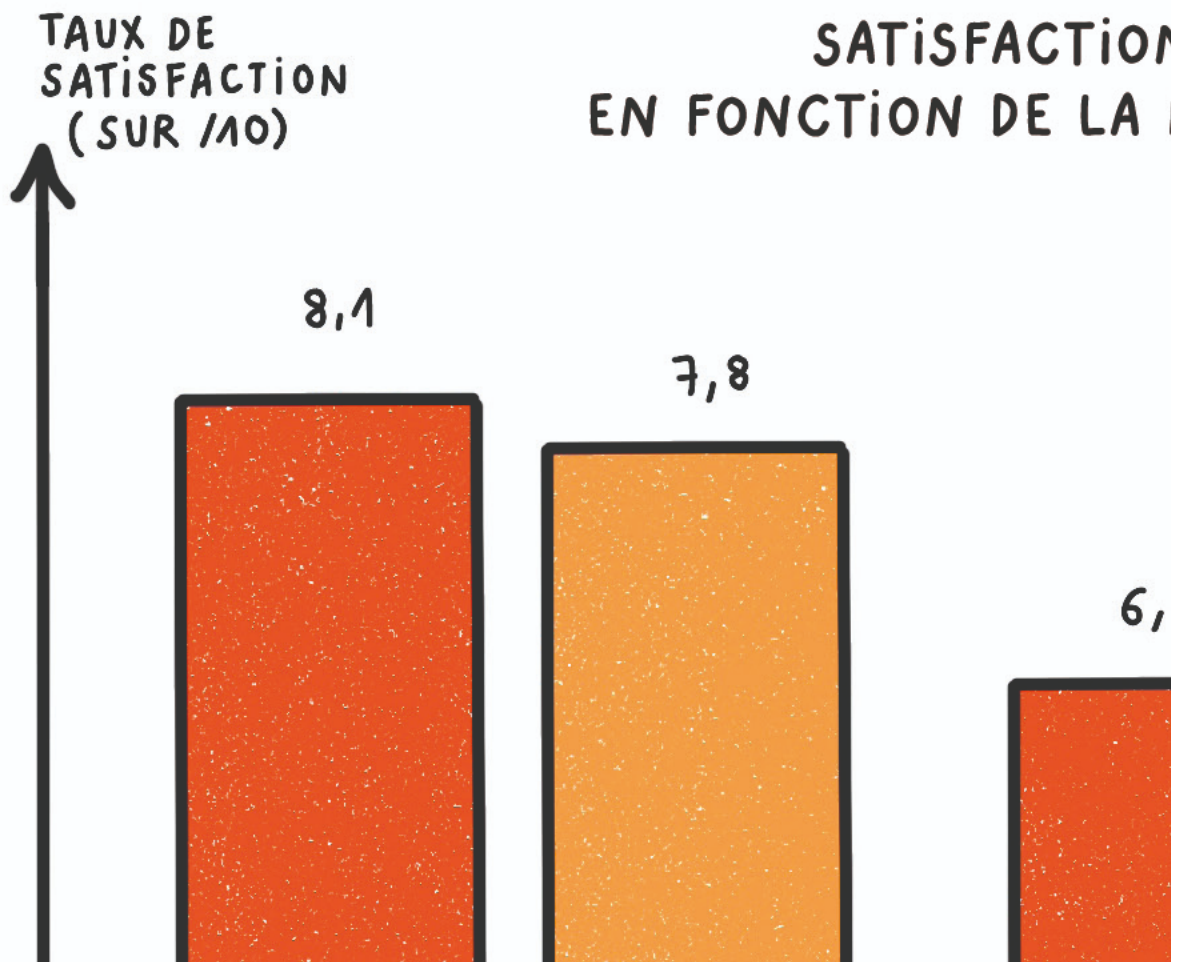
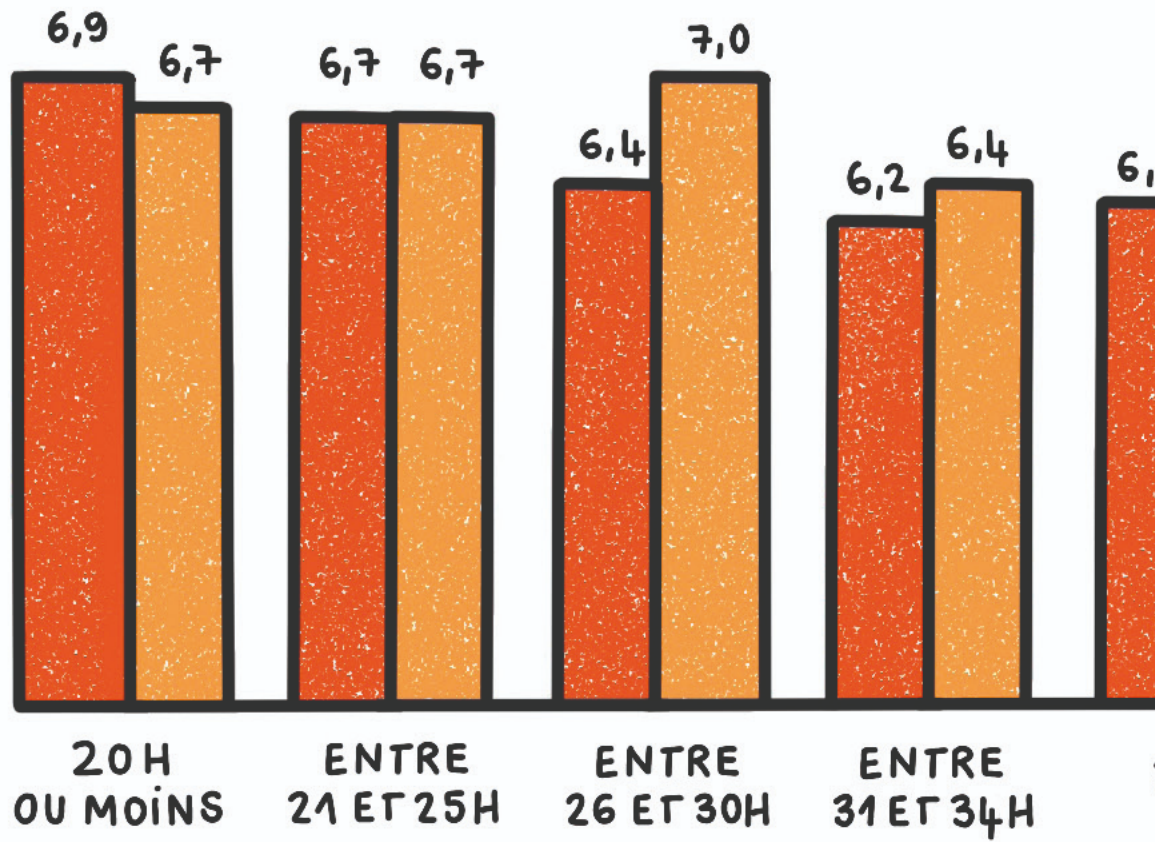
- Lorsqu'on se déplace loin de son domicile sur son temps libre, c'est essentiellement pour les **activités de « sociabilité »** : avec ses proches (rendre visite à sa famille, ses amis, s'occuper de ses enfants, ses petits-enfants...) ou avec autrui (sorties pour aller au restaurant, sorties festives ou liées à un événement...). C'est pour ces activités que le périmètre moyen est le plus étendu :  
- **37% des Français qui rendent régulièrement visite à leur famille et/ou amis le font à une distance de 20 à 100 kilomètres.** Ils sont même **9% à parcourir régulièrement plus de 100 kilomètres pour voir leurs proches.** - Ils sont 38% à fréquenter régulièrement des événements entre 20 et 100 kilomètres et 13% à plus de 100 kilomètres.
- Dans un contexte de **dispersion des familles sur le territoire** national et au-delà (études, emplois, choix de son cadre de vie, ...), c'est sur ces déplacements que les efforts en termes de politique de décarbonation de la mobilité devront être les plus importants car, alors qu' **il n'est pas possible ou désiré de s'en passer** , leur éloignement (et leurs horaires !) implique aujourd'hui un recours massif à la voiture.

### 4) Les Français présentent une satisfaction très moyenne à l'égard de leur temps libre qu'ils considèrent comme trop fragmenté :

- Ce qui dégrade le plus la satisfaction vis-à-vis de son temps libre c'est l'impossibilité de dégager des plages de temps suffisamment longues pour réaliser les activités souhaitées.
- Ce qui, au contraire, participe le plus à la satisfaction est la possibilité d'organiser librement son temps libre.

SATISFACTION  
EN FONCTION D







TEMPS AMÉNAGÉ  
COMME SOUHAITÉ

TEMP  
UNE

*Source : Forum Vies Mobiles, 2024*

*Illustration : Anaïs Loué – Studio 1+1*

Retrouvez les principaux objectifs fixés par les citoyens à la fin de la synthèse en téléchargement.

Le Forum Citoyen est l'instance nationale de débat créée par le Forum Vies Mobiles. Il a pour objectif de permettre à des citoyens de débattre collectivement de la place que la mobilité occupe dans les modes de vie pour formuler de grands objectifs citoyens pour le futur.

Chaque édition du Forum Citoyen (mobilité de travail en 2021, mobilité du temps libre en 2024) rassemble **120 citoyens, répartis par groupe de 30 personnes sur 4 territoires aux dynamiques économique et démographique différentes** (Île-de-France, zones dynamiques, outre-mer et territoires dits en déprise). Les citoyens de chaque territoire sont réunis pendant deux jours et demi. Les participants sont recrutés de manière à représenter la diversité de la société française en termes d'âge, de genre, de niveau de diplôme, de cadre de vie, mais aussi en termes de pratiques de déplacements au regard de la thématique annuelle choisie, afin de garantir une **pluralité d'expériences et de points de vue**.

À l'issue de chaque Forum Citoyen, le Forum Vies Mobiles travaille sur des propositions concrètes pour répondre aux objectifs formulés et les porte dans le débat public.

## Téléchargements

[Télécharger la synthèse complète de l'enquête nationale avec les résultats du Forum Citoyen](#)

SYNTHÈSE  
DÉCEMBRE 2024


# MOBILITÉ ET TEMPS LIBRE DU QUOTIDIEN

ENQUÊTE NATIONALE ET FORUM CITOYEN



To cite this publication :

Mobile Lives Forum et L'Obsoco (Research and consulting company) (02 December 2024), « Enquête sur la mobilité liée au temps libre du quotidien », Préparer la transition mobilitaire. Consulté le 05 December 2024, URL: <https://forumviesmobiles.org/en/project/16194/enquete-sur-la-mobilite-liee-au-temps-libre-du-quotidien>

 Licence Creative Commons

Projects by Forum Vies Mobiles are licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 France License. Permissions beyond the scope of this license may be available at contact.

Other publications



Can universities learn to leave behind air travel?

Tamara Ben Ari, Parke Wilde



The impact of the teleworking revolution on the growth of megacities (Paris, London, New York)

BVA Xsight



Have metropolitan mobility policies been redefined by the Covid pandemic?

Jean Debrie, Juliette Maulat



The combined use of bicycles and trains in the Netherlands: a promising mode of transport in a suitable environment

Javier Caletrio

1 <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/fr/>

2 <http://forumviesmobiles.org>

3 <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/fr/>

4 [http://fr.fvm.localhost/modal\\_forms/nojs/contact](http://fr.fvm.localhost/modal_forms/nojs/contact)