



Institut national  
de statistique



## ***C'est du belge ... l'emploi du temps en Wallonie, en Flandre et à Bruxelles***

*Ignace Glorieux et Jessie Vandeweyer, TOR 2001*

---

Contrairement aux Pays-Bas, par exemple, où depuis 1975 se tient tous les cinq ans une enquête sur l'emploi du temps, la Belgique n'a jamais collecté de manière suivie des données sur ce sujet. La dernière étude de ce type en Belgique date de 1966 et avait été organisée par Claude Javeau dans le cadre d'un projet international. En 1999, les choses ont changé. A une enquête en Flandre sur l'emploi du temps, exécutée par l'équipe de recherche TOR (Tempus Omnia Relevat) de la Vrije Universiteit Brussel (VUB), a succédé la première grande enquête belge effectuée par l'Institut national de Statistique (INS). Celle-ci s'inscrit dans un projet plus vaste d'EUROSTAT visant à harmoniser la recherche en la matière dans les divers Etats membres. Dans un proche avenir, l'on pourra donc comparer l'emploi du temps des Belges à celui d'autres pays européens.

Durant deux jours – un jour de semaine et un samedi ou dimanche – 8382 Belges de 12 à 95 ans ont noté, de manière assidue, dans un carnet toutes les dix minutes ce qu'ils faisaient. Le travail sur le terrain qui a duré du 3 décembre 1998 au 6 février 2000 a été effectué par l'Institut national de Statistique. Ensuite, l'équipe de recherche TOR de la VUB et l'INS ont coopéré pour établir les banques de données et effectuer les analyses.<sup>1</sup>

Dans ce texte, nous allons commenter un certain nombre de constatations. Nous allons d'abord examiner en quelle mesure l'emploi du temps varie selon le sexe, la région, l'âge et le type de ménage. Ensuite, nous observerons le rythme spécifique des jours de la semaine, ainsi que des samedis et des dimanches.

### ***L'emploi du temps des hommes et des femmes***

La population belge passe la plus grande partie de son temps à '*dormir et à se reposer*' : plus d'un tiers (environ 38 %) du temps disponible par semaine. En moyenne, l'on est au lit quelque 60 h par semaine, soit environ 8 h par jour. Les femmes dorment 2 h 07 de plus, par semaine, que les hommes.

Après le sommeil, par ordre d'importance, viennent les '*loisirs*'. Par semaine, les femmes disposent de 4 h 32 de loisirs en moins que les hommes. Les femmes ne

---

<sup>1</sup> Ce projet de recherche a été financé par le SSTC dans le cadre du programme AGORA 'Valorisation de la banque de données Enquête sur l'emploi du temps' (contrat de recherche n° AG/03/034).

peuvent consacrer, par semaine, que 25 h 26 aux loisirs (quelque 15 % du temps total); les hommes 29 h 58 (environ 18 % du temps total).

DUREE MOYENNE DES ACTIVITES DE LA POPULATION BELGE DE 12 A 95 ANS  
D'APRES LE SEXE (HEURES ET MINUTES PAR SEMAINE FICTIVE)

	Hommes (N=4077)	% du temps total dans une semaine	Femmes (N=4309)	% du temps total dans une semaine
Emploi**	18:29	11 %	10:19	6 %
Tâches ménagères et familiales**	14:36	9 %	23:58	14 %
Soins et éducation des enfants**	1:57	1 %	3:18	2 %
Soins personnels**	16:01	9 %	17:06	10 %
Sommeil et repos**	62:22	37 %	64:29	38 %
Enseignement et formation	5:19	3 %	4:55	3 %
Activités sociales**	9:18	6 %	9:59	6 %
Loisirs**	29:58	18 %	25:26	15 %
Déplacements **	10:38	6 %	8:59	5 %

Signification statistique de la différence entre hommes et femmes : \* p<0,05; \*\*p<0,01.

Si nous considérons les rubriques '*emploi, tâches ménagères et familiales, et soins et éducation des enfants*' comme étant, ensemble, la charge de travail totale d'un individu, la part du temps libre disponible décroît et il appert qu'après le sommeil la plus grande partie du temps est consacré au travail (21 % chez les hommes et 22 % chez les femmes). La charge de travail totale des hommes est en moyenne de 35 h 02 et celle des femmes de 37 h 35, soit 2 h 33 de plus, par semaine, que les hommes. La composition de la charge de travail est de plus fort inégalement répartie entre hommes et femmes. Les hommes consacrent en moyenne 18 h 29 par semaine au travail, soit 8 h 10 de plus que les femmes. Les femmes, par contre, consacrent sensiblement plus de temps aux travaux ménagers (environ 24 h par semaine, soit 9 h 22 de plus que les hommes) et aux enfants (3 h 18 par semaine ou 1 h 21 de plus que les hommes). Pour l'instant, il n'est donc toujours pas question d'une suppression des schémas classiques.

Par semaine, la population belge suit environ 5 heures d'*enseignement et de formation*'. Il n'y a pas de différence significative entre hommes et femmes pour ce qui est de la formation suivie et pour les pauses y afférentes.

Les femmes ne travaillent et ne dorment pas seulement plus longtemps, mais elles consacrent aussi une heure de plus que les hommes aux '*soins personnels*'. Par semaine, les hommes y consacrent quelque 16 h et les femmes 17 h. Il semblerait donc qu'il est vrai que les femmes sont effectivement plus attentives à leur corps que les hommes.

Si l'on regarde le temps consacré aux '*activités sociales*', celui-ci ne fait que confirmer les idées toutes faites qui courent sur les hommes et les femmes. Par semaine, les femmes consacrent 41 minutes de plus que les hommes au bénévolat et aux contacts sociaux (conversations, fêtes et coups de fil).

En moyenne, les hommes se déplacent 10 h 38 par semaine, soit 1 h 39 de plus que les femmes qui passent environ 9 h à aller et venir. Par 'déplacements', l'on entend les trajets entre le domicile, le lieu de travail et l'école, ainsi que ceux liés aux loisirs.

*Bien que dans la littérature spécialisée l'on parle souvent de la lente disparition des schémas traditionnels et de l'avènement de l'homme nouveau, les données de l'enquête tendent à démontrer que l'emploi du temps des hommes et des femmes diffère sensiblement. Dans huit des neuf groupes d'activités, nous relevons des différences significatives entre les sexes. Les femmes ont une charge de travail totale plus élevée, effectuent plus de tâches ménagères et s'occupent davantage des enfants, consacrent plus de temps aux soins corporels et aux contacts sociaux. Les hommes, par contre, travaillent plus, ont plus de loisirs et passent plus de temps à se déplacer. Ce n'est qu'en matière d'enseignement et de formation qu'il n'y pas de différence significative entre hommes et femmes.*

### **L'emploi du temps d'après la région**

Si généralement on estime que l'univers des hommes et des femmes se rapproche, on n'en pense pas moins souvent que, non seulement administrativement mais aussi culturellement, notre pays se désagrège de plus en plus. Les données de 1999 sur l'emploi du temps ne nous permettent pas de dégager des tendances générales, mais nous pouvons vérifier en quelle mesure l'emploi du temps diffère d'après la région dans laquelle habitent les répondants. Dans ce paragraphe, nous étudions dans quelle mesure les supposées différences culturelles entre Flamands et Wallons se reflètent dans la façon dont ils passent le temps. Nous étudions aussi la situation des Bruxellois.

#### DUREE MOYENNE DES ACTIVITES DE LA POPULATION BELGE DE 12 A 95 ANS D'APRES LA REGION (HEURES ET MINUTES PAR SEMAINE FICTIVE)

	Bruxelles		Flandre		Wallonie	
	(N=764)	% du temps total dans une semaine	(N=4906)	% du temps total dans une semaine	(N=2716)	% du temps total dans une semaine
Emploi**	15:09	9 %	15:06	9 %	12:34	7 %
Tâches ménagères**	17:29	10 %	19:09	11 %	20:26	12 %
Soins et éducation des enfants**	2:04	1 %	3:12	2 %	1:48	1 %
Soins personnels**	16:45	10 %	16:09	10 %	17:17	10 %
Sommeil et repos**	63:27	38 %	63:03	37 %	64:13	38 %
Enseignement et formation	5:03	3 %	5:23	3 %	4:38	3 %
Activités sociales**	9:28	6 %	9:21	6 %	10:15	6 %
Loisirs**	28:14	17 %	27:02	16 %	28:34	17 %
Déplacements**	10:41	6 %	10:08	6 %	8:54	5 %

Signification statistique de la différence entre les régions : \*\*p<0,01.

Il ressort que si *'dormir et se reposer'* est l'activité principale des Bruxellois, des Flamands et des Wallons, il y a de légères différences entre eux. Par semaine, les Flamands dorment un peu moins (63 h 03) que les Bruxellois (63 h 27) et les Wallons (64 h 13). La différence entre Flamands et Wallons est donc de 1 h 10 par semaine.

En ce qui concerne les *'loisirs'*, la plus grande différence s'observe entre Flamands et Wallons. Ces derniers disposent de 28 h 34 de loisirs, soit 1 h 32 de plus que les Flamands et 20' de plus que les Bruxellois.

Lorsque nous considérons la charge de travail totale (*emploi, tâches ménagères et soins et éducation des enfants*), nous trouvons confirmation du cliché du Flamand travaillant dur. La charge de travail totale des hommes et des femmes en Flandre est en moyenne de 37 h 27; à Bruxelles (34 h 42) et en Wallonie (34 h 48), elle est sensiblement inférieure. Les Bruxellois et les Flamands consacrent quelque 15 h à l'*'emploi'*, ce qui est nettement plus que les Wallons qui n'y consacrent que 12 h 30. Au niveau des *'tâches ménagères'* aussi, nous observons des écarts sensibles entre les régions. Manifestement, les Bruxellois sont peu enclins à effectuer des tâches ménagères. Ils y consacrent 1 h 40 de moins que les Flamands. Les Wallons, par contre, y consacrent plus de temps que les Flamands (1 h 17). En matière de tâches ménagères, l'écart net entre Bruxelles et la Wallonie est donc fort grand, à savoir près de 3 h par semaine. Quant aux *'soins des enfants'* c'est la Flandre qui l'emporte. Les Flamands y consacrent 3 h 12 par semaine, les Bruxellois seulement 2 h 04 et les Wallons encore moins, c'est-à-dire 1 h 48.

En Flandre, l'on consacre plus de temps à l'*'enseignement et à la formation'* qu'à Bruxelles et en Wallonie. Chez les Flamands, ces activités prennent 5 h 03 par semaine, chez les Bruxellois 4 h 41 et chez les Wallons 4 h 20. D'un point de vue statistique, ces différences sont peu significatives.

Une part importante du temps disponible, près de 10 %, est consacrée aux *'soins personnels'*. En Flandre, ces soins représentent 16 h 09 par semaine, à Bruxelles 16 h 45 et en Wallonie 17 h 17. Il est intéressant de noter que ces différences s'observent surtout en matière de nourriture et de boissons. Les Wallons semblent être davantage de bons vivants : ils passent une heure de plus à table que les Flamands et près d'une demi-heure de plus que les Bruxellois.

Le nombre d'heures consacré aux déplacements est le plus important à Bruxelles (10 h 41 par semaine); en Flandre, l'on y consacre une demi-heure en moins. Ce sont les Wallons qui passent le moins de temps à se déplacer (1 h 47 de moins que les Bruxellois).

On dit souvent des Wallons qu'ils sont plus sociaux et chaleureux; leur emploi du temps le confirme. Ils consacrent plus de 10 heures par semaine à des *'activités sociales'*, alors que les Flamands (9 h 21) et les Bruxellois (9 h 28) y consacrent trois quarts d'heure de moins.

*Il ressort de ce qui précède qu'il existe bien des modes d'emploi du temps différents d'après la région dans laquelle on habite. Ceux-ci, de plus, semblent confirmer les opinions circulant sur les différences culturelles entre Flamands et Wallons. Les Wallons ont plus de loisirs, dorment plus, consacrent plus de temps aux tâches ménagères, aux contacts sociaux ainsi qu'à manger et boire. Les Flamands, par contre, consacrent plus de temps au travail, aux enfants (soins et éducation) et aux déplacements que les Wallons. Il est marquant que pour la moitié des activités, Bruxelles occupe une position intermédiaire comme si les différences culturelles y étaient atténuées. En ce qui concerne le travail et les activités sociales, il n'y a pratiquement pas de différence entre Bruxellois et Flamands. De tous, les Bruxellois consacrent le moins de temps aux tâches ménagères et le plus de temps aux déplacements.*

### ***L'emploi du temps d'après l'âge***

Il va de soi que l'emploi du temps diffère selon l'âge et influence en conséquence le mode de vie des Belges.

Les jeunes (de moins de 20 ans) dorment et se reposent le plus, exception faite des personnes âgées (de plus de 70 ans). Les premiers dorment et se reposent 66 h 55 par semaine, soit 9 h 33 par jour; les personnes âgées environ 72 h 16 par semaine ou 10 h 19 par jour. Au niveau des loisirs aussi, les jeunes sont proches des Belges âgés (de plus de 60 ans) : les deux groupes disposent de plus de 30 h par semaine de loisirs. Une grande partie du temps disponible s'écoule à l'école (27 h 29). Une fois arrivé à l'âge de vingt ans, la vie prend un aspect plus contraignant (baisse sensible du sommeil et des loisirs). A partir de cet âge, le nombre d'heures consacré au travail croît de manière continue. Ce sont surtout les personnes âgées de 30 à 40 ans qui mènent une vie exigeante. Elles sont au stade où se fonde une famille et s'élabore une carrière professionnelle et où les charges financières sont le plus élevées (remboursement d'une maison, achat d'une voiture, etc.). Ce sont donc elles qui effectuent le plus d'heures de travail et qui ont la charge de travail totale la plus grande (emploi, tâches ménagères et soins et éducation des enfants). Il en résulte qu'elles ont le moins de loisirs et de contacts sociaux de tous les Belges actifs et qu'elles dorment moins. Les quadragénaires aussi, malgré une charge de travail totale moins grande, ont encore une vie bien remplie. Ce n'est qu'après 50 ans que le temps consacré au travail baisse sensiblement. Par contre, le temps consacré aux soins personnels, aux tâches ménagères, au sommeil et aux activités sociales gagne en importance.

DUREE MOYENNE DES ACTIVITES DE LA POPULATION BELGE DE 12 A 95 ANS D'APRES  
L'AGE (HEURES ET MINUTES PAR SEMAINE FICTIVE)

Semaine fictive totale	12-19 ans (n=1134)	20-29 ans (n=1247)	30-39 ans (n=1488)	40-49 ans (n=1363)	50-59 ans (n=1074)	60-69 ans (n=992)	+ de 70 ans (n=1087)
<b>EMPLOI</b>	<b>1:28</b>	<b>22:02</b>	<b>26:07</b>	<b>24:42</b>	<b>15:12</b>	<b>1:43</b>	<b>0:07</b>
Temps effectivement travaillé	1:22	21:13	25:15	24:02	14:51	1:41	0:07
Temps passé au travail, sans travailler	0:05	0:44	0:50	0:39	0:21	0:02	0:00
Activités liées à l'emploi ou à la recherche d'un emploi	0:00	0:04	0:02	0:01	0:00	0:00	0:00
<b>TACHES MENAGERES ET FAMILIALES</b>	<b>6:33</b>	<b>12:52</b>	<b>19:41</b>	<b>22:42</b>	<b>23:43</b>	<b>27:57</b>	<b>23:42</b>
Tâches ménagères	4:06	8:53	13:53	15:52	16:36	19:26	18:03
Tâches diverses	0:57	1:29	2:54	3:33	3:50	4:55	2:58
Courses & utilisation de services	1:29	2:30	2:54	3:17	3:17	3:36	2:41
Courses	1:19	2:03	2:31	2:47	2:56	3:13	2:21
Utilisation de services	0:11	0:27	0:23	0:30	0:21	0:23	0:20
<b>SOINS ET EDUCATION DES ENFANTS</b>	<b>1:11</b>	<b>3:45</b>	<b>5:02</b>	<b>2:04</b>	<b>1:50</b>	<b>2:26</b>	<b>1:19</b>
Soins des enfants	0:14	2:11	2:43	0:47	0:27	0:43	0:07
Education des enfants	0:58	1:34	2:19	1:18	1:23	1:43	1:12
<b>SOINS PERSONNELS</b>	<b>15:37</b>	<b>15:28</b>	<b>15:44</b>	<b>16:14</b>	<b>17:09</b>	<b>17:55</b>	<b>18:36</b>
Manger et boire	10:07	9:36	10:04	10:27	10:40	11:20	11:30
Soins corporels	5:29	5:52	5:40	5:47	6:29	6:35	7:07
Se laver, s'habiller, se déshabiller...	5:13	5:30	5:16	5:13	5:31	5:38	5:59
Recevoir des soins professionnels	0:16	0:22	0:24	0:34	0:59	0:57	1:08
<b>SOMMEIL ET REPOS</b>	<b>66:55</b>	<b>61:17</b>	<b>59:37</b>	<b>59:11</b>	<b>62:02</b>	<b>65:43</b>	<b>72:16</b>
Dormir et se reposer	65:07	59:22	57:16	56:35	58:35	60:45	63:58
Se détendre et paresser	1:48	1:55	2:21	2:36	3:26	4:58	8:19
<b>ENSEIGNEMENT ET FORMATION</b>	<b>27:29</b>	<b>7:05</b>	<b>0:40</b>	<b>0:31</b>	<b>0:35</b>	<b>0:20</b>	<b>0:10</b>
Enseignement	24:42	6:05	0:15	0:10	0:06	0:03	0:02
Cours et formation	0:43	0:45	0:24	0:19	0:27	0:16	0:08
Pauses liées à l'enseignement et à la formation	2:04	0:14	0:01	0:02	0:01	0:01	0:00
<b>ACTIVITES SOCIALES</b>	<b>7:08</b>	<b>10:30</b>	<b>9:05</b>	<b>9:34</b>	<b>10:10</b>	<b>10:41</b>	<b>10:47</b>
Activités sociales	0:58	0:56	0:56	0:56	1:17	1:32	1:17
Contacts sociaux	5:51	8:57	7:41	8:02	8:13	8:28	8:50
Soins et aide aux tiers	0:19	0:37	0:29	0:35	0:40	0:41	0:41
<b>LOISIRS</b>	<b>32:17</b>	<b>23:29</b>	<b>21:08</b>	<b>22:49</b>	<b>28:19</b>	<b>33:51</b>	<b>36:17</b>
Hobbys, sport et jeux	9:04	2:50	2:09	1:55	2:29	3:12	3:50
Hobbys et jeux	6:04	1:45	1:15	1:16	1:56	2:39	3:22
Sport	2:59	1:04	0:53	0:40	0:33	0:32	0:29
Recréation	2:32	1:38	1:39	1:56	2:00	2:56	2:01
Sorties, spectacles et activités culturelles	2:10	2:16	1:11	1:14	1:02	0:57	0:30
Sorties	0:52	1:01	0:15	0:10	0:11	0:05	0:08
Spectacles et activités culturelles	1:18	1:15	0:56	1:04	0:51	0:51	0:21
Médias	18:31	16:45	16:09	17:43	22:47	26:46	29:56
Télé et vidéo	14:01	13:11	12:58	13:40	17:23	21:06	23:20
Musique	1:09	0:32	0:19	0:23	0:44	0:50	1:11
Lecture	2:38	2:15	2:19	3:06	4:16	4:35	5:23
Nouveaux médias (internet...)	0:43	0:47	0:33	0:34	0:23	0:15	0:03
<b>DEPLACEMENTS</b>	<b>9:43</b>	<b>11:53</b>	<b>11:23</b>	<b>10:50</b>	<b>9:42</b>	<b>8:20</b>	<b>5:25</b>
Liés aux enfants	0:02	0:07	0:18	0:08	0:04	0:05	0:02
Autres déplacements (navette...)	9:41	11:46	11:05	10:42	9:37	8:15	5:22

### *Répartition totale de la charge de travail selon le type de ménage*

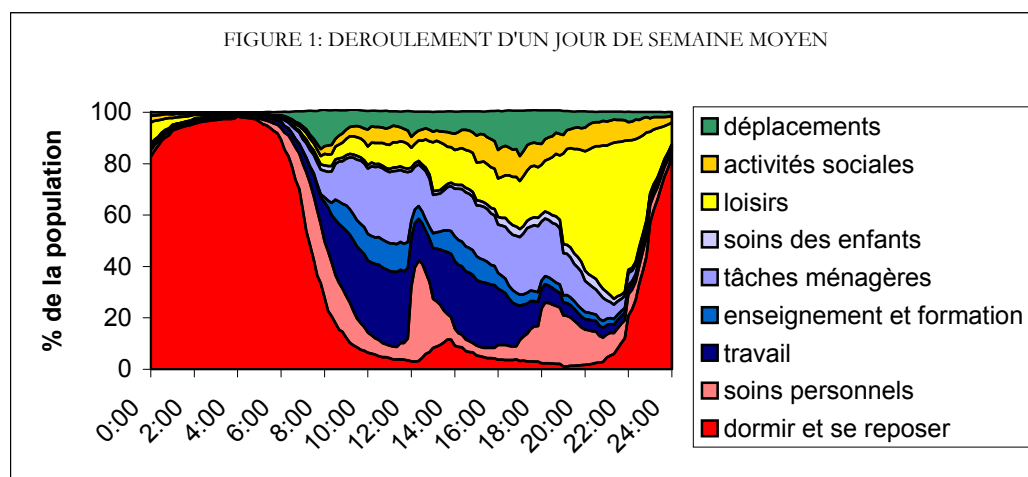
#### CHARGE DE TRAVAIL TOTALE PAR SEMAINE PAR MENAGE

Statut de l'homme	Statut de la femme	N	Emploi	Tâches ménagères	Soins des enfants	Charge de travail totale du ménage
Ne travaille pas	Ne travaille pas	1096	0:58	53:46	5:01	59:48
Ne travaille pas	Travaille	130	24:50	49:51	4:14	79:59
Travaille	Ne travaille pas	485	34:48	49:12	9:06	93:09
Travaille	Travaille	1097	60:39	37:31	8:24	106:36

Il n'est pas étonnant que la charge de travail totale est la plus grande dans les couples où les deux partenaires travaillent. Un tel couple travaille, en moyenne, à deux, 60 h 39 par semaine (soit chacun environ 6 heures par journée de travail). Par contre, il consacre le moins de temps aux tâches ménagères, à savoir 37 h 31, soit 16 h 15 de moins que les couples ne travaillant pas qui se retrouvent à l'autre extrême. Ceux qui ne travaillent pas ont la charge de travail totale la moins élevée, mais accomplissent le plus de tâches ménagères. Dans les ménages où seulement un des partenaires travaille, l'on observe une différence selon que l'homme ou la femme travaille. Dans le type de ménage classique où c'est l'homme qui travaille, la charge de travail totale est la plus élevée. Cela est surtout dû au fait que, dans ce type de ménage, l'homme qui travaille passe plus de temps à travailler et la femme qui ne travaille pas consacre plus de temps aux soins et à l'éducation des enfants que dans les ménages où la femme travaille et non pas l'homme.

## Un jour de semaine, un samedi et un dimanche en Belgique

### Le déroulement d'un jour de semaine comme les autres...



#### *De minuit à 7 h : la Belgique dort*

En semaine, 82,7 % des Belges dorment à minuit. La part des dormeurs augmente rapidement et à 4 h du matin 98,3 % des Belges sont plongés dans un profond sommeil. A 6 h, une faible part (10,7 %) est déjà debout et se prépare. A 7 h, 38 % des gens sont déjà réveillés.

#### *De 7 à 12 h : la Belgique s'éveille et s'apprête à aller travailler, aller à l'école ou à accomplir des tâches ménagères*

En semaine, à 7 h 20, plus de la moitié de la population est debout, 24 % déjeunent ou occupent la salle de bains, 6 % sont déjà (ou encore) au travail et 6,4 % ont déjà commencé à effectuer un certain nombre de tâches ménagères. Au même moment, 9,3 % des Belges sont en route. A 8 h, les trois quarts de la population sont réveillés. Le reste d'une matinée de semaine est plus particulièrement occupé par le travail rémunéré, les tâches ménagères et l'enseignement. En moyenne, 7 % de la population dispose de loisirs durant la matinée.

#### *De midi à 14 h : l'heure du déjeuner*

A partir de 12 h, le nombre de personnes qui travaillent diminue sensiblement : c'est l'heure du déjeuner. A midi, les Belges mangent massivement au même moment. En semaine, l'heure du déjeuner se situe entre midi et 13 h et connaît un pic à 12 h 20, moment où 37,4 % des Belges sont à table. Ensuite, on observe une baisse du nombre de gens qui se restaurent, allant de pair avec une augmentation des Belges qui dorment : un faible pourcentage de Belges – de 8 à 10 % - fait une sieste qui peut se prolonger jusque dans l'après-midi. Les loisirs aussi connaissent une légère hausse entre l'heure



de midi. Par contre, les contacts sociaux, le travail bénévole et les réunions sont plutôt moins importants.

*De 14 à 18 h : l'activité reprend, mais dans une moindre mesure*

Après le déjeuner, le Belge redevient actif. Il y a toutefois moins de travailleurs l'après-midi que le matin. Les tâches ménagères aussi prennent moins de temps. A la place, l'on observe une augmentation des activités liées aux loisirs (hobbys, sport, délassément, sorties, médias) et des activités sociales. La part des travailleurs et des écoliers et étudiants diminue progressivement après 16 h. A 17 h, le pourcentage de travailleurs est déjà tombé à 13,4 % et la part des tâches ménagères est remontée à 22,4 %. Les enfants sont rentrés de l'école; il en résulte une augmentation des soins donnés aux enfants. Vers 17 h se situe le pic des déplacements de fin de journée : 17,7 % des Belges sont en route à cette heure-là.

*De 18 h à 21 h 30 : vie familiale et loisirs*

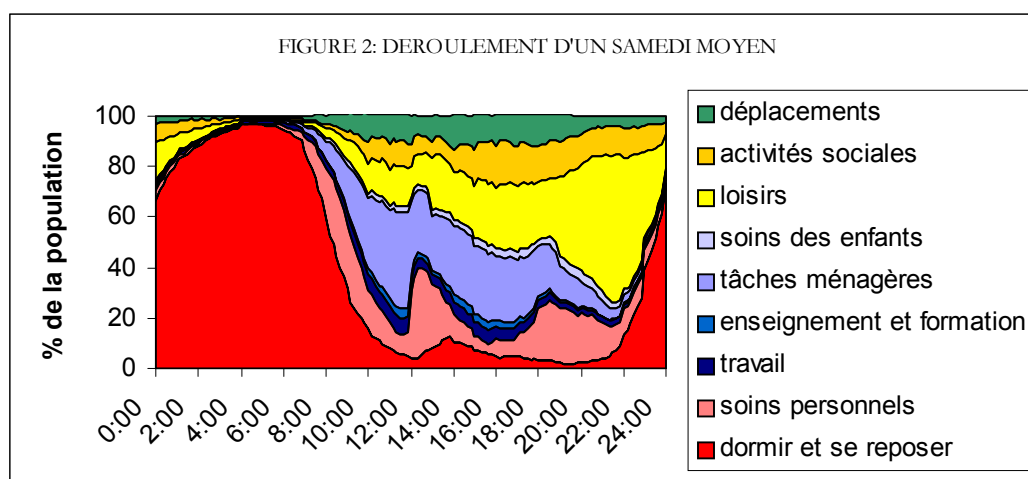
Il s'agit du moment de la journée que l'on passe de préférence en famille. A 18 h, l'on s'occupe surtout à préparer le dîner et à effectuer d'autres tâches ménagères (23 %), à manger et boire et à donner des soins corporels (21,3 %) et à s'adonner aux loisirs (19,2 %). Le repas du soir ne se prend pas comme le déjeuner dans une fourchette horaire assez restreinte, mais peut se prendre dans un intervalle de plusieurs heures; l'heure de pointe se situe à 18 h 20 : à ce moment-là, 20,7 % des Belges sont à table. Après le dîner, les loisirs prennent de l'importance. Les enfants sont mis au lit. Une partie de la population suit des cours ou étudie à la maison. Jusqu'à 21 h 30, l'on observe une hausse des loisirs : la plupart des Belges regardent la télévision. A 21 h 20, le taux de spectateurs est le plus élevé (48,50 %); ensuite, il commence à baisser.

*De 21 h 30 à minuit : le Belge fatigué*

A 21 h 30, près de la moitié des Belges (48,1 %) est toujours devant la télé. 8 % est déjà au lit et dans les heures qui suivent ils seront de plus en plus à suivre cet exemple.

## Le déroulement d'un samedi comme les autres...

Le samedi, la journée se déroule tout différemment. La raison principale en est que la plupart des Belges ne travaillent pas ce jour-là. Le samedi, l'on peut dormir plus longtemps et plus de Belges ont le temps de faire du sport, de sortir, de rendre visite à des amis, ou d'avoir d'autres loisirs ou activités sociales. Toutefois, c'est aussi le samedi que s'effectuent la plupart des tâches ménagères.



*De minuit à 8 h : les Belges dorment, à l'exception d'une minorité qui se détendent et font la fête la nuit*

Le vendredi soir, c'est le début du week-end et les Belges vont se coucher plus tard. A minuit, seulement 66,8 % des Belges sont déjà au lit. Les autres s'adonnent aux loisirs (15,1 %) ou ont des contacts sociaux (7,4 %). Mais quelques heures plus tard tout le monde ou presque se retrouve au lit. Le samedi, plus de Belges dorment plus longtemps. Le nombre de dormeurs diminue surtout entre 7 et 8. Si le samedi matin à 6 h 50, 90,2 % des Belges sont toujours au lit, il n'en reste plus que 59,5 % à 8 h.

*De 8 h à midi : s'éveiller lentement et ranger la maison*

Le samedi, la moitié de la population est réveillée à 8 h 20, une heure plus tard qu'en semaine. La matinée, l'on vaque surtout à des tâches ménagères pour lesquelles en semaine il n'y avait pas assez de temps, et l'on se consacre aux soins personnels et aux loisirs. Dans le courant de la matinée, les déplacements prennent une plus grande place, restent au même niveau toute la journée et ne diminuent que légèrement le soir. L'on consacre aussi du temps aux activités sociales, mais en moindre degré.

#### *De 12 à 14 h : l'heure du repas*

Le samedi aussi, midi marque un tournant dans la mesure où les Belges passent à table. Comparé aux jours de la semaine, le déjeuner s'étale davantage. A 12 h 20, la plupart (32,9 %) sont à table mais il faudra attendre 13 h 30 avant que la plupart n'aient fini de manger. Les tâches ménagères sont interrompues et ne seront reprises que dans l'après-midi, quoique dans une moindre mesure.

#### *De 14 à 18 h : encore et toujours des tâches ménagères, des loisirs et des activités sociales accrues*

A 14 h, il n'y a plus que 7,5 % de personnes à table et 10,4 % font une sieste. Si les loisirs (18,6 %) et les déplacements (13,9 %) forment d'importantes occupations, la majorité des Belges passe l'après-midi à des tâches ménagères et aux loisirs. Le samedi après-midi est aussi le moment choisi pour avoir des activités sociales (fêtes, amis, famille, ...).

#### *De 18 h à 21 h 30 : être à table, puis loisirs et activités sociales*

Vers 18 h, l'on passe de nouveau à table. Le samedi, l'on dîne à des heures variées mais principalement entre 18 et 20 heures. Après le repas, loisirs et activités sociales occupent la soirée.

#### *De 21 h 30 à minuit : la moitié des Belges vont dormir, l'autre moitié continue à faire la fête*

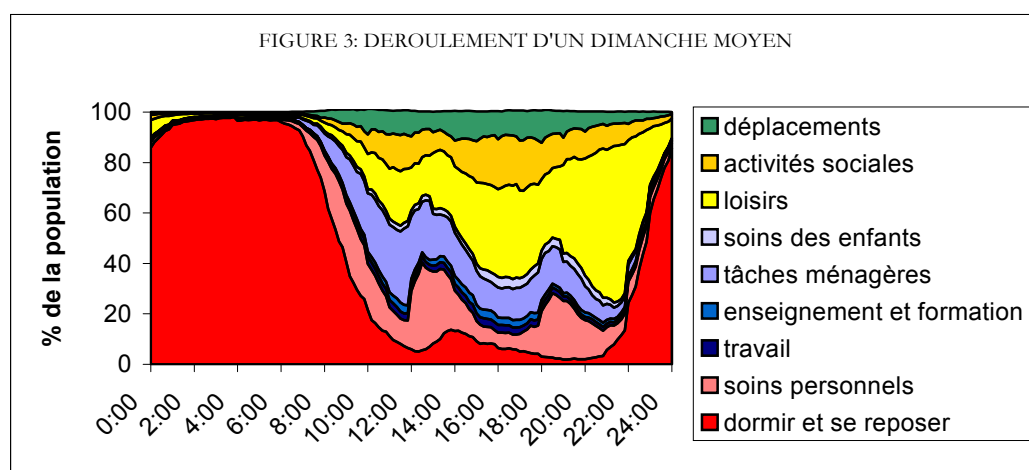
A 21 h 40, les loisirs atteignent leur degré le plus élevé : 58,6 % des personnes s'y adonnent et parmi celles-ci environ les trois quarts sont installées devant la télé (45,8 %); 11,3 % des gens participent à une fête ou sont avec des amis (activités sociales) et 10,5 % se trouvent dans leur salle de bains pour des soins personnels ou prennent un petit en-cas avant d'aller dormir. Seul 7 % est déjà au lit. Lentement ce nombre s'accroît mais ce n'est qu'à 23 h 30 que la moitié de la population sera au lit. Le dimanche aussi est un jour de congé.

## Le déroulement d'un dimanche comme les autres...

Contrairement au samedi le dimanche est un vrai jour de repos. Non seulement il n'y a pas de travail rémunéré, mais il y a aussi beaucoup moins de travail non rémunéré, à savoir des tâches ménagères. Et l'on dort évidemment beaucoup. Les Belges dorment le plus le dimanche et vont aussi dormir plus tôt que le samedi.

### *De minuit à 8 h : dormir*

Le dimanche, les Belges font la grasse matinée. A 7 h 30, 80,8 % d'entre eux sont toujours au lit, alors que le samedi à la même heure il n'y en avait plus que 75,7 %. A cette heure, 9,4 % de la population est dans la salle de bains ou prend le petit déjeuner.



### *De 8 h à midi : grasse matinée, suivie de tâches ménagères et de loisirs*

A 8 h du matin, 31,5 % des Belges sont déjà éveillés. Près de la moitié de ceux-ci s'adonnent à des soins personnels. Ce n'est qu'à 8 h 40 que la moitié des Belges sont réveillés (par rapport au samedi 20 minutes plus tard). A 10 h, un quart de la population est toujours au lit. La matinée est surtout occupée par des tâches ménagères, puis par des loisirs, des activités sociales et des soins personnels.

### *De midi à 14 h : déjeuner*

Le dimanche, la tranche horaire à laquelle on déjeune est encore plus étendue que le samedi, elle va de midi à 14 h. A midi et demi, environ un tiers de la population (35,1 %) est attablé. Il s'agit du taux le plus élevé. A 13 h 30, il y a toujours 22,8 % des Belges à table.

### *De 14 à 18 h : loisirs et contacts sociaux*

Le dimanche après-midi, le jour de congé est, par excellence, consacré aux loisirs et aux contacts sociaux. A 16 h 30, par exemple, 36,7 % des gens s'adonnent aux loisirs,

19,6 % à des activités sociales et 12,1 % effectuent des tâches ménagères. Le dimanche, l'on travaille moins à la maison que le samedi. C'est aussi le dimanche après-midi que l'on passe le plus de temps avec les enfants. Entre 17 et 18 h, les activités liées aux loisirs et les activités sociales diminuent et les soins personnels et les tâches ménagères gagnent lentement en importance : l'on prépare le repas.

*De 18 h à 21 h 30 : le repas du soir, suivi de beaucoup de loisirs*

Là où le samedi en début de soirée le temps consacré aux soins personnels (manger et soins corporels) était assez également réparti, le dimanche la tranche horaire se resserre et connaît une pointe vers 18 h 30 (25,6 % dont 23,4 % de personnes qui mangent). Après 18 h 30, beaucoup de temps est consacré aux loisirs alors que les activités sociales diminuent après 18 h 30. Le dimanche est la journée télé par excellence; non seulement l'après-midi, mais le soir aussi l'on regarde plus la télé que les autres jours. Loisirs et télé se recoupent pratiquement. L'audimat est le plus élevé vers 21 h 20 : à ce moment-là, 51,2 % des Belges regardent le petit écran.

*De 21 h 30 à minuit : les loisirs diminuent et de plus en plus de Belges se préparent à aller dormir*

A partir de 22 h, le nombre de dormeurs augmente sensiblement, de 13,4 % à 21 h 50 il passe à 24,3 % à 22 h. Au même moment, la part de ceux qui s'adonnent aux loisirs chute en 10 minutes de quelque 11 %. Seule la moitié des Belges continuent encore à profiter de leurs loisirs (40,2 % regardent la télé). A mesure que la soirée avance, de plus en plus de Belges vont dormir et à 23 h les dormeurs passent de 48,5 % à 60 %. L'on commence à retrouver le rythme d'un jour de semaine.