

*Romain Roult, Hélène Carbonneau, Sylvain Lefebvre, Jean-Marc Adjizian, Émilie Belley-Ranger, Marie-Michèle Duquette*

2017

## **Modalités et espaces de pratique de loisirs des baby-boomers et des seniors**

*Étude de cas de l'arrondissement de Saint-Léonard à Montréal*

---

### **Avertissement**

Le contenu de ce site relève de la législation belge sur la propriété intellectuelle et est la propriété exclusive de l'éditeur.

Les œuvres figurant sur ce site peuvent être consultées et reproduites sur un support papier ou numérique sous réserve qu'elles soient strictement réservées à un usage soit personnel, soit scientifique ou pédagogique excluant toute exploitation commerciale. La reproduction devra obligatoirement mentionner l'éditeur, le nom de la revue, l'auteur et la référence du document.

Toute autre reproduction est interdite sauf accord préalable de l'éditeur, en dehors des cas prévus par la législation en vigueur en Belgique.

### **Référence électronique**

Citation : Romain Roult, Hélène Carbonneau, Sylvain Lefebvre, Jean-Marc Adjizian, Émilie Belley-Ranger, Marie-Michèle Duquette, « Modalités et espaces de pratique de loisirs des baby-boomers et des seniors. Étude de cas de l'arrondissement de Saint-Léonard à Montréal », *Émulations*, en ligne. Mise en ligne le 8 mars 2017. URL : <http://www.revue-emulations.net/enligne/Roult-espaces-loisirs-baby-boomers-seniors>

Éditeur : Émulations – Revue des jeunes chercheuses et chercheurs en sciences sociales  
<http://www.revue-emulations.net>

# Modalités et espaces de pratique de loisirs des baby-boomers et des seniors

*Étude de cas de l'arrondissement  
de Saint-Léonard à Montréal*

---

Romain Roult

Professeur au département d'études en loisir, culture et  
tourisme de l'Université du Québec à Trois-Rivières

Hélène Carbonneau

Professeure au département d'études en loisir, culture et  
tourisme de l'Université du Québec à Trois-Rivières

Sylvain Lefebvre

Professeur au département de géographie  
de l'Université du Québec à Montréal

Jean-Marc Adjizian

Doctorant à l'École des sciences de l'activité  
physique de l'Université d'Ottawa

Émilie Belley-Ranger

Doctorante au Département de psychologie  
de l'Université du Québec à Trois-Rivières

Marie-Michèle Duquette

Doctorante au Département de psychologie  
de l'Université du Québec à Trois-Rivières

## Résumé/Abstract

**[Fr]** Le vieillissement de la population commande de renouveler les façons de penser l'aménagement des milieux de vie pour renforcer le bien-être des aînés, dans lequel le loisir joue un rôle clé. À ce titre, le milieu municipal est appelé à jouer un rôle important sur cette problématique. Cet article présente les résultats d'un sondage mené en 2015 à Montréal auprès de 464 répondants âgés de 50 ans et plus. Cette recherche démontre l'importance accordée par les aînés aux pratiques de loisir libres et aux espaces extérieurs multifonctionnels. Finalement, les résultats obtenus révèlent certaines différences plus ou moins marquées entre les baby-boomers (personnes âgées entre 50 et 69 ans) et les seniors (personnes âgées de 70 ans et plus).

Mots clés : loisir public, aînés, baby-boomers, seniors, aménagement du territoire, Montréal.

**[En]** The ageing of the population demands renewed thinking about the development of living environments to enhance the well-being of seniors. Leisure and recreation play a key role in the quality of life if this category of population. As such, the municipal sector is called upon to play an important role on this issue. This article presents the results of a survey conducted in 2015 in Montreal with 464 respondents aged 50 and over. The research demonstrates the importance given by elders to free leisure practices and multifunctional outdoor spaces. The results show more or less marked differences between baby boomers (people aged between 50 and 69) and seniors (people aged 70 and over).

Keywords: public leisure, elders, baby boomers, seniors, spatial planning, Montreal.

## Introduction

Le vieillissement de la population au Canada ne fait plus aucun doute. Depuis quelques années, l'arrivée massive de baby-boomers à l'âge de 65 ans accélère ce processus (Gouvernement du Québec, 2012). Selon l'Institut de la statistique du Québec (2014), le pourcentage de personnes de 65 ans et plus au Québec devrait passer de 15,7 % en 2011 à 28,5 % en 2061. Cette réalité interpelle plusieurs acteurs qui ont à cœur de contribuer à soutenir les personnes âgées afin qu'elles puissent vieillir de la façon la plus harmonieuse possible. Le milieu municipal est appelé à jouer un rôle important dans l'offre de services communautaires et de loisirs auprès de cette population spécifique puisque la grande majorité des aînés (96,3 %) vit et vieillira à domicile, ainsi que, par conséquent, au sein de sa communauté<sup>1</sup>.

Le gouvernement du Québec, via la politique « Vieillir et vivre chez soi », met en avant trois orientations indiquant que « Vieillir et vivre ensemble » c'est (1) participer et être actif dans sa communauté, (2) vivre en santé (physique et mentale) dans sa communauté et (3) créer des environnements sains, sécuritaires et accueillants dans sa communauté (Gouvernement du Québec, 2012). Il est intéressant de noter à cet effet que les deux premières orientations sont centrées sur l'individu tandis que la troisième relève davantage de l'action publique. Par ailleurs, le maintien d'une participation sociale est essentiel pour favoriser un vieillissement actif (OMS, 2002). La participation sociale fait ici référence aux diverses activités (vie sociale, loisirs, travail, bénévolat) qui amènent les individus à prendre activement part à la vie de leur communauté. La pratique de loisir étant une composante importante de cette participation sociale, il importe, pour les acteurs publics, associatifs et communautaires, de mieux en comprendre les impacts et, ainsi, de chercher à répondre plus adéquatement aux besoins des aînés en termes d'offre d'activités récréatives propices à un vieillissement actif.

Cependant, parler des aînés comme d'une population homogène est une erreur, qui a conduit plusieurs auteurs à affirmer qu'adopter cette vision peut occasionner d'importants problèmes lorsque vient le temps pour des professionnels du loisir de planifier et de mettre en place leur programmation (Beauchamp, Marcotte, 2014 ; Sperazza, Banergee, 2010 ; Cochran *et al.*, 2009). Tout d'abord, plusieurs études démontrent que divers facteurs économiques, sociaux, physiques, voire culturels (niveau de revenu, genre, autonomie, origine ethnique, etc.), conjugués à la variable de l'âge, entraînent une série de différences marquées chez les aînés, en particulier dans une perspective sociologique (intérêts, besoins, motivations, perceptions, etc.) (Kim *et al.*, 2015 ; Beauchamp, 2012 ; Cardinal *et al.*, 2008). Les travaux de Guillemard (1972 ; 2002) ont quant à eux permis d'énoncer une typologie de pratiques durant la retraite. À partir de ses premières recherches, Guillemard (1972) distingue cinq types de pratiques, en l'occurrence la « retraite-retrait » (absence de participation collective et sociale), la « retraite-troisième âge » (passage d'une activité productrice à une activité créatrice importante et révélatrice pour la personne retraitée), la « retraite-famille et la retraite-loisir » (rôle désormais de point d'appui dans sa famille et de consommateur de divers loisirs), la « retraite-revendication » (forte implication dans le domaine associatif et communautaire dans une logique de contestation et résultant d'un décalage entre biens et potentialités) et la « retraite-participation » (comportement de sur-intégration à la société par la consommation et l'exposition importantes de la personne retraitée à l'actualité et aux moyens de communication de masse). Toutefois, et dans une analyse plus récente, Guillemard (2002) indique que cette typologie s'avère toujours intéressante et pertinente à plusieurs égards mais stipule que le travail

---

<sup>1</sup> Le terme communauté est ici défini selon les récents travaux de Gravelle *et al.* (2015). La communauté doit ainsi être comprise en prenant en compte ses trois formes : communauté d'intérêt (regroupement de personnes ayant un ou des intérêts communs), communauté d'identité (individus ayant des origines, des catégories sociales ou des valeurs communes) et communauté géographique (personnes résidant sur le même territoire ou fréquentant le même espace).

ne structure plus autant qu'auparavant l'existence des individus et, en conséquence, leur passage à la retraite. Par conséquent, Guillemard (2002) constate un net recul de la « retraite-retrait » au profit de la « retraite-loisir », mais également d'une transformation de la « retraite-revendication » et de la « retraite-participation » en une « retraite-solidaire » ancrée dans une forte participation associative volontaire.

De leur côté, Roberts (2012) et Murphy Jr *et al.* (2010), en se basant sur les travaux théoriques de Mannheim et de Rokeach, rappellent que l'âge reste une variable centrale pour cerner les dynamiques et les aspirations de cette classe d'aînés qui serait constituée de plusieurs générations dont deux feraient globalement consensus, en l'occurrence les seniors (nés avant 1942-1948) et les baby-boomers (nés entre 1942-1948 et 1966)<sup>2</sup>. Pour ces auteurs comme pour Beauchamp (2012), ainsi que Pennington-Gray et Lane (2001), ces deux générations sont très importantes à considérer lorsque l'on s'intéresse aux aînés puisque ces individus sont nés à des époques et dans des contextes économiques et politiques bien différents qui ont indéniablement teinté leurs valeurs et leurs aspirations de vie. Dans la perspective des pratiques de loisir qui nous intéresse ici, plusieurs recherches évoquent des différences plus ou moins marquées entre ces deux générations. Alors que les seniors ont généralement un cercle social assez étendu et pratiquent des activités de bénévolat et davantage socio-culturelles, les baby-boomers sont quant à eux plus tournés vers des loisirs plus actifs pratiqués seuls ou avec la famille et les amis proches (Beauchamp, 2012 ; Murphy Jr *et al.*, 2010 ; Cochran *et al.*, 2009). À ce stade, il nous apparaît essentiel d'indiquer la définition du loisir qui a été retenue et sur laquelle se sont basées les parties prenantes de cette étude (équipe de recherche et bailleurs de fonds). Ainsi, en s'appuyant sur les travaux de Carbonneau (2011) relatifs aux aînés et à leurs pratiques récréatives, le loisir est de fait défini et vu « comme une expérience vécue en toute liberté au travers d'activités pratiquées lors de nos temps libres. Cette définition du loisir demande donc de considérer non seulement les pratiques et intérêts récréatifs, mais aussi les diverses composantes de l'expérience de loisir. » (p. 13).

Cette problématique est à la base de la réflexion posée dans cette étude. En effet, l'arrondissement de Saint-Léonard à Montréal a mandaté en 2015 une équipe de chercheurs pour évaluer les besoins en loisirs de sa population résidente de 50 ans et plus. Nous présenterons ici certains volets de cette étude, en l'occurrence ceux reliés aux types, aux modes et aux espaces de pratique de loisirs de cette population ainsi qu'aux contraintes vécues. Au-delà de cet objectif très descriptif, cette recherche visait également à voir si des disparités physiques, économiques, sociales et culturelles existaient dans l'ensemble de la population des 50 ans et plus sondée, telles que soulignées dans la littérature mobilisée. Par ailleurs, la finalité de cette étude était de réfléchir, au vu des résultats obtenus, aux façons de renouveler les services municipaux favorisant la participation sociale, économique et culturelle des aînés dans leurs milieux de vie. Plus fondamentalement, cette recherche s'inscrit dans la réflexion entourant la question des clivages générationnels au sein de la population aînée et visait, dès le départ, à mobiliser les résultats obtenus dans l'optique de dégager des conclusions de recherche inédites pour ce territoire urbain de l'agglomération montréalaise. Ainsi, dans cette démarche hypothético-déductive, une hypothèse générale de recherche fut formulée dès le début de ce projet : les modalités et les espaces de pratiques de loisirs sont différents entre les populations « baby-boomers » (personnes âgées de 50 à 69 ans) et « seniors » (personnes âgées de 70 ans et plus), ce qui nécessite par conséquent une adaptation plus fine des services communautaires et de loisir offerts par l'arrondissement.

---

<sup>2</sup> Nous avons volontairement mentionné des « fourchettes » pour indiquer les périodes de naissance des baby-boomers et des seniors puisqu'il ne semble pas y avoir dans la littérature un consensus à ce sujet, et ce particulièrement en Europe.

## 1. Loisir et aménagement des milieux de vie des aînés. Une réflexion autour de certains écrits

### 1.1. Vieillesse et aménagement du territoire

La population mondiale vieillit à un rythme relativement accéléré et les impacts sur l'urbanisme, sur le cadre bâti et la forme de nos villes et les modalités de planification des territoires, sont déjà très importants. La proportion des personnes de 60 ans et plus dans le monde était de 11 % en 2006 et devrait doubler (22 %) à l'horizon de 2050 (Petitot *et al.*, 2010). Les pays, actuellement qualifiés comme en développement, compteront par ailleurs 80 % de ces aînés, ce qui augmentera et complexifiera la capacité de ces États à fournir des services et des infrastructures adéquates pour ces populations. Il n'est donc pas étonnant de voir une prolifération de contributions théoriques et d'études empiriques depuis plusieurs années qui tentent de mieux comprendre les stratégies d'adaptation à cette tendance lourde de conséquences sur les questions d'emploi et de retraite, de santé, d'économie, mais également d'aménagement du territoire qui nous interpelle directement dans cette recherche (Souter-Brown, 2015 ; Coles, Millman, 2014 ; Rowles, Bernard, 2013 ; Negron-Poblete, Séguin, 2012 ; Marier, 2012 ; Hodge, 2008).

Dans le contexte nord-américain, ce n'est qu'après les années 1960 que les politiques publiques et les milieux de la recherche se sont activés pour mieux documenter et planifier le territoire au regard de ce phénomène (Schwarz, 2012 ; Lawton, 1980 ; Lawton, Nahemow, 1973). Auparavant, cette population vieillissante faisait l'objet essentiellement de la mise en place de programmes spécifiques en soins de santé et de projets de résidences de retraite spécialisées. Ce n'est que progressivement que des études seront réalisées afin de mieux comprendre les besoins de cette tranche de population et les modalités nécessaires pour améliorer leurs conditions de vie dans une perspective plus élargie (attentes, désirs et intérêts par rapport aux diverses sphères de leurs vies). Ainsi, la géographie du vieillissement (Simard, 2010) et la gérontologie environnementale (Schwarz, 2012 ; Geboy *et al.*, 2012) se sont attardées à mieux décrire l'évolution spatiale et les modèles de localisation des populations âgées et, plus particulièrement, les interactions entre les aînés et leur environnement de vie (modes de déplacement, lieux de consommation, espaces de loisir). L'idée d'adapter l'espace au vieillissement a récemment été développée tant en milieu urbain qu'en milieu rural (Wahl, Weisman, 2003). Ce sont surtout les travaux de Lawton et Nahemow (1973), reposant sur la théorie écologique<sup>3</sup>, qui se sont d'abord attardés sur les notions d'adaptation individuelle et collective des aînés ainsi que de modification de l'environnement à des fins d'adaptabilité à leurs besoins, contraintes et aspirations. Le caractère interdisciplinaire de cette réflexion autour des rapports qu'entretiennent les individus à leur environnement a nécessité la mobilisation de corpus théoriques et méthodologiques issus de la psychologie environnementale, de la géographie temporelle et de l'anthropologie urbaine (Lord, Després, 2011).

Ces environnements – qualifiés de « communautés-amies des aînés » par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) (Petitot *et al.*, 2010) – sont conçus et étudiés afin de mieux inclure tous les aspects de l'environnement physique et social des populations vieillissantes. Il ressort de cette littérature scientifique (Geboy *et al.*, 2012 ; Petitot *et al.*, 2010) que les principaux besoins identifiés pour optimiser ces milieux de vie sont l'accessibilité ainsi que les coûts des soins et services de santé, les opportunités de maintenir diverses formes d'activité physique, les

---

<sup>3</sup> La théorie écologique mobilisée par Lawton et Nahemow (1973) se fonde sur plusieurs disciplines scientifiques (sciences de la santé, psychologie, biologie, etc.) afin de tenter de comprendre et d'analyser l'état de santé de différentes populations en fonction de trois composants centraux : « *agent* », « *host* » et « *environnement* » dans une logique continue d'échanges et d'interactions réciproques entre un organisme et son environnement.

opportunités et modalités de socialisation et, enfin, les questions de sécurité (Lord, Després, 2011 ; Petitot *et al.*, 2010).

## 1.2. Loisirs et qualité de vie des aînés

Le loisir, et notamment certaines de ces facettes (activités physiques, sociales et éducatives), fait partie intégrante des saines habitudes de vie. En effet, le loisir représente une voie privilégiée d'amélioration tant de la qualité de vie des individus que de leur santé physique et mentale. Plusieurs auteurs ont observé des liens entre le loisir et la qualité de vie (Carbonneau, 2011 ; Rousseau *et al.*, 1995 ; Jackson, 1991 ; Kelly *et al.*, 1987 ; Ragheb, Griffith, 1980). De plus, la pratique d'activités récréatives est devenue déterminante pour la santé mentale et physique des individus (Michalos, Zumbo, 2003). Plusieurs études montrent que le loisir contribue à l'amélioration de la qualité de vie des aînés (Rousseau *et al.*, 1995 ; Jackson, 1991 ; Kelly *et al.*, 1987 ; Ragheb, Griffith, 1980). Riddick et Daniel (1984) ainsi que Carbonneau (2011) indiquent que la satisfaction suscitée par la pratique d'une activité de loisir influence très fortement le bien-être psychologique de cette population.

Par ailleurs, diverses recherches démontrent que la participation à des loisirs contribue au maintien d'une bonne santé mentale et physique (Gibson, Singleton, 2012 ; Agahi *et al.*, 2011 ; Michalos, Zumbo, 2003). L'étude d'Agahi *et al.* (2011) permet également d'ajouter que la participation des aînés serait même associée à une plus grande longévité. Ces mêmes recherches arrivent aussi à la conclusion que la participation à des activités au cours de l'âge adulte aurait, en renforçant leur réseau social, un effet protecteur pour les femmes. Par ailleurs, la pratique d'activités de loisir dans la communauté permet indéniablement de réduire la sédentarité chronique de certains de ces aînés. Ainsi, tant les déplacements pour se rendre aux lieux de loisirs que la pratique d'activités physiques ou sportives contribuent à l'adoption d'un mode de vie actif chez les aînés. Parallèlement, selon plusieurs auteurs, la pratique d'activités tant physiques que sociales semble permettre de contrer les pertes cognitives (Ku *et al.*, 2012 ; Tortosa-Martinez *et al.*, 2011). Toutefois, il faut aussi noter que si la participation favorise un vieillissement réussi, la qualité des activités importe plus dans cette perspective que leur quantité (Rousseau *et al.*, 1995).

À ce titre et au-delà du type d'activité pratiqué, il importe, pour les acteurs et les intervenants locaux, de mieux comprendre et de cerner les facteurs qui permettent à la personne âgée de s'épanouir et de vivre une expérience à travers le loisir pratiqué. La satisfaction vis-à-vis des activités pratiquées joue un rôle clé dans l'impact effectif qu'auront les pratiques de loisir, et ce particulièrement pour les aînés (Carbonneau, 2011 ; O'Brien, 1981). Ainsi, il s'avère essentiel que les activités correspondent vraiment aux intérêts et aux aspirations des aînés. Rousseau et Vallerand (2003) expliquent que les aînés montrant une passion et un fort attachement pour leurs loisirs présenteraient un plus haut niveau de bien-être subjectif. Parallèlement, plusieurs études montrent que, en plus d'être représentatives des attentes et des valeurs de l'individu, les activités pratiquées doivent aussi être stimulantes pour les personnes âgées, en fonction de leur potentiel physique et intellectuel (Kleiber, 2013 ; Aguerre, Bouffard, 2003 ; Kane, 2001 ; Baltes, Baltes, 1990). Par conséquent, il ne suffit pas de participer à n'importe quelles activités ; ces activités doivent être représentatives et significatives pour les personnes aînées. Dans cette perspective, et tel que stipulé précédemment, la dimension socialisatrice, d'échanges et de partage des pratiques de loisir tend à jouer un rôle central pour un vieillissement réussi (Lee, Payne, 2015 ; Beggs *et al.*, 2014). Néanmoins, Sirven et Debrand (2013) rappellent que le loisir et, plus globalement, la participation sociale des aînés devraient également être vus comme un facteur potentiel d'accentuation des inégalités sociales et de santé. En effet, selon ces auteurs, « l'effet de la santé sur la participation sociale apparaît plus important que l'effet inverse » (p. 60).

## 2. Une recherche menée dans une perspective quantitative. Méthode et stratégies d'enquête

### 2.1. L'arrondissement de Saint-Léonard à travers certaines statistiques sociodémographiques

Selon les données statistiques les plus récentes (Montréal en statistiques, 2015a ; Montréal en statistiques, 2015b ; Montréal en Statistiques, 2014), près de 76 000 personnes résident dans l'arrondissement de Saint-Léonard dont 27 665 individus âgés de 50 ans et plus. Plus spécifiquement, on constate que 31,9 % sont âgés entre 50 et 59 ans, 27,8 % entre 60 et 69 ans, 25,2 % entre 70 et 79 ans et 15,1 % ont 80 ans et plus. Cette population d'aînés est constituée de 56,2 % de femmes et de 43,8 % d'hommes. Il est également intéressant de mentionner que Saint-Léonard est le second arrondissement de la ville de Montréal ayant la plus forte proportion d'aînés résidant sur son territoire. Au sujet de l'état matrimonial, 58 % des individus âgés de 50 ans et plus sont légalement mariés et 30 % des 70 ans et plus sont veufs. Concernant la langue parlée, on remarque que près de la moitié (49 %) de la population des 50 ans et plus estime pouvoir soutenir une conversation en français et en anglais. Ce pourcentage monte à 56 % pour les 50-69 ans mais diminue à 39 % pour les 70 ans et plus. De façon complémentaire, 39 % de cette population d'aînés utilisent le français comme langue parlée à domicile. En ce qui a trait aux langues non officielles parlées à la maison, l'italien est celle la plus parlée par la population des 50 ans et plus (29,5 %) suivie par l'espagnol (2,8 %), l'arabe (2,2 %) et les langues créoles (1,6 %). Dans cette optique, on relève que plus de 60 % des individus âgés de 50 ans et plus, comparativement à 39 % à l'échelle de la ville de Montréal, sont immigrants dont la très grande majorité a immigré avant 2006. À ce titre, il est important de mentionner que l'arrondissement de Saint-Léonard est un de ceux de la ville de Montréal qui regroupe le plus d'habitants d'origine italienne.

Au sujet de l'éducation, 44 % des individus de 50 ans et plus ne possèdent aucun diplôme (comparativement à 27 % à l'échelle de la ville de Montréal). Cette donnée diminue à 30 % pour les 50-69 ans mais atteint les 65 % pour les 70 ans et plus. Parallèlement, 35 % de la population de 50 ans et plus (45 % à l'échelle de Montréal) est considérée comme active (53 % pour les 50-69 ans et 4 % pour les 70 ans et plus) et le revenu moyen annuel après impôts pour les personnes de 50 ans et plus est de 26 201<sup>4</sup> \$ (37 079<sup>5</sup> \$ à l'échelle de Montréal). Finalement, et dans une perspective longitudinale, on constate que la population des 50 ans et plus a crû de 13 % entre 2001 et 2011 (soit une croissance assez similaire à celle de la ville de Montréal qui est de 12,7 %). Cette croissance s'explique principalement par la part plus conséquente des 70 ans et plus dans ce segment démographique (croissance de 43 % entre 2001 et 2011).

### 2.2. Stratégies méthodologiques et déroulement de la recherche

Tout d'abord, il est important d'indiquer que cette recherche s'inscrit dans une démarche de réflexion plus globale « Municipalité amie des aînés » (MADA) engagée par l'arrondissement de Saint-Léonard dès 2013 dans l'optique d'adapter les services municipaux offerts pour encourager ainsi que faciliter la participation sociale, économique et culturelle des aînés dans leurs milieux de vie. À ce titre, une meilleure connaissance de ces individus aînés par rapport à leurs pratiques et leurs besoins en loisir fut mise en évidence lors de discussions menées en 2013 et en 2014. Cette étude a ainsi été envisagée et planifiée dans l'optique de tenter de répondre à ces questionnements liés à diverses préoccupations du milieu.

<sup>4</sup> Montant équivalent à 17 869 euros.

<sup>5</sup> Montant équivalent à 27 287 euros.

La méthode de collecte de données utilisée repose sur une approche quantitative via un sondage par questionnaires. Ce questionnaire a été élaboré à partir d'éléments issus du sondage mené par Carbonneau en 2011 afin de dresser le portrait des pratiques de loisir des Québécois de 50 ans et plus. Le questionnaire utilisé pour l'étude dans l'arrondissement de Saint-Léonard se structure autour de six blocs de questions sur les thématiques suivantes.

- 1) Les pratiques et intérêts actuels d'activités de loisir (activités d'artisanat et manuelles, création artistique, appréciation culturelle, activités intellectuelles et scientifiques, ressourcement et relaxation, jeux et divertissement, activités sociales, bénévolat, actualités et mass-média, sorties et voyages, nature et plein air, activités physiques et sportives, mécanique et bricolage) ;
- 2) Les modalités de pratique (organisées, libres, régulières, spontanées, intérieures, extérieures, mixtes, séparées hommes et femmes) ;
- 3) Les contraintes à la participation (fonctionnelles, affectives, liées aux connaissances, sociales, liées aux obligations, liées à l'accessibilité, organisationnelles, matérielles) ;
- 4) La satisfaction quant à l'offre de loisirs proposée (horaires, fréquence des activités, nombre d'activités, types d'activités, équipements disponibles, qualité des équipements, formes d'animation, information concernant l'offre, accessibilité des espaces de pratique) ;
- 5) Les éléments prioritaires de développement pour les loisirs (diversification de l'offre de loisirs, stratégies de communication et de promotion, occasions d'initiation, nouveaux équipements) ;
- 6) Les données personnelles et sociales des répondants.

Au total, 43 questions furent posées à chaque répondant et celles des blocs de questions 1, 2, 3 et 4 (présentés précédemment) furent structurées autour d'échelles d'évaluation et de satisfaction de 4 ou de 5 catégories ou propositions. Il est à noter que trois questions étaient ouvertes (dans le bloc de questions 5) et permettaient ainsi aux participants d'exprimer certaines idées et d'autres suggestions. Au-delà de ces questions ouvertes, les répondants pouvaient également, pour certaines questions, proposer une réponse différente de celles suggérées en choisissant la réponse « autres ». La durée moyenne d'administration du questionnaire fut de 20 minutes.

Ce questionnaire a été administré oralement, en face à face et de façon aléatoire par une dizaine d'enquêteurs du 16 juin 2015 au 22 août 2015 auprès de résidents de l'arrondissement de Saint-Léonard âgés de 50 ans et plus. Au total, 17 journées de collecte de données ont été organisées sur le territoire de l'arrondissement. Ces dernières étaient chacune d'une durée de sept heures et avaient lieu dans les parcs<sup>6</sup>, via du porte-à-porte, dans des résidences et des habitations à loyer modique (HLM) ciblées, ainsi que dans des commerces. Au total 464 personnes ont répondu à ce sondage. L'analyse des données a été réalisée via le logiciel SPSS, de manière à en faire ressortir des statistiques descriptives et croisées, ainsi que pour réaliser des tests statistiques (test T de Student et test du khi-deux).

---

<sup>6</sup> Il est cependant important de noter que pour éviter d'avoir une surreprésentation de répondants sondés lors de la pratique de loisirs ou dans des lieux de loisirs, les enquêteurs avaient certains quotas à respecter quotidiennement, et ce selon ces catégories (parcs, espaces sportifs, commerces et porte-à-porte dans des lieux d'habitat).

### 3. Des loisirs variés pour ces aînés : des résultats qui apportent quelques pistes de réflexion<sup>7</sup>

#### 3.1. Profil des répondants

La répartition entre les femmes (48,8 %) et les hommes (51,2 %) ayant rempli le questionnaire est globalement assez équilibrée. Au niveau de l'âge, l'échantillon se répartit ainsi : 31,9 % (50 à 59 ans), 27,7 % (60 à 69 ans), 25,4 % (70-79 ans) et 15 % (80 ans et plus). Par ailleurs, plus de la moitié des répondants n'ont pas de diplômes d'études supérieures. On note également que la grande majorité des répondants (71,1 %) a comme statut civil, marié·e·s ou vivant en concubinage. Parallèlement, près de la moitié de l'échantillon parle l'italien à titre de langue maternelle (45,5 %) et près du tiers parle le français comme langue maternelle (32,2 %).

À la question, « Êtes-vous actuellement sur le marché du travail ? », plus de la moitié (64,7 %) des répondants déclare ne pas être sur le marché du travail, contre près du tiers (31,1 %) des participants qui le sont<sup>8</sup>. Parmi ceux qui déclarent ne pas travailler, presque la totalité est à la retraite (63,5 %) alors qu'une infime portion des répondants (1,2 %) déclare ne pas travailler pour cause d'invalidité. De façon complémentaire, parmi les participants ayant répondu à la question du revenu familial, soit la moitié (58,4 %) de l'échantillon, plus du tiers (38,5 %) des répondants déclare avoir un revenu annuel total avant déductions se chiffrant entre 10 000 \$ et 49 999 \$<sup>9</sup>. Plus précisément, 21,5 % des répondants situent leur revenu annuel total avant déductions entre 10 000 \$ et 29 999 \$<sup>10</sup> alors que 17 % des répondants évaluent leur revenu entre 30 000 \$ et 49 999 \$<sup>11</sup>.

#### 3.2. Types d'activités de loisir pratiquées

Malgré le fait qu'aucune différence significative ne se dégage pour le niveau global de pratiques ( $t = 0,032$  et  $df = 462$ ,  $p \leq 0,97$ ), on constate néanmoins des différences entre les baby-boomers et les seniors au sujet de plusieurs types d'activités de loisir pratiquées (voir tableau 1). Ainsi, les activités physiques et sportives sont pratiquées de façon plus significative par les baby-boomers que les seniors ( $p \leq 0,028$ )<sup>12</sup>. Par ailleurs, les seniors montrent un niveau de pratique ( $p \leq 0,000$ ) nettement plus élevé que les baby-boomers pour les jeux et divertissements. Par ailleurs, si on observe une différence significative entre les deux groupes pour ce qui est des intérêts envers le plein air ( $p \leq 0,017$ ), cela ne se traduit pas au niveau des pratiques ( $p \leq 0,218$ ) bien qu'on observe un pourcentage supérieur de baby-boomers (37 % versus 27 %) qui disent pratiquer de telles activités quotidiennement.

<sup>7</sup> Il est important de noter que l'ensemble des résultats présentés a été pondéré en fonction du portrait statistique de l'arrondissement issu du recensement de 2011, et ce en lien notamment avec les variables de genre et d'âge.

<sup>8</sup> À noter que 4,2 % des répondants n'ont pas souhaité répondre à cette question.

<sup>9</sup> Intervalle de revenus équivalent en euros à 6 820 – 34 717.

<sup>10</sup> Intervalle de revenus équivalent en euros à 6 820 – 20 827.

<sup>11</sup> Intervalle de revenus équivalent en euros à 20 829 – 34 717.

<sup>12</sup> Ce résultat est toutefois à prendre avec réserve considérant le grand nombre de variables, il est plus adéquat de retenir un seuil de signification à 0,01 plutôt que 0,05.

**Tableau 1. Principaux types d'activités de loisir pratiqués par les baby-boomers et les seniors**

Variables		Baby-boomers	Seniors	<i>p</i>
Niveau global de pratiques en loisir		1,15 (± 0,48)	1,15 (± 0,49)	0,97*
Niveau de pratique pour les activités physiques et sportives	Ne pratique pas	51	54	0,028**
	Pratique un peu	60	43	
	2 à 5 fois semaine	57	33	
	Presque tous les jours	109	57	
Pratique pour les jeux et divertissement	Ne pratique pas	159	80	0,000**
	Pratique un peu	60	28	
	2 à 5 fois semaine	42	34	
	Presque tous les jours	15	44	
Intérêts pour les activités de nature et de plein air	Aucun intérêt	38	38	0,017**
	Un peu d'intérêt	27	31	
	Intérêt moyen	79	40	
	Beaucoup d'intérêt	129	76	
Pratique pour les activités de nature et de plein air	Ne pratique pas	52	43	0,218**
	Pratique un peu	54	44	
	2 à 5 fois semaine	66	45	
	Presque tous les jours	103	53	

\* Test T de Student

\*\* Test du khi-deux

### 3.3. Modalités de pratique et contraintes à la participation

Au sujet des modalités de pratiques, seules certaines différences significatives peuvent être distinguées lorsque l'on compare l'intérêt et la pratique des baby-boomers et des seniors à cet égard (voir tableau 2). À cet effet, les activités spontanées et non décidées à l'avance ( $p \leq 0,001$ ), les activités à l'extérieur ( $p \leq 0,015$ ) et les activités séparées (hommes et femmes séparés) ( $p \leq 0,017$ ) montrent une différence significative. Celles-ci semblent être appréciées et pratiquées davantage par les baby-boomers. On observe une tendance pour les activités à l'intérieur ( $p \leq 0,054$ ). Pour les autres modalités de pratique, aucune différence significative ne se dégage réellement entre ces deux générations.

**Tableau 2. Modalités de pratique des baby-boomers et des seniors**

Variables		Baby-boomers	Seniors	<i>P</i> *
Activités organisées, structurées	Pas du tout et ça ne m'intéresse pas	96	77	0,482
	Pas du tout, mais j'aimerais en faire	29	17	
	Un peu	61	34	
	Passablement	38	29	
	Beaucoup	52	28	
Activités libres, non encadrées	Pas du tout et ça ne m'intéresse pas	41	45	0,070
	Pas du tout, mais j'aimerais en faire	20	14	
	Un peu	66	41	
	Passablement	56	41	
	Beaucoup	92	45	
Activités régulières et planifiées à l'avance	Pas du tout et ça ne m'intéresse pas	78	67	0,502
	Pas du tout, mais j'aimerais en faire	19	11	
	Un peu	57	35	
	Passablement	44	27	
	Beaucoup	75	43	
Activités spontanées, non décidées à l'avance	Pas du tout et ça ne m'intéresse pas	33	46	0,001
	Pas du tout, mais j'aimerais en faire	19	18	
	Un peu	70	46	

	Passablement	60	37	
	Beaucoup	92	37	
Activités à l'intérieur	Pas du tout et ça ne m'intéresse pas	10	17	0,054
	Pas du tout, mais j'aimerais en faire	7	8	
	Un peu	75	58	
	Passablement	78	42	
	Beaucoup	100	60	
Activité à l'extérieur	Pas du tout et ça ne m'intéresse pas	13	20	0,015
	Pas du tout, mais j'aimerais en faire	8	10	
	Un peu	60	46	
	Passablement	60	45	
	Beaucoup	135	67	
Activités mixtes (hommes et femmes ensemble)	Pas du tout et ça ne m'intéresse pas	39	33	0,216
	Pas du tout, mais j'aimerais en faire	14	11	
	Un peu	49	41	
	Passablement	48	36	
	Beaucoup	126	64	
Activités séparées (hommes et femmes séparés)	Pas du tout et ça ne m'intéresse pas	79	73	0,017
	Pas du tout, mais j'aimerais en faire	9	6	
	Un peu	71	31	
	Passablement	52	23	
	Beaucoup	65	54	

\* Test du khi-deux

En ce qui a trait aux contraintes, plusieurs différences significatives se dégagent des résultats (voir tableau 3). Les seniors semblent subir le plus de contraintes ( $t = -4,46$  et  $dl = 296$ ,  $p \leq 0,000$ ). Les contraintes fonctionnelles, affectives et liées à l'accessibilité ressortent particulièrement parmi les divers types de contraintes observées. Les baby-boomers tendent à avoir davantage de contraintes liées aux obligations que les seniors ( $p \leq 0,031$ ). Fait intéressant également à noter, aucune différence ne ressort pour les contraintes organisationnelles et matérielles. On aurait pu s'attendre à une différence pour les personnes plus âgées sur ce plan en raison de leurs revenus moins élevés que les baby-boomers ( $p \leq 0,027$ ), et ce en lien au fait que 53 % des répondants plus âgés gagnent moins de 30 000 \$ par année alors que 65 % des baby-boomers gagnent plus de 30 000 \$.

**Tableau 3. Contraintes perçues par les baby-boomers et les seniors**

Variables		Baby-boomers	Seniors	$P^*$
Niveau global de contraintes en loisir		0,21 ( $\pm 0,28$ )	0,37 ( $\pm 0,42$ )	0,000
Contraintes personnelles	Contraintes fonctionnelles	0,17 ( $\pm 0,45$ )	0,47 ( $\pm 0,62$ )	0,000
	Contraintes affectives	0,17 ( $\pm 0,34$ )	0,42 ( $\pm 0,57$ )	0,000
	Contraintes liées aux connaissances	0,24 ( $\pm 0,41$ )	0,39 ( $\pm 0,61$ )	0,004
Contraintes externes	Contraintes sociales	0,11 ( $\pm 0,38$ )	0,25 ( $\pm 0,53$ )	0,002
	Contraintes liées aux obligations	0,49 ( $\pm 0,66$ )	0,35 ( $\pm 0,64$ )	0,031
	Contraintes liées à l'accessibilité	0,28 ( $\pm 0,49$ )	0,496 ( $\pm 0,69$ )	0,000
	Contraintes organisationnelles	0,22 ( $\pm 0,45$ )	0,24 ( $\pm 0,51$ )	0,73
	Contraintes matérielles	0,15 ( $\pm 0,44$ )	0,19 ( $\pm 0,49$ )	0,37

\* Test T de Student

### 3.4. Espaces de pratique

Un peu plus du tiers (35,7 %) des participants ne semble pas être préoccupé par l'accessibilité à des infrastructures en vue de pratiquer des activités physiques liées à leur âge. Toutefois, un peu plus de 40 % des personnes interrogées considèrent ce type d'infrastructures et d'équipements comme important : 13,9 % comme passablement important et 19,4 %,

grandement important. Lorsque l'on analyse ces résultats par générations, aucune différence significative ne peut être distinguée entre les baby-boomers et les seniors ( $p \leq 0,237$ ).

Parallèlement, les infrastructures et équipements les plus importants selon la population sondée sont les parcs (59,1 %), les sentiers de marche (34,3 %) et les pavillons de parcs (33,1 %). Une minorité (16,9 %) des personnes a répondu « autres ». De façon plus spécifique, les parcs sont les infrastructures les plus importantes tant pour les baby-boomers que pour les seniors. Les sentiers de marche semblent, quant à eux, surtout importants pour les baby-boomers. Il est toutefois essentiel de noter que, en raison d'un certain nombre de réponses manquantes à cette question (relative aux infrastructures et équipements les plus importants), il nous a été impossible de réaliser les tests T de Student et du khi-deux.

### **Conclusion : deux générations aux distinctions peu tranchées**

Comme l'énonce très clairement Schwarz (2012), pour que la gérontologie environnementale sorte de son « enveloppe » académique, voire théorique, il faut indéniablement multiplier les études empiriques, et plus précisément les études de cas, dans l'optique de développer des connaissances variées mais suscitant une remise en question et une adaptation de ce champ d'étude. Pour Geboy *et al.* (2012), la gérontologie environnementale questionne la place de l'aîné dans son environnement en mobilisant différents concepts (sécurité, autonomie, attachement, etc.) susceptibles d'analyser plus ou moins finement les mobilités, les relations et les usages de ces populations. Toutefois, plusieurs interprétations et conclusions proposées à ce jour restent très statiques et trop modélisantes, ne reflétant pas toujours l'hétérogénéité des aînés, qui n'est pas simplement liée à l'âge. Dans ce contexte, les résultats obtenus à travers cette étude contribuent, à un niveau relativement modeste cependant, à démontrer que cette population ne peut être vue et comprise, sous l'angle du loisir, comme une strate démographique « monolithique ». En effet, à partir de notre hypothèse de départ, nous pouvons affirmer qu'il existe bien des différences significatives entre ces générations mais que ces dernières restent très limitées dans l'espace et l'environnement de vie de ces individus. Ainsi, nos résultats, particulièrement ceux relatifs aux types d'activités de loisir pratiquées et aux modalités de pratique, nous amènent à penser que l'aspect générationnel est une variable centrale pour interpréter ces dynamiques récréatives mais qui se doit d'être combinée à d'autres.

À ce titre, le modèle écologique de Bronfenbrenner, adapté et contextualisé à la problématique du loisir pour les aînés par Kleiber et Genoe (2012), s'avère central pour proposer une interprétation de ces résultats autre que normative. Ce modèle place la personne au centre d'un système comportant cinq sphères d'influence : le microsystème, le mésosystème, l'exosystème, le macrosystème et le chronosystème. Le microsystème fait référence aux types de relations entre la personne et son environnement immédiat (famille, amis, école, etc.). Le mésosystème se rapporte aux interrelations entre les éléments du microsystème. L'exosystème comprend les services gouvernementaux, le système politique, économique et d'éducation qui concernent la personne sans qu'elle y soit impliquée directement. Le macrosystème fait référence à l'ensemble de valeurs de la société, normes sociales, croyances et idéologies au sein duquel évolue la personne. Finalement, le chronosystème prend en compte les événements propres au passage du temps. Dans le cadre de notre étude, ce modèle se révèle utile pour comprendre les facteurs d'influence potentiels issus de l'environnement sur la participation à des activités de loisir chez les aînés et, plus précisément, entre les baby-boomers et les seniors. Partant de ce modèle et en lien avec nos résultats, il apparaît important d'aller au-delà de la prise en compte de l'âge et des contraintes et autres limitations potentielles des aînés. Il est donc nécessaire de regarder comment les diverses composantes de leur environnement interagissent pour soutenir ou non leur pratique d'activités récréatives.

Dans une autre perspective et plus particulièrement pour les baby-boomers, nos résultats démontrent l'importance des activités physiques et sportives et de plein air pratiquées librement et de façon plus spontanée. Ce constat analytique peut, dans un premier temps, être interprété au regard de la littérature scientifique sur cette génération qui y est présentée comme une population hédoniste, surtout portée par un désir d'accomplissement personnel et par une volonté de vivre des expériences individuelles ou collectives (Kim *et al.*, 2015 ; Beauchamp, 2012 ; Murphy Jr *et al.*, 2010 ; Gilleard, Higgs, 2000). Ces données obtenues rejoignent également l'interprétation du « *successful ageing* » que proposent Boyes (2012) ainsi que Wang et Lin (2012) qui voient dans ce concept et ses facteurs constitutifs une façon d'interpréter certaines pratiques récréatives. Boyes (2012) stipule notamment que le capital social, l'activité physique et sportive ainsi que l'attachement à un lieu ou à un espace sont les composants centraux du « *successful ageing* ». À ce titre, les principaux espaces de pratique fréquentés par nos répondants ainsi que les types d'activités de loisir pratiquées tendent à refléter ces conclusions de recherche exprimées tant par Boyes (2012) que par Wang et Lin (2012). Ces résultats évoquent aussi, voire réaffirment, l'importance des notions d'expérience, de plaisir et de qualité des environnements de pratique pour que ces activités puissent devenir optimales pour les individus interrogés. Cette interprétation et les données obtenues et significatives pour les baby-boomers nous amènent à mobiliser la réflexion théorique de la sociologue Betsy Wearing qui voit dans le loisir un moyen de résister au vieillissement et à certains stéréotypes entourant les aînés (Dionigi, Horton, 2012). La pratique de loisir devient donc pour la personne aînée une forme d'« échappatoire » à cette fin de vie, tant mise en avant par la société, et une façon de « se faire voir », d'affirmer, voire de revendiquer sa place dans sa communauté, rejoignant par le fait même les propos de Guillemard (2002) sur la « retraite-loisir » et la « retraite-solidaire ».

Dans cette optique et en conclusion, quelques pistes d'intervention potentielles, émanant de cette réflexion, peuvent être formulées. Tout d'abord, il apparaît important de renforcer l'accès aux espaces publics et de plein air de l'arrondissement en développant notamment des formes d'animation destinées spécifiquement aux aînés. Il serait aussi judicieux de dynamiser l'animation des parcs durant l'année en offrant des activités structurées ou plus libres et différentes formes d'aide aux aînés. Les résultats obtenus révèlent également un besoin de considérer plus spécifiquement les disparités physiques, économiques, sociales et culturelles présentes dans l'ensemble de la population des 50 ans et plus, particulièrement entre les baby-boomers et les seniors.

Pour terminer, il est important de mentionner que cette recherche comporte certaines limites méthodologiques. Tout d'abord, l'échantillon obtenu n'est représentatif qu'à l'échelle des aînés de 50 ans et plus résidants de l'arrondissement et non en fonction de critères générationnels. Par ailleurs, les modalités de collecte de données sur le terrain ont pu occasionner une surreprésentation de certains types d'aînés et, ce faisant, de certains types et modalités de pratique. De façon concomitante, le choix d'administrer un sondage par questionnaires en face à face sur le terrain a indéniablement engendré différents biais de désirabilité sociale entre les enquêteurs et les participants. Par conséquent, et dans l'optique de poursuivre cette réflexion voire de conforter ou de nuancer certaines conclusions, il nous apparaîtrait judicieux de constituer et de mobiliser à l'avenir un corpus méthodologique qualitatif (entrevues individuelles ou groupes de discussion) de manière à explorer certains cas d'aînés plus jeunes ou plus âgés, mais aussi pour cerner la composition et l'impact des cinq sphères d'influence du modèle écologique de Bronfenbrenner sur la personne aînée.

## Bibliographie

- AGAHI N., SILVERSTEIN M., PARKER M. G. (2011), « Late-life and Earlier Participation in Leisure Activities: Their importance for Survival Among Older Persons », *Activities, Adaptation & Aging*, vol. 35, n° 3, p. 210-222.
- AGUERRE C., BOUFFARD L. (2003), « Le vieillissement réussi : théories, recherches et applications cliniques », *Revue québécoise de psychologie*, vol. 24, n. 3, p. 107-129.
- BALTES P., BALTES M. M. (1990), « Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation », in P. B. Baltes, M. M. Baltes (dir.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*, New York, Cambridge University Press, p. 1-34.
- BEAUCHAMP J., MARCOTTE P. (2014), « Aînés et loisir : quelques stratégies marketing pour favoriser la participation », *Bulletin de l'Observatoire Québécois du Loisir*, vol. 11, n° 9, p. 1-4.
- BEAUCHAMP J. (2012), *Les comportements participatifs des aînés à des activités organisées de loisir et le rôle de l'éducation au loisir et des principes du marketing des services sur leur participation*, mémoire de maîtrise, Université du Québec à Trois-Rivières.
- BEGGS B., KLEPARSKI T., ELKINS D., HURD A. (2014), « Leisure Motivation of Older Adults in Relation to Other Adult Life Stages », *Activities, Adaptation & Aging*, vol. 38, n° 3, p. 175-187.
- BOYES M. (2012), « Outdoor adventure and successful ageing », *Ageing & Society*, vol. 33, p. 644-665.
- CARBONNEAU H. (2011), *Portrait des pratiques en loisir des québécois de 50 ans et plus*. Trois-Rivières, rapport de recherche, Laboratoire en Loisir et Vie Communautaire, Université du Québec à Trois-Rivières (141p.).
- CARDINAL L., LANGLOIS M. C., GAGNÉ D., TOURIGNY A. (2008), *Perspectives pour un vieillissement en santé : proposition d'un modèle conceptuel*. Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, Direction de santé publique et Institut national de santé publique du Québec.
- COCHRAN L. J., ROTHSCHADL A. M., RUDICK J. L. (2009), *Leisure programming for baby boomer*, Champaign, Human Kinetics.
- COLES R., MILLMAN Z. (dir.) (2013), *Landscape, well-being and environment*, New York, Routledge.
- DIONIGI R. A., HORTON S. (2012), « The influence of leisure on discourses of aging », in H. J. Gibson, J. F. Singleton (dir.). *Leisure and aging. Theory and practice*, Windsor, Human Kinetics, p. 28-39.
- GEBOY L., DIAZ MOORE K., SMITH E. K. (2012), « Environmental Gerontology for the Future: Community-Based Living for the Third Age », *Journal of Housing For the Elderly*, vol. 26, n° 1-3, p. 44-61.

- GIBSON H., SINGLETON J. (2012), *Leisure and aging: theory and practice*, Champaign, Human Kinetics.
- GILLEARD C., HIGGS P. (2000), *Cultures of ageing. Self, citizen and the body*, Essex, Pearson Education Limited.
- GOUVERNEMENT DU QUÉBEC (2012), *Politique « Vieillir et vivre chez soi »*. Québec, Gouvernement du Québec.
- GRAVELLE F., KARLIS G., ADJIZIAN J. M., AUGER D. (2015), « A model for a community leisure initiative analysis », *Society & Leisure*, vol. 38, n° 2, p. 184-194.
- GUILLEMARD A. M. (2002), « De la retraite mort sociale à la retraite solidaire. La retraite une mort sociale (1972) revisitée trente ans après », *Gérontologie et Société*, n° 102, p. 53-66.
- GUILLEMARD A. M. (1972), *La retraite une mort sociale. Sociologie des conduites en situation de retraite*, Paris, École pratique des hautes études et Mouton & Co.
- HODGE G. (2008), *The Geography of Aging: Preparing Communities for the Surge in Seniors*, Montreal, McGill-Queen's University Press.
- INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC (2014), *Perspectives démographiques du Québec et des régions, 2011-2061*, Québec, publication officielle.
- JACKSON L. T. (1991), « Leisure Activities and Quality of Life », *Activities in action*, vol. 15, n° 4, p. 31-36.
- KANE R. A. (2001), « Long-term care and a good quality of life: Bringing them closer together », *The Gerontologist*, vol. 41, n° 3, p. 293-304.
- KELLY J. R., STEINKAMP M. W., KELLY J. (1987), « Later-life Satisfaction: Does Leisure Contribute », *Leisure sciences*, vol. 9, p. 189-200.
- KIM Y. W., FIDGEON P., KIM J. (2015), « Analyzing the leisure activities of the Baby Boomers and the Generation of Liberation: evidence from South Korea », *Journal of Tourism and Cultural Change*, vol. 13, n° 2, p. 132-148.
- KLEIBER D. A. (2013), « Redeeming leisure in later life », in T. Freire (dir.). *Positive leisure sciences: From subjective Experience to Social Contexts*, Dordrecht, Springer Science et Business Media, p. 21-38.
- KLEIBER D. A., GENOE R. M. (2012), « The relevance of leisure in theories of aging », in H. J. Gibson, J. F. Singleton (dir.). *Leisure and aging. Theory and practice*, Windsor, Human Kinetics, p. 44-65.
- KU P. W., STEVINSON C., CHEN L. J. (2012), « Prospective Associations Between Leisure-Time Physical Activity and Cognitive Performance Among Older Adults Across an 11-Year Period », in *Journal of Epidemiology*, vol. 22, n° 3, p. 230-237.
- LAWTON M. P. (1980), *Environment and aging*, Albany, Center for the Study of Aging.

- LAWTON M. P., NAHEMOW L. (1973), « Ecology and the aging process », in C. Eisdorfer, M. P. Lawton (dir.). *The psychology of adult development and aging*, Washington DC, American Psychology Association.
- LEE H. S. (2016), « Examining neighborhood influences on leisure-time walking in older Korean adults using an extended theory of planned behavior », *Landscape and Urban Planning*, vol. 148, p. 51-60.
- LEE C., PAYNE L. L. (2015), « Exploring the Relationship Between Different Types of Serious Leisure and Successful. Aging », *Activities, Adaptation & Aging*, vol. 39, n° 1, p. 1-18.
- LORD S., DESPRÉS C. (2011), « Vieillir en banlieue nord-américaine. Le rapport à la ville des personnes âgées », *Gérontologie et Société*, vol. 136, n° 1, p. 189-204.
- MARIER P. (dir.) (2012), *Le vieillissement de la population et les politiques publiques. Enjeux d'ici et d'ailleurs*, Québec, Presses de l'Université Laval.
- MICHALOS A. C., ZUMBO B. D. (2003), « Leisure activities, health and the quality of life », in A. C. Michalos (dir.). *Essays on the Quality of Life*, Dordrecht, Kluwer Academic Publishers, p. 217-238.
- MONTRÉAL EN STATISTIQUES (2015a), *Profil de la population de 50 ans et plus. Arrondissement de Saint-Léonard et ville de Montréal*, Montréal, publication officielle.
- MONTRÉAL EN STATISTIQUES (2015b), *Profil de la population de 50 ans et plus. Arrondissement de Saint-Léonard*, Montréal, publication officielle.
- MONTRÉAL EN STATISTIQUES (2014), *Profil sociodémographique. Arrondissement de Saint-Léonard*, Montréal, publication officielle.
- MURPHY Jr E. F., MUJTABA B. G., MANYAK T., SUNGKHAWAN J., Greenwood R. (2010), « Generational value differences of baby boomers in Thailand », *Asia Pacific Business Review*, vol. 16, n° 4, p. 545-566.
- NEGRON-POBLETE P., SÉGUIN A. M. (dir.) (2012), *Vieillissement et enjeux d'aménagement. Regards à différentes échelles*, Sainte-Foy, Presses de l'Université du Québec.
- O'BRIEN G. E. (1981), « Leisure attribute and retirement satisfaction », *Journal of Applied psychology*, vol. 66, n° 3, p. 371-384.
- ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ (OMS) (2002), *Vieillir en restant actif : cadre d'orientation*. En ligne, consulté le 28 juillet 2016. URL : [http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO\\_NMH\\_NPH\\_02.8\\_fre.pdf?ua=1](http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8_fre.pdf?ua=1)
- PENNINGTON-GRAY L., LANE C. W. (2001), « Profiling the Silent Generation: Preferences for Travel », *Journal of Hospitality & Leisure Marketing*, vol. 112, n° 9, p. 73-95.
- PETITOT C., BEARD J., KALACHE A., PLOUFFE L., COX J., POWELL S., TAHRAT M. (2010), « Vers des environnements-amis des aînés », *Gérontologie et Société*, vol. 132, n° 1, p. 229-242.

- RAGHEB M., GRIFFITH C. (1980), « The contribution of Leisure Participation and Leisure Satisfaction to Life Satisfaction of Older Persons », *Journal of Leisure Research*, vol. 14, n° 4, p. 295-305.
- RIDDICK C. C., DANIEL S. N., (1984), « The relative contribution of leisure activities and other factors to the mental health of older women », *Journal of leisure research*, vol. 16, n° 2, p. 136-148.
- ROBERTS K. (2012), « The end of the long baby-boomer generation », *Journal of Youth Studies*, vol. 15, n° 4, p. 479-497.
- ROUSSEAU F. L., VALLERAND R. J. (2003), « Le rôle de la passion dans le bien-être subjectif des aînés », *Revue Québécoise de psychologie*, vol. 24, n° 3, p. 197-212.
- ROUSSEAU J., DENIS M. C., DUBÉ M., BEAUCHESNE M. (1995), « L'activité, l'autonomie et le bien-être psychologique des personnes âgées », *Loisir et Société*, vol. 18, n° 1, p. 93-122.
- ROWLES G. D., BERNARD M. (2013), *Environmental Gerontology: Making Meaningful Places in Old Age*, New York, Springer.
- SCHWARZ B (2012), « Environmental Gerontology: What Now? », *Journal of Housing For the Elderly*, vol. 26, n° 1-3, p. 4-19.
- SIMARD M (2010), « La géographie du vieillissement au Canada. Un cas typique », *Population & Avenir*, vol. 699, n° 4, p. 14-16.
- SIRVEN N., DEBRAND T. (2013), « La participation sociale des personnes âgées en Europe. Instrument du "bien vieillir" ou facteur d'inégalités sociales de santé ? », *Retraite et Société*, vol. 65, n° 2, p. 59-80.
- SOUTER-BROWN G. (2015), *Landscape and Urban Design for Health and Well-Being. Using Healing, Sensory and Therapeutic Gardens*, New York, Routledge.
- SPERAZZA L., BANERJEE P. (2010), « Baby Boomers and Seniors: Understanding Their Leisure Values Enhances Programs », *Activities, Adaptation & Aging*, vol. 34, n° 3, p. 196-215.
- TORTOSA-MARTINEZ J., ZOERINK D. A., MANCHADO-LOPEZ C. (2011), « Efficacy of leisure experiences in controlling the onset of dementia in older adults », *International Journal on Disability and Human Development*, vol. 10, n° 2, p. 103-108.
- WAHL H. W., WEISMAN G. D. (2003), « Environmental gerontology at the beginning of the new Millennium: Reflections on its historical, empirical, and theoretical development », *The Gerontologist*, vol. 43, n° 5, p. 616-627.
- WANG Y. T., LIN W. I. (2012), « Successful ageing: The case of Taiwan », *Australasian Journal on Ageing*, vol. 31, n° 3, p. 141-146.