



# Votre temps compte

## Avez-vous assez de temps dans votre journée ?

- Combien de temps consacrez-vous à prendre soin des autres ou à faire des travaux ménagers ?
- Prenez-vous le temps de vous asseoir et de manger ?
- Combien d'heures consacrez-vous au transport ?
- Passez-vous du temps à aider dans votre communauté ?

L'Enquête sur l'emploi du temps mesure les activités quotidiennes des Canadiens. Ces activités qui passent parfois inaperçues, sont importantes et peuvent avoir une incidence sur le bien-être et jouer un rôle important dans notre société.



## Répondez à l'enquête sur l'emploi du temps

Grâce à votre participation, Statistique Canada peut dresser un tableau plus précis des diverses façons dont les Canadiens utilisent leur temps, ce qui permet au gouvernement de créer des politiques plus efficaces et plus utiles. Par exemple, de nombreux systèmes sociaux et de santé sont grandement soutenus par le travail non rémunéré. Vos réponses aideront à mesurer et à valoriser ce travail afin qu'il soit pris en compte dans la prise de décisions.



## Résultats intéressants

### Les repas :

- En 2015, **30 %** des Canadiens mangeaient tous leurs repas quotidiens seuls. **10 %** des Canadiens mangeaient en faisant autre chose en parallèle.



### Le sommeil :

- **62 %** des Canadiens ont déclaré dormir plus de huit heures par jour en 2015. **31 %** ont dormi de 6 à 8 heures et **7 %** ont dormi moins de six heures. Les personnes qui dormaient six heures ou plus étaient plus susceptibles de déclarer être « très satisfaites » ou « satisfaites » de leur équilibre travail-vie personnelle.



## Comment les données sur l'emploi du temps sont utilisées

L'Enquête sur l'emploi du temps a été recueillie six fois depuis 1986. Au fil des ans, les données se sont révélées cruciales à divers égards :

- **Femmes et Égalité des genres Canada** : pour dresser un portrait du temps que les hommes et les femmes consacrent au travail non rémunéré et à la prestation de soins.
- **Agence de la santé publique du Canada** : pour maintenir un cadre sur l'activité physique, les activités sédentaires et le sommeil.
- **Statistique Canada** : pour inclure l'impact économique du temps consacré au travail domestique non rémunéré dans les estimations de la performance économique du Canada et pour suivre le progrès du Canada par rapport aux objectifs de développement durable de 2030.
- **Transports Canada** : pour aider à soutenir les municipalités dans leur planification des routes et des transports en commun. Cela peut inclure la mesure de l'exposition aux polluants environnementaux.

### Le vieillissement actif :

- Après la retraite, de nombreux Canadiens continuent de participer à l'économie, notamment en consacrant plus de temps à la garde gratuite d'enfants pour les membres de leur famille, à prendre soin d'un conjoint ou à s'engager dans leur communauté.



### Les soins aux enfants :

- Les pères et les mères passaient plus de temps à s'occuper de leurs enfants en 2015 que lors de la première Enquête sur l'emploi du temps en 1986. En moyenne, les mères passent toujours plus de temps avec leurs enfants que les pères.



## Votre journal de l'emploi du temps

Un élément clé de l'Enquête sur l'emploi du temps est le journal des activités. Lorsque vous débuterez le journal de 24 heures de l'enquête, on vous demandera de déclarer les activités que vous avez faites au courant d'une journée récente.

### Conseils pour remplir l'enquête

Pour plus d'informations sur le journal de l'emploi du temps, numérisez ce code QR avec votre téléphone intelligent ou votre tablette et suivez le lien.



Pour en savoir plus : [www.statcan.gc.ca/journal](http://www.statcan.gc.ca/journal)

