



Emploi du temps quotidien des personnes âgées au Maroc

Halima EL HASSOUI, Mohammed FASSI Fihri, CERED

A l'instar d'autres pays, le Maroc est en voie de parachever sa transition démographique marquée par un vieillissement progressif de sa population. La part de la population âgée de 60 ans et plus ne cesse de croître, passant de 9,4 % en 2014 à 12,7 % en 2023 et devrait atteindre 23,2 % en 2050.

L'avance en âge des adultes s'accompagne d'une modification de leur emploi du temps, ils peuvent délaissé certaines activités, se livrer plus intensément à d'autres ou en essayer de nouvelles. En d'autres termes, au fur et à mesure que les personnes avancent vers l'âge de 60 ans, leur emploi de temps change, le temps consacré au travail professionnel diminue au profit des activités de loisirs. Toutefois, certaines personnes âgées demeurent sur le marché du travail parce que leur travail leur permet de s'épanouir personnellement, tandis que d'autres peuvent y rester en raison de contraintes économiques.

Ainsi, tenant compte de l'importance de l'utilisation du temps pour le bien-être des personnes âgées, la présente note s'intéresse à la manière dont celles-ci organisent leur temps quotidien. Les données utilisées sont celles de l'Enquête nationale sur l'emploi du temps réalisée par le Haut-Commissariat au Plan en 2012 et qui reste une source d'informations riche pour la description des modes de vie.

Les besoins physiologiques et les loisirs accaparent plus des deux tiers de la journée des personnes âgées

Le temps physiologique (sommeil, repas et soins personnels) occupe près de la moitié (46,4 %) de la journée des personnes âgées (contre 43,8 % pour les personnes âgées de 15 à 59 ans), soit une moyenne de 11 heures 8 minutes (11 heures 24 minutes en milieu urbain et 10 heures 45 minutes en milieu rural). Cette moyenne augmente avec l'âge, passant de 10 heures 46 minutes chez les personnes âgées de 60 à 69 ans à 11 heures 39 minutes chez celles âgées de 70 ans et plus.

Le travail professionnel accapare quant à lui 8,3 % de la journée des personnes âgées, une proportion inférieure à celle qu'y consacrent les personnes en âge actif (14,7 %). Ce temps est en moyenne de 2 heures et varie de 1 heure 25 minutes en milieu urbain à 2 heures 52 minutes en milieu rural, du fait que les personnes âgées en milieu rural connaissent rarement la retraite. Selon l'âge, il passe de 2 heures 21 minutes dans la classe d'âge de 60-69 ans à

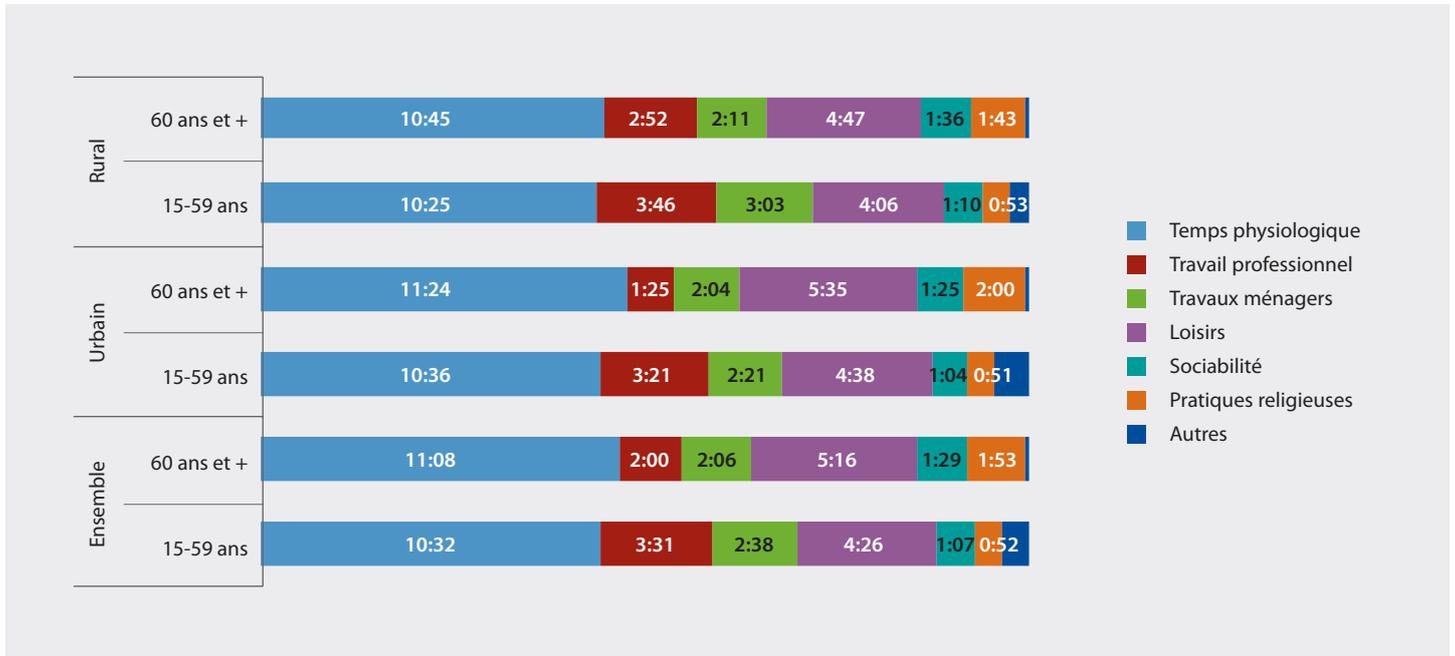
1 heure 32 minutes chez les personnes âgées de plus de 70 ans.

De son côté, le temps dédié aux activités ménagères occupe 8,8 % de leur journée contre 11 % chez les 15-59 ans, soit 2 heures 6 minutes, sans différence selon le milieu de résidence. Ce temps s'élève à 2 heures 31 minutes chez les 60-69 ans et 1 heure 33 minutes chez les 70 ans et plus.

Le reste de la journée est dédié essentiellement aux activités de loisirs : les personnes âgées y consacrent en moyenne 5 heures 16 minutes par jour, soit un peu moins du quart de leur temps (22 %), cette proportion atteint 18,5 % chez les 15-59 ans. Ces activités de loisirs totalisent quotidiennement 5 heures 35 minutes en milieu urbain et 4 heures 47 minutes en milieu rural. Du fait de l'arrêt des activités professionnelles, le temps de loisirs des personnes âgées de 70 ans et plus représente une part plus importante de leur quotidien que celle des personnes âgées de 60 à 69 ans, soit 5 heures 41 minutes contre 4 heures 57 minutes.

Graphique 1

Temps moyen (heure/jour) consacré aux différentes activités selon l'âge et le milieu de résidence



Source : Enquête nationale sur l'emploi du temps, 2012.

Concernant les pratiques religieuses et la sociabilité, les personnes âgées y consacrent respectivement 7,8 % et 6,2 % de leur journée, soit un temps moyen de 1 heure 53 minutes et 1 heure 29 minutes par jour (contre respectivement 3,6 % et 4,7 % chez les 15-59 ans avec 52 minutes et 1 heure 7 minutes). Les personnes âgées en milieu urbain y consacrent respectivement 2 heures et 1 heure 25 minutes contre 1 heure 43 minutes et 1 heure 36 minutes en milieu rural.

Le temps des pratiques religieuses et de sociabilité se maintient avec l'âge, elles prennent respectivement 1 heure 44 minutes et 1 heure 31 minutes du temps des personnes âgées de 60 à 69 ans et 2 heures 6 minutes et 1 heure 26 minutes du temps des plus de 70 ans.

Temps moyen (heure/jour) consacré aux différentes activités par groupe d'âge

Activités	60-69 ans	70 ans et plus
Temps physiologique	10:46	11:39
Travail professionnel	2:21	1:32
Travaux ménagers	2:31	1:33
Loisirs	4:57	5:41
Sociabilité	1:31	1:26
Pratiques religieuses	1:44	2:06
Autres	0:10	0:03

Source : Enquête nationale sur l'emploi du temps, 2012.

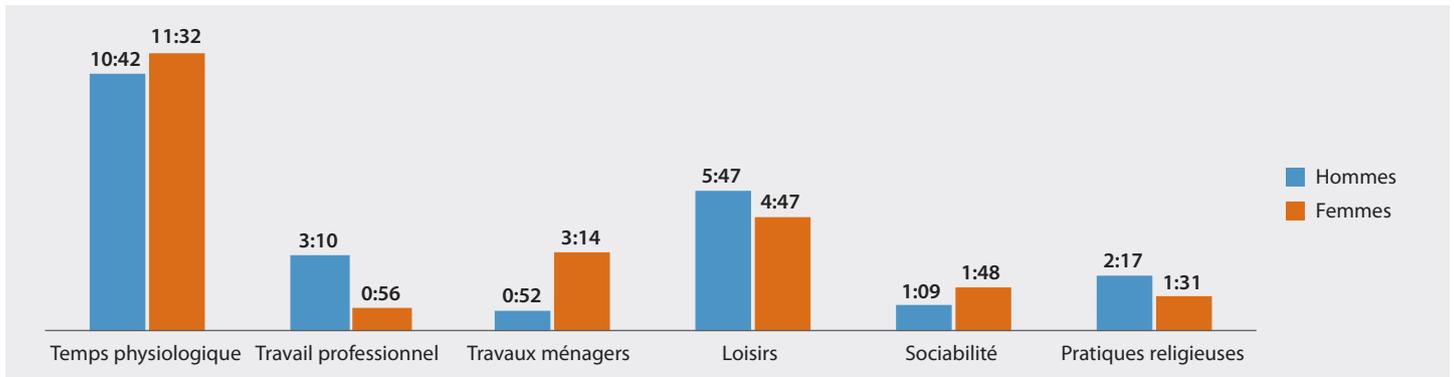
Les femmes occupent leur temps de façon différente que celui des hommes : elles consacrent quatre fois plus de temps aux activités domestiques et trois fois moins de temps aux activités professionnelles que les hommes

Les inégalités entre hommes et femmes dans la famille et dans l'emploi persistent chez les personnes âgées même si, d'une façon générale, elles ne font pas partie de la population active et n'assument pas de responsabilités parentales. En effet, les femmes âgées consacrent en moyenne 3,7 fois plus de temps aux activités ménagères que les hommes, soit 3 heures 14 minutes, contre 52 minutes. En proportion, le taux de pratique des travaux ménagers s'établit à 58,2 % chez les femmes âgées alors qu'il se situe à 44,1 % chez les hommes âgés. Ce temps que les femmes vouent aux activités ménagères est essentiellement dédié à préparer les repas et à faire le ménage d'intérieur, soit respectivement 2 heures 2 minutes et 28 minutes par jour. De leur côté, les hommes âgés sont plus actifs sur le marché de l'emploi que les femmes âgées (43,3 % contre 24,1 %), soit en moyenne deux heures de plus par jour que les femmes âgées.

Pour les loisirs, les hommes disposent en moyenne d'une heure de plus par jour que les femmes. Ce temps libre supplémentaire est principalement consacré aux sorties, à la promenade ou à regarder la télévision.

Graphique 2

Temps moyen (heure/jour) consacré aux différentes activités selon le sexe



Source : Enquête nationale sur l'emploi du temps, 2012.

Le temps de loisir est essentiellement consacré à la télévision, au repos et à la sieste

Les activités de loisir ont des répercussions différentes sur le bien-être des personnes âgées, certaines activités aident à maintenir une bonne santé physique et mentale, tandis que d'autres sont moins bénéfiques car elles peuvent contribuer à l'isolement social.

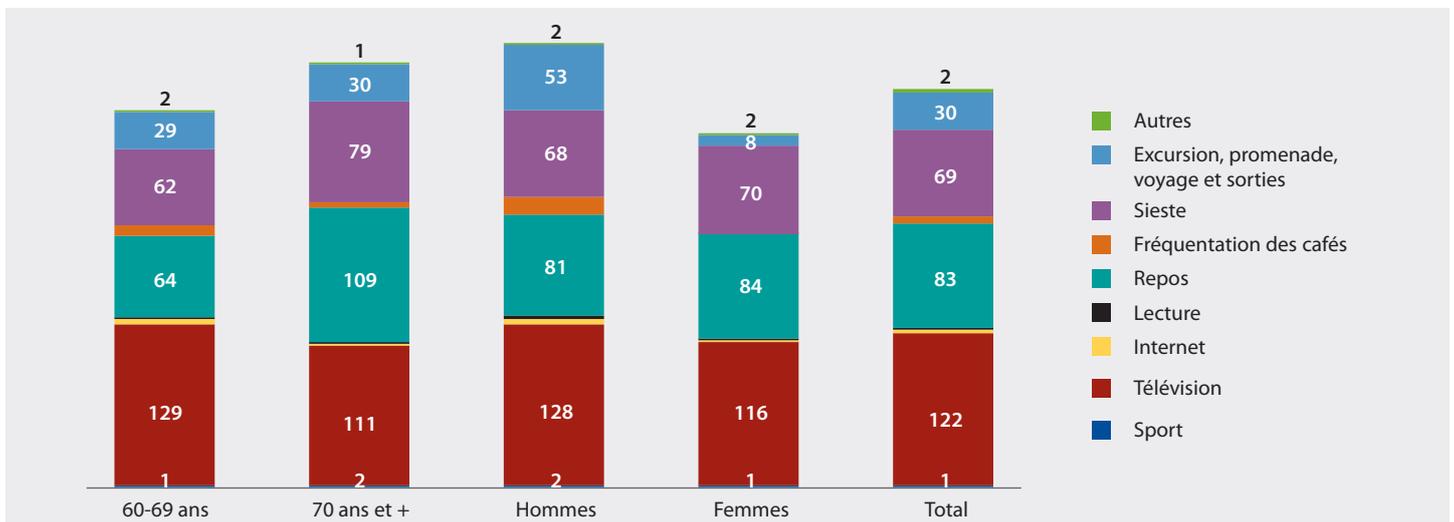
La majorité (87%) du temps de loisirs se déroule à domicile. La télévision y occupe une place prépondérante : les seniors passent en moyenne 2 heures 2 minutes par jour devant le petit écran. Les hommes regardent davantage la télévision que les femmes (soit un écart de 12 minutes par jour). Ce temps décroît avec l'âge, il passe de 2 heures 9 minutes chez les 60-69 ans à 1 heure 51 minutes chez les 70 ans et plus.

Viennent ensuite les activités de repos et de sieste qui prennent respectivement 1 heure 23 minutes et 1 heure 9 minutes du temps journalier des personnes âgées. Les hommes et les femmes y consacrent presque les mêmes durées. L'avancée en âge entraîne une augmentation des activités passives. En effet, les personnes âgées de 60 à 69 ans totalisent 1 heure 4 minutes pour le repos et 1 heure 2 minutes pour la sieste, alors que les personnes âgées de 70 ans et plus y allouent davantage de temps, respectivement 1 heure 49 minutes et 1 heure 19 minutes.

Le reste du temps libre des personnes âgées est essentiellement consacré à des loisirs d'extérieur – excursion, promenade, voyage et sorties – avec un temps moyen de 30 minutes par jour (53 minutes pour les hommes contre seulement 8 minutes pour les femmes). Le sport, quant à lui, reste très marginal chez les personnes âgées et ne dépasse guère les 2 minutes par jour.

Graphique 3

Temps moyen (minute/jour) dédié aux activités de loisir selon le sexe et le groupe d'âge



Source : Enquête nationale sur l'emploi du temps, 2012.