

Le « SLOW » ou l'aspiration des Européens à ralentir

Enquête sur une tendance émergente



1. Pourquoi le « Slow » aujourd'hui ?

2. Le « Slow » en Europe : combien de divisions ?

1. Prendre son temps, faire des pauses : un besoin structurel
2. Ralentir : un souhait largement partagé, mais difficile à appliquer
3. Les bénéfices d'un mode de vie plus « slow »

3. Les territoires du « Slow »

1. Le besoin de ralentir n'est pas général, mais ciblé sur certaines activités
2. Les domaines prioritaires de la quête de ralentissement

ETUDE REALISÉE DANS 4 PAYS

France	Grande-Bretagne	Allemagne	Italie
			

METHODOLOGIE

- ✓ Access Panel On-line (i-Omnibus).

ECHANTILLON

- ✓ 4 066 individus âgés de 16 à 64 ans (environ 1 015 à 1020 personnes dans chaque pays).
- ✓ Critères de représentativité: sexe, âge, région, statut social, activité.

DATE DU TERRAIN D'ENQUETE

- ✓ Du 11 au 15 février 2011.

1. Pourquoi le « Slow » aujourd'hui ?





**1) Cinq facteurs
expliquent le
développement de la
tendance « Slow »...**



1. La **mondialisation** accentue la compétition internationale et accélère le rythme des transactions.

→ Impression diffuse qu'une accélération se produit de tous les côtés, que celle-ci ne possède pas de centre, et qu'il est de plus en plus difficile de suivre...



2. Le **boom technologique** multiplie les occasions de connexion et fait de chaque individu un être joignable 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

→ Les technologies, en nous faisant gagner du temps, donnent le sentiment d'aller et, surtout, de devoir aller toujours plus vite.

3. Le modèle économique dominant valorise le **résultat à court terme** et fait la promotion de la **vitesse**.

→ La crise économique a révélé les limites de ce modèle. Elle a suscité une réflexion abondante pour tenter de le réformer.

4. La société d'hyperconsommation propose une **profusion de biens et de services** aux consommateurs.

→ L'hyper sollicitation et le renouvellement incessant donnent le tournis à des consommateurs qui ne savent plus où donner de la tête...



5. La **crise écologique**, désormais incontestable, favorise la mise en place d'un **développement raisonné**, plus **durable**, et plus **respectueux des rythmes de la nature**.

➔ Pour beaucoup, le modèle de développement actuel doit « ralentir » dans son expansion « tous azimuts », et s'adapter davantage au rythme de renouvellement des ressources naturelles (énergie, biodiversité...)



**2) Pour les individus,
l'accélération n'est pas
un mythe**

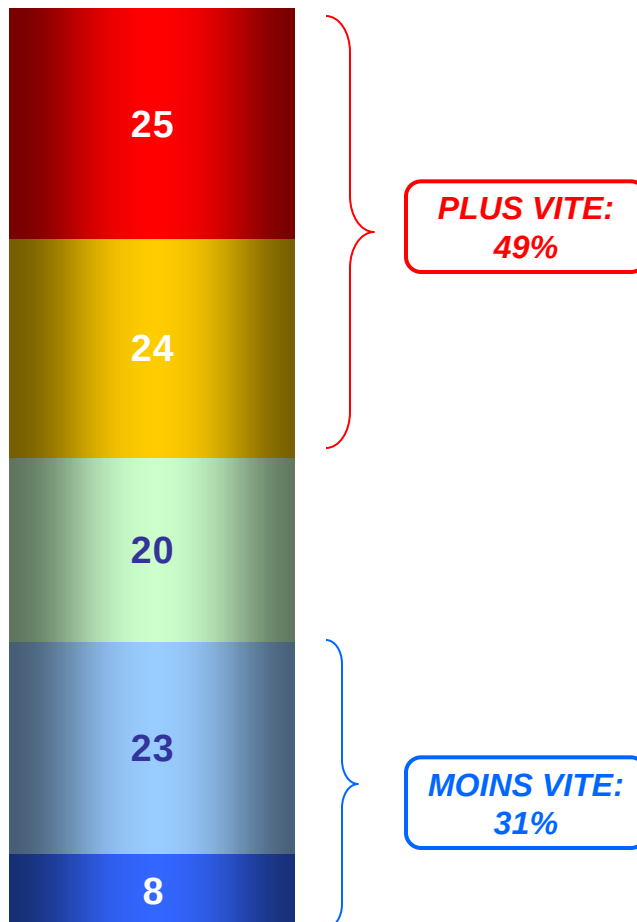
En France, la majorité a le sentiment de faire les choses de plus en plus vite

Q5. Comparons maintenant votre vie actuelle à votre vie il y a 5 ans. Laquelle de ces propositions correspond le mieux à votre situation personnelle ?

« Vous avez le sentiment, dans votre vie actuelle... »



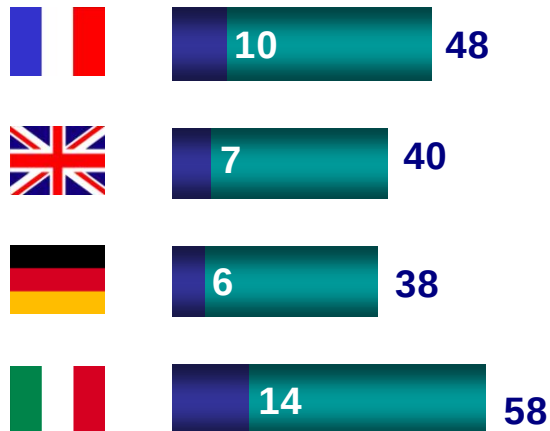
- De faire les choses beaucoup plus vite qu'il y a 5 ans
- De faire les choses un peu plus vite qu'il y a 5 ans
- De faire les choses à la même vitesse qu'il y a 5 ans
- De faire les choses un peu moins vite qu'il y a 5 ans
- De faire les choses beaucoup moins vite qu'il y a 5 ans



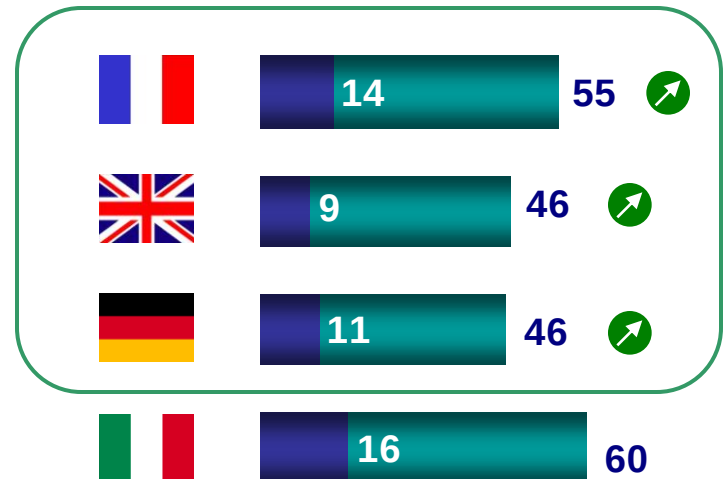
En Europe, les gens ont le sentiment de vivre dans l'urgence

« Je suis toujours pressé, je cherche toujours à gagner du temps »

2009



2011



[Source : Observatoire des Bien-Être(s), Ipsos, 2009]

■ Tout à fait d'accord
■ Total d'accord

Conséquence : les Européens manquent de temps...

« Je ne trouve jamais le temps de faire ce que je veux »

2009



2011



[Source : Observatoire des Bien-Être(s), Ipsos, 2009]

■ Tout à fait d'accord
■ Total d'accord

« Je suis souvent stressé(e) »

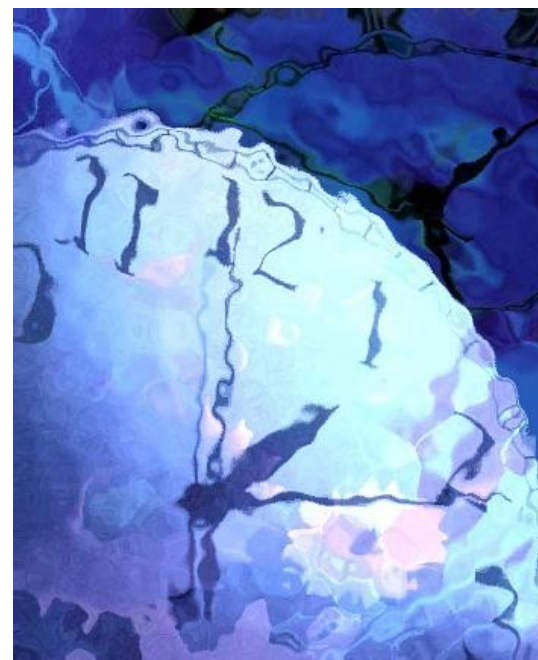
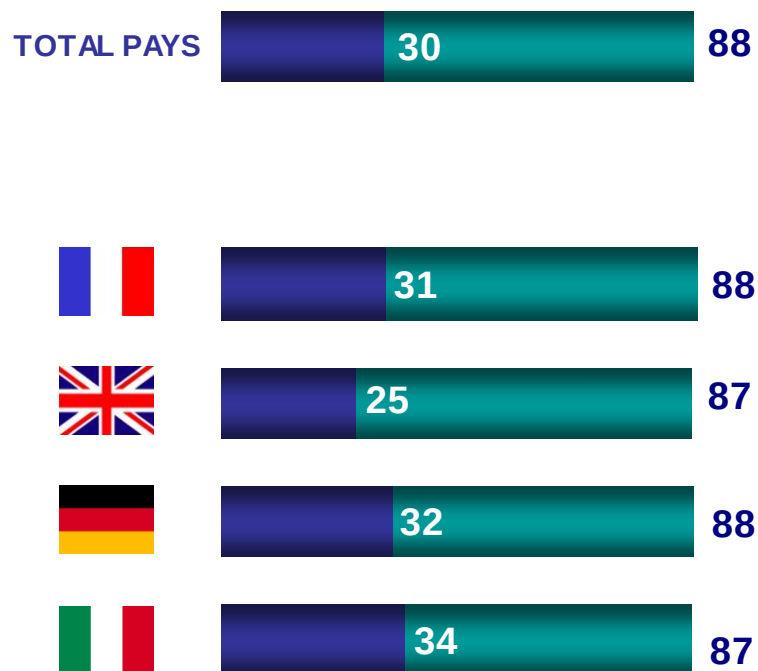


■ Tout à fait d'accord

■ Total d'accord

Et rien ne semble pouvoir arrêter cette accélération...

« Dans les années à venir, le monde ira toujours de plus en plus vite »



■ Tout à fait d'accord
■ Total d'accord

2. Le « Slow » en Europe : combien de divisions ?

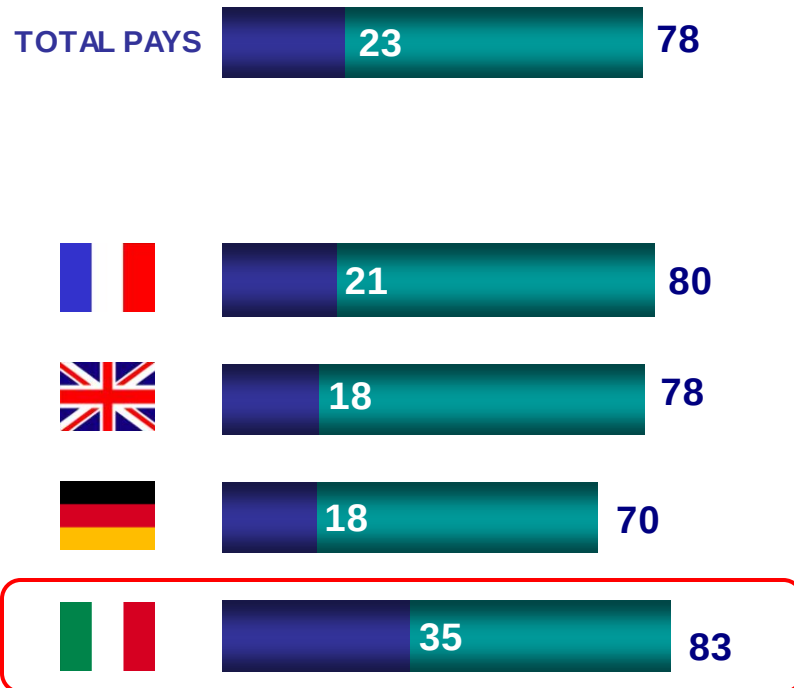




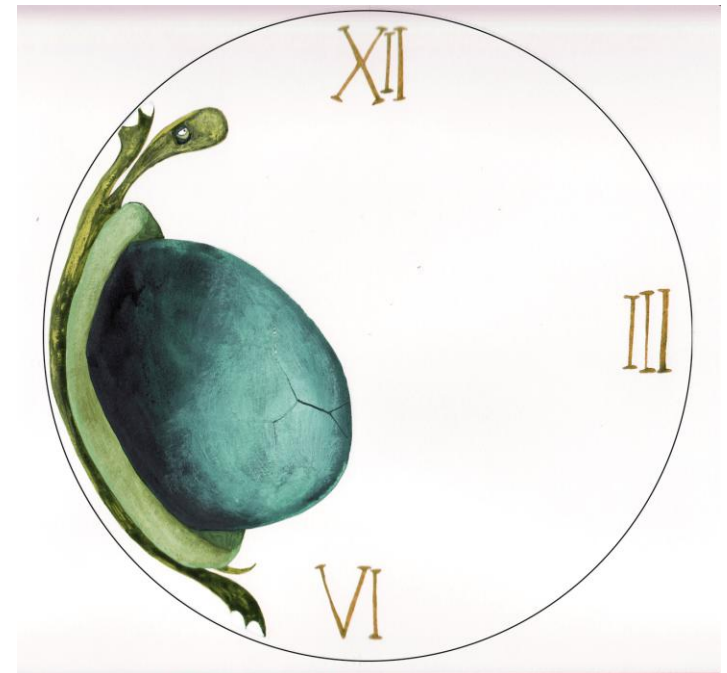
**1) Prendre son temps,
faire des pauses :
un besoin vital**

La plupart des Européens aiment prendre leur temps

« J'aime prendre mon temps pour faire les choses »

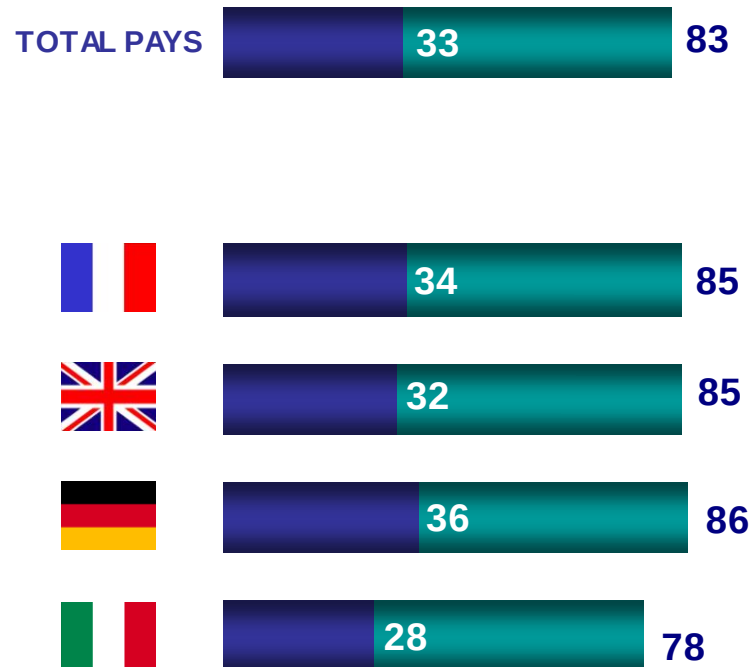


■ Tout à fait d'accord
■ Total d'accord



La plupart ont aussi besoin de moments de pause totale

« J'aime avoir des moments où je ne fais rien du tout »



■ Tout à fait d'accord
■ Total d'accord

[Source : Observatoire des Bien-Être(s), Ipsos, 2009]

Basis = Individus âgés de 16 à 64 ans



**2) Ralentir : une aspiration
largement partagée**

Les Européens aimeraient pouvoir se reposer davantage

« J'aimerais avoir plus de temps pour me reposer (dormir, me détendre, ne rien faire...) »



■ Tout à fait d'accord

■ Total d'accord

La plupart des Européens expriment aujourd'hui le besoin de ralentir leur rythme de vie, surtout en Italie

« J'ai besoin d'aller moins vite, de ralentir mon rythme de vie »



■ Tout à fait d'accord

■ Total d'accord



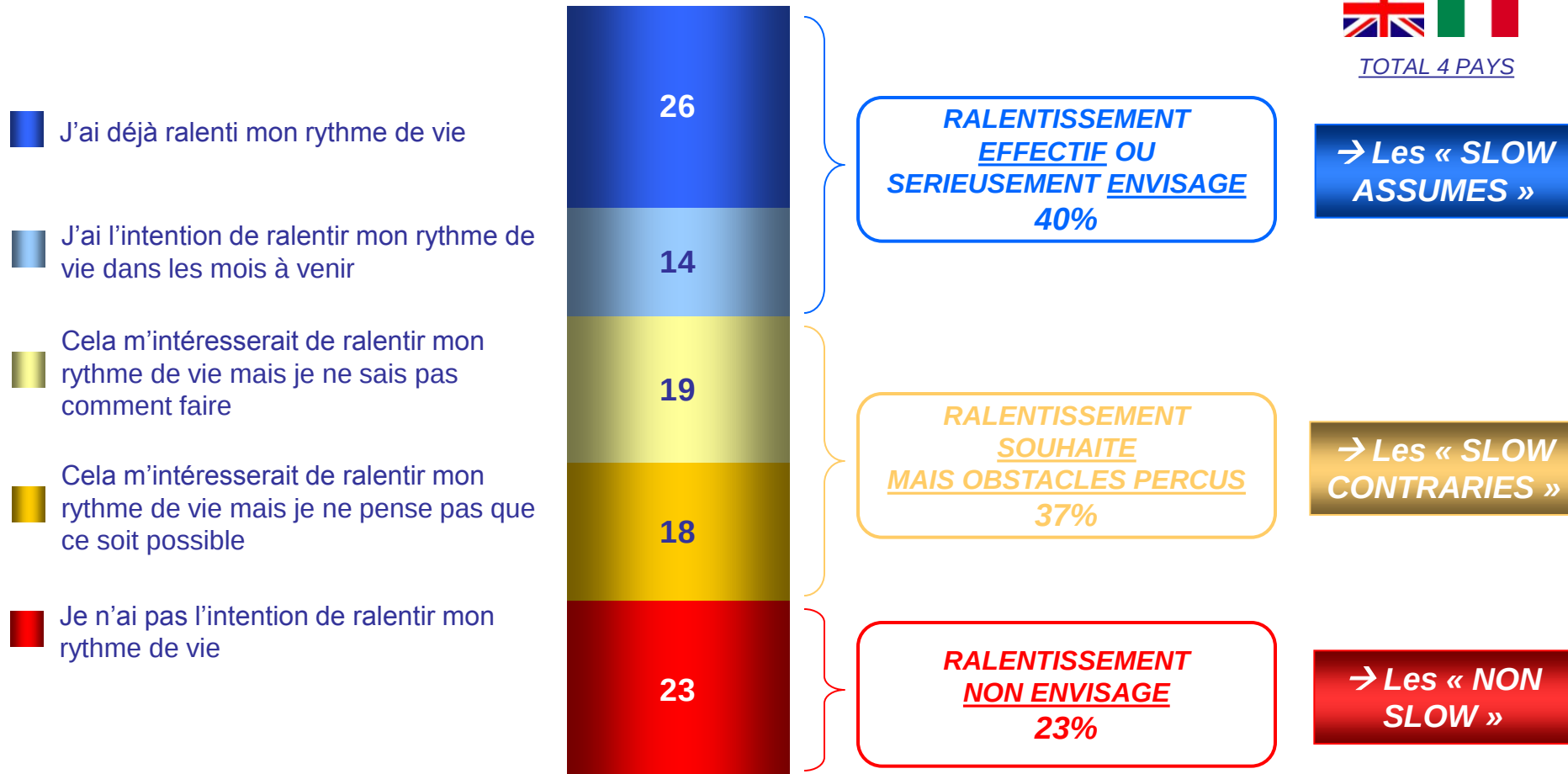


3) La typologie « Slow »

Q2. Laquelle de ces propositions se rapproche le plus de votre opinion personnelle ?

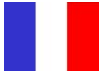


TOTAL 4 PAYS



« Quand je ralentis, j'ai mauvaise conscience »

TOTAL PAYS  41

  41

  38

  40

  44

 Tout à fait d'accord

 Total d'accord



indégivrables.com

Xavier Gonce



**4) Les bénéfices d'un
mode de vie plus
« slow »**

Ralentir permet avant tout de mieux profiter de la vie et de se sentir mieux

Q6. Si vous pouviez ralentir votre rythme de vie, qu'est-ce que cela vous permettrait d'améliorer dans votre vie, selon vous, parmi les choses suivantes ?



TOTAL 4 PAYS



Au moins un bénéfice : 93%

Les principaux bénéfices du ralentissement sont les mêmes dans tous les pays

Q6. Si vous pouviez ralentir votre rythme de vie, qu'est-ce que cela vous permettrait d'améliorer dans votre vie, selon vous, parmi les choses suivantes ?

TOP 3

TOTAL
4 PAYS



De plus profiter de la vie	66	69	60	64	70
D'améliorer votre qualité de vie	55	57	49	58	58
De vous sentir mieux dans votre vie, d'être moins stressé(e)	54	57	51	55	53
D'améliorer votre santé	49	46	47	56	47
D'améliorer vos relations avec les autres	37	37	33	36	41
De mieux vous concentrer sur ce que vous faites	36	31	39	37	37
De mieux réfléchir	32	30	35	26	35
D'améliorer votre alimentation	30	28	31	33	29
D'être plus efficace	29	32	28	23	31
De faire moins d'erreurs	27	27	27	25	29
De mieux travailler	25	24	23	18	33

3. Les territoires du « Slow »





**1) Le besoin de ralentir
n'est pas général, mais
ciblé sur certaines activités**

Le besoin de ralentir est loin de concerner l'ensemble des activités du quotidien

Q3. Pensez maintenant aux différentes activités que vous pratiquez dans votre vie. Selon vous, quelle est la part de vos activités concernée par chacune des propositions suivantes ?

« Vous avez l'impression de faire les choses trop vite »

« Vous avez l'impression de faire les choses au bon rythme, au rythme approprié »



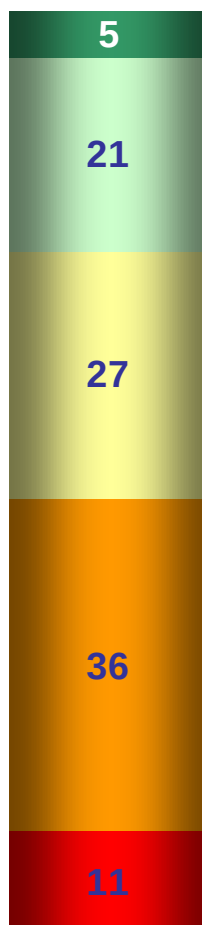
■ Dans toutes vos activités ou presque

■ Dans la plupart des activités

■ Dans environ la moitié de vos activités

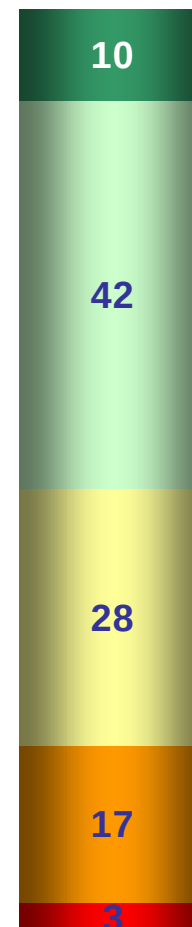
■ Dans une petite partie de vos activités

■ Dans aucune de vos activités



UNE MAJORITE D'ACTIVITES
26%

UNE MINORITE D'ACTIVITES
47%



UNE MAJORITE D'ACTIVITES
52%

UNE MINORITE D'ACTIVITES
20%

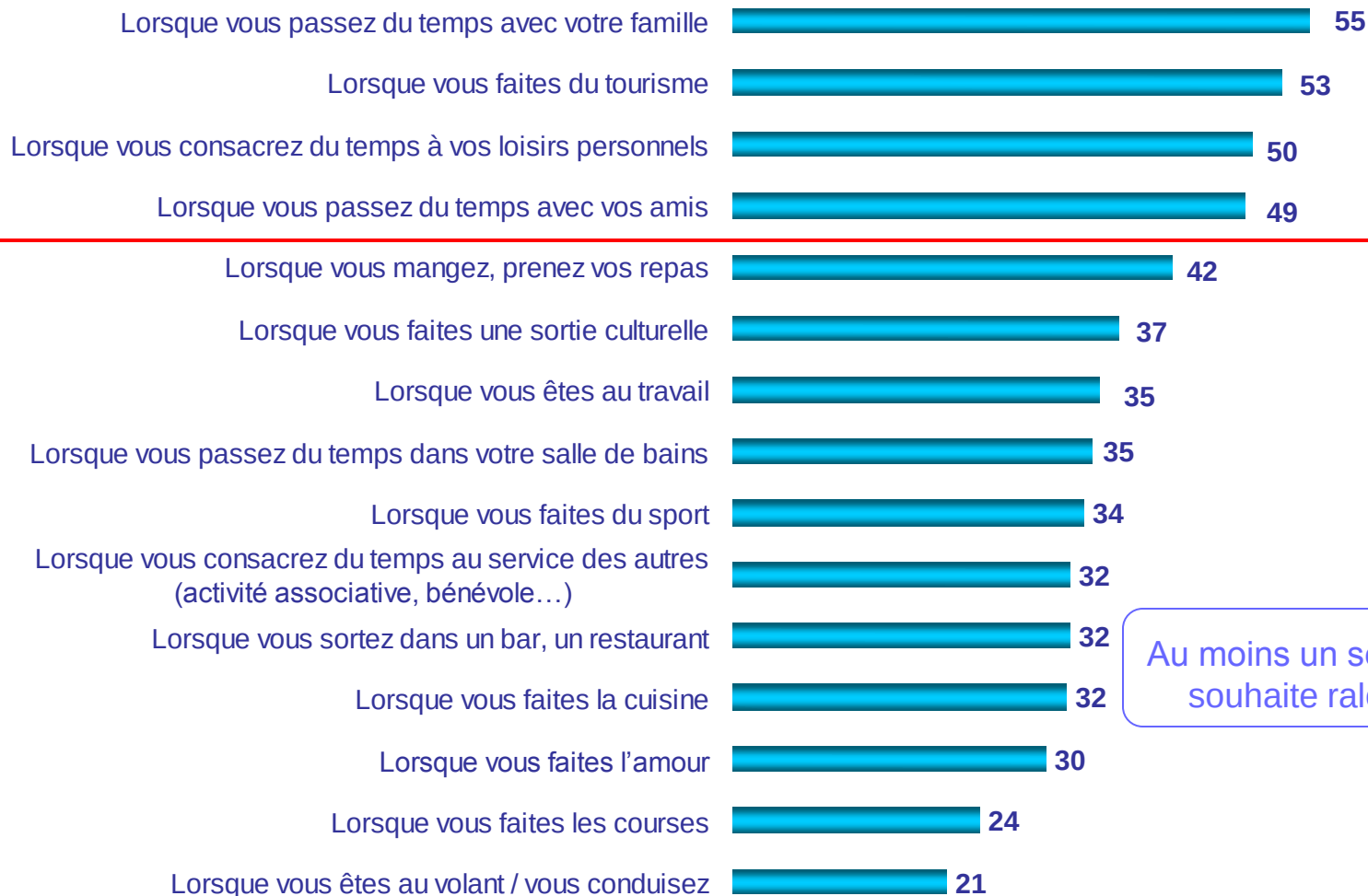


**2) Les domaines
prioritaires de la quête de
ralentissement**

Les 3 domaines clés dans lesquels ils voudraient le plus ralentir sont les relations avec leurs proches, le tourisme et les loisirs

Q4. Voici maintenant différents domaines de la vie courante. Pour chacun d'entre eux, veuillez indiquer ceux pour lesquels vous aimeriez ralentir, prendre plus votre temps, et ceux pour lesquels la situation actuelle vous convient.

Domaines dans lesquels ils aimeraient ralentir, prendre plus leur temps



Au moins un secteur où l'on souhaite ralentir : 87%