

Jalon 51

Prendre son temps et s'impliquer pour sa communauté est devenu une **norme bien ancrée** dans les habitudes de vie, de travail et de loisirs

Pourquoi ce jalon ?

- Depuis l'après-Seconde Guerre mondiale, Steffen, Crutzen *et al.* parlent de notre ère comme de « la grande accélération ». La transition socio-écologique prend place dans une époque d'hypermobilité et d'hyperconnexion, où l'accélération des développements technologiques est corrélée à une augmentation de l'exploitation du vivant, de la production de déchets et de pollution, et à la déconnexion croissante entre les humains et leur territoire physique. Cette accélération perpétuelle a un impact sur nos modes de vie, nos rythmes sociaux et sur la santé publique (ex. recrudescence de dépressions et *burn-out*). Selon le sociologue Hartmut Rosa, « comme nos conditions de vie changent trop vite, il devient impossible de développer quelque chose comme une identité individuelle stable ou un projet de vie ».
- En plus de faciliter certaines étapes du chemin proposé, notamment en termes de mobilité (jalons 55 et 60), le ralentissement des modes de vie a aussi une vocation plus transversale : il permet de renforcer notre résilience individuelle et collective en nous laissant le temps d'absorber les nombreux changements inhérents à une période de transition, et d'y prendre part activement. Pour Hartmut Rosa, « Plus le monde est complexe et rapide, plus nous avons besoin de temps pour prendre des décisions démocratiques. »
- On pourrait aussi imaginer que ce ralentissement libère du temps pour que chacun et chacune s'implique dans sa communauté. Ce changement culturel n'est pas uniquement lié à notre rapport au temps : il suppose qu'une majorité de personnes et d'organisations juge prioritaire de contribuer activement à prendre soin des personnes ou des milieux naturels vulnérables qui les entourent. Dans la trajectoire proposée, l'engagement communautaire permettra notamment de renforcer nos liens sociaux et notre capacité d'accueil des migrants et migrantes climatiques (jalon 62). Le passage à l'échelle de l'économie sociale et des communs (jalon 65) nécessite aussi une implication active des membres de la communauté concernés.

Niveau d'avancement

Mauvaise direction	On est au point mort	On se prépare	On est en route	On est bien avancés	Jalon atteint
---------------------------	----------------------	---------------	-----------------	---------------------	---------------

Qui doit être mobilisé ?



Entreprises et organisations publiques :
en tant qu'employeurs



Institutions d'éducation et de recherche



Individus



Gouvernements provincial et fédéral :
notamment ministère de l'Éducation, MÉI, MTESS



Société civile : artistes, médias, organisations citoyennes

Comment pourrait-on s'y rendre?

- Réaménager les territoires et **réinventer des villes organisées autour du temps long** : modèle des *slow cities*, modèle de la « ville analogique » et politiques de chrono-urbanisme pour développer un nouveau rapport à l'espace et au temps.
- **Réduire et mieux partager le temps de travail**. Une politique de partage du travail pourrait être envisagée : un bon volume de temps de travail (ex. semaine à 4 jours, temps partiel, rythmes de travail flexibles) permettrait à toute personne en âge de travailler d'accéder à l'emploi et favoriserait un meilleur équilibre entre la vie professionnelle, personnelle et citoyenne. Il faut toutefois s'assurer de l'équité de cette mesure, afin de s'assurer que ce ne soit pas un privilège réservé aux emplois bien rémunérés.
- **Créer un imaginaire positif autour du ralentissement et de l'engagement communautaire, et déconstruire les bénéfices de l'accélération de notre société** afin de transformer en profondeur notre relation à ce qui constitue une « bonne vie » (ex. mettre en lumière les impacts négatifs de l'hyperactivité professionnelle, valoriser l'implication citoyenne au même titre que la contribution par le travail, etc.). Ce changement de norme sociale pourrait **s'appuyer sur l'art, la culture, les médias et des influenceurs de divers milieux** (ex. séries télévisées, figures emblématiques, discours politiques, etc.), l'éducation (jalons 5 et 9) ou des approches de **récits** comme celle de Solon et de la Chaire en transition écologique¹.
- La trajectoire propose aussi de lier les stratégies de mobilisation liées à ce jalon et celles visant un autre changement de norme sociale : la désirabilité de la sobriété et du partage (jalon 46). Ces deux jalons arrivent d'ailleurs de manière simultanée dans la trajectoire, car :
 - Le partage et l'engagement dans sa communauté font appel aux mêmes valeurs
 - En nous affranchissant d'un désir d'accumulation matérielle, cela nous amène à être plus sobres dans notre consommation, ce qui permettrait à une bonne partie de la population de réduire leurs revenus et donc leur temps de travail.
- **Instaurer un revenu minimum universel** sous forme de revenu de transition écologique pour favoriser l'implication dans sa communauté. L'économiste Sophie Swaton s'écarte du modèle de revenu monétaire individuel et inconditionnel et propose un revenu de transition écologique s'appuyant sur trois éléments :
 - ce revenu est un soutien direct à l'exercice d'une activité écologique ou sociale compatible avec les limites planétaires;
 - il peut être complété par un accompagnement sur mesure pour les porteurs de projets;
 - il mène à l'adhésion à une structure démocratique, ce qui favorise le sentiment d'appartenance et facilite la mutualisation des projets.
- À l'échelle individuelle, favoriser le ralentissement dans toutes les sphères de la vie :
 - Droit à la déconnexion et usage réduit des technologies (voir défi numérique)
 - Prendre son temps pour s'alimenter (voir défi alimentaire)
 - Valoriser les divertissements lents et les voyages longs (*slow travel*, tourisme lent)
- Multiplier les opportunités de rencontre entre personnes pour renforcer l'intérêt à s'impliquer dans sa communauté (jalons 6 et 13).
- Favoriser l'engagement bénévole de la part des employeurs : ex. de la plateforme Vendredi, qui permet aux entreprises de libérer un jour par semaine à leurs salariés pour un engagement associatif.
- Créer des mesures coercitives pour les offres de type *fast-food*, *fast fashion*.

Qu'est-ce qui peut faciliter ce changement ?

- Pour plusieurs personnes, la pandémie et le télétravail ont changé le rapport au temps en induisant une plus grande flexibilité d'horaire.
- S'accrocher à des revendications connexes de la société civile, comme la perte de sens au travail, la recherche de quête de soi ainsi que la préservation de la santé psychique et mentale (épuisement professionnel).
- Avec le vieillissement de la population, une partie plus importante de la population pourrait être disponible pour s'impliquer dans la vie communautaire. Certaines personnes migrantes ont une culture d'implication sociale forte, qui pourrait être valorisée (jalon 8).
- La pénurie de main-d'œuvre peut donner aux employés un levier pour négocier une réduction de leur temps de travail rémunéré ou des semaines aménagées pour s'impliquer socialement. De plus en plus de personnes salariées réclament des semaines de travail à quatre jours (28 heures), par exemple.

Qu'est-ce qui peut freiner sa mise en œuvre ?

- La pénurie de main-d'œuvre peut aussi représenter un frein important au ralentissement et à l'implication sociale de la population active, puisque la charge de travail est plus importante sur les épaules des travailleurs et travailleuses disponibles.
- Ces changements de normes sociales sont complexes à mettre en place et totalement à contre-courant de notre société actuelle, qui prône l'hyperactivité professionnelle. L'idée que « plus nous travaillons, plus nous sommes de "bon-ne-s citoyen-ne-s", car nous contribuons à l'essor économique », est solidement ancré dans les imaginaires¹.

Qu'est-ce qu'il reste à éclaircir ?

- Peut-on faire converger progrès technologique et ralentissement général ?

Sources et références

1. Solon et Chaire de recherche sur la transition écologique (2022) [Récits collectifs de la transition sociale et écologique : voir la fiche sur la réorganisation du travail](#)

Autres ressources :

[Hartmut Rosa : le défi d'une sociologie de la vie bonne](#)

[Interview de Dominique Meda par le journal Le Monde - 2016/11/07](#)

[Quels effets de l'accélération des rythmes sociaux? – Forum des vies mobiles](#)

[Marc-Olivier Padis \(novembre 2019\) Au rythme de la métropole. Mieux vivre dans la ville dense. Terra Nova et Institut Paris Région. 30](#)

[Réseau des Slow Cities – Cittaslow](#)