



**HAL**  
open science

# Le confinement et ses effets sur le quotidien

Lise Bourdeau-Lepage

► **To cite this version:**

Lise Bourdeau-Lepage. Le confinement et ses effets sur le quotidien : Premiers résultats bruts des 1e et 2e semaines de confinement en France. 2020. halshs-02650456

**HAL Id: halshs-02650456**

**<https://shs.hal.science/halshs-02650456>**

Preprint submitted on 29 May 2020

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



# LE CONFINEMENT ET SES EFFETS SUR LE QUOTIDIEN

---

**Premiers résultats bruts des 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> semaines  
de confinement en France**

**Enquête élaborée et menée du 23/03 au 07/04/2020  
par Lise Bourdeau-Lepage**

## À l'origine du projet, une observation

Le projet est né :

- ✓ d'une observation : le **déplacement de la vie** des espaces publics/collectifs à **l'espace du foyer** car il est vrai que les logements n'ont jamais aussi vivants et occupés,
- ✓ d'une envie : se rendre utile face à cette crise sanitaire et **donner la parole aux personnes** sur ce qu'ils vivaient.

Ayant comme sujet de recherche **le bien-être des personnes** depuis une dizaine d'année, c'est tout naturellement que Lise Bourdeau-Lepage a décidé de s'intéresser à ce que vivent les individus au cours de cette période de distanciation physique<sup>1</sup>. Ne pouvant aller à la rencontre des personnes comme d'habitude, elle a donc élaboré un questionnaire en ligne.

## Un objectif : Appréhender l'impact du confinement sur le bien-être des personnes vivant en France

Cette enquête a pour but de comprendre comment les habitants de France se sont adaptés aux contraintes imposées depuis le confinement lié au coronavirus. Ceci dans le but d'éclairer la décision publique, convaincu que c'est le rôle du chercheur.

Ainsi, l'objectif de cette recherche est d'analyser :

- ✓ les **principaux changements** (les adaptations) qui se sont opéré(e)s dans le quotidien des Français au cours du confinement : rythmes de vie, habitudes de vie (courses, sport), relations sociales, mais aussi :
- ✓ leur **condition de vie** : lieu de vie, situation face à l'emploi, ...

**pour saisir l'impact sur leur bien-être et leur santé** : leurs ressentis au cours du confinement et leur niveau de satisfaction de vie.

## Une équipe en réseau

Le questionnaire a été **conçu** par Lise **BOURDEAU-LEPAGE**, Professeur en géographie à l'Université Jean Moulin - Lyon 3 et chercheuse au sein de l'UMR 5600 Environnement Ville Société du CNRS.

Il est disponible sur Internet à la page : <https://t.co/0Rg19b8ADp?amp=1>

Le projet de recherche « Le confinement et ses effets sur le quotidien » prend place au sein de l'initiative d'un groupe de chercheurs français de disciplines différentes en Sciences Humaines et Sociales : économie, gestion, géographie, sociologie,

aménagements, ... de créer une **consultation francophone sur les impacts sociaux et spatiaux du Covid 19**, intitulée CORTE : <https://codevirusshs.wixsite.com>. Une tribune dans Médiapart : <https://blogs.mediapart.fr/andre-torre/blog/110420/s-engager-face-au-covid-un-devoir-pour-les-sciences-sociales> écrite par André TORRE éclaire la volonté de ce groupe.

Ce projet de recherche s'inscrit dans les travaux de recherche menés au sein de l'atelier 1 de l'UMR EVS, intitulé « Bien-être en ville : nature, santé et inégalités intra-urbaines et interurbaines » : <https://atelier1.hypotheses.org/a-propos> mais aussi dans les axes thématiques de recherche de l'Université Jean Moulin - Lyon 3 Biosanté & société et humanité & urbanité ainsi que ceux du labex IMU.

## Une diffusion de l'enquête à travers différents médias

Le questionnaire intitulé « Le confinement et ses effets sur le quotidien » a été mis en ligne le lundi 23 mars en fin de soirée, soit à la fin de la 1<sup>e</sup> semaine de confinement, *via* le compte *linkedIn* et *twitter* de Lise Bourdeau-Lepage.

Entre le 23 et le 7 avril, il a fait l'objet de :

- ✓ Plusieurs **articles de journaux** : Lyon Capitale (25 mars), 20 minutes Lyon (30 mars), France 3 Auvergne (30 mars), Actu Lyon (1<sup>er</sup> avril), Le Progrès (5 avril), Le Monde (6 avril) dont certains ont été repris par d'autres quotidiens ;
- ✓ Deux **émissions de radio** à l'étranger : Radio Télévision Suisse le 5 avril et NOS et VRT radios belge et néerlandaise, le 4 avril au cours desquelles a été présentée l'enquête à travers des interviews (enregistrées en amont) de Lise Bourdeau-Lepage,
- ✓ Trois interventions à la **télévision** de Lise Bourdeau-Lepage : BFM TV *Bonjour Lyon* (2 avril), FR3 RA *Edition de midi* (3 avril), Arte *La Science déconfinée* (9 avril).

La liste complète de ces différents documents avec pour certains la possibilité de les lire, regarder ou écouter est disponible ici : <https://sites.google.com/site/lisebourdeaulepage/>

---

<sup>1</sup> Nous employons l'expression distanciation physique ou géographique, considérant que le terme distanciation sociale n'est pas approprié. Les relations sociales comme nous le verrons se déploient toujours notamment à travers la proximité virtuelle permise par les technologies de l'information et de la communication (téléphone, radio, Internet, etc...).

Ont également relayé l'enquête sur les réseaux sociaux :

- ✓ Des **institutions** et **sociétés savantes** : l'Université Jean Moulin - Lyon 3, la MSH de Paris-Saclay, la MSH Lyon-Saint Etienne, l'ENS Lyon, CORTE : la Consultation francophone sur les effets spatiaux et sociaux du covid-19, La DREAL Normandie, l'European Regional Science Association, l'Aquae, le Vidal, le CNRS, Pop'Sciences – Université de Lyon ...
- ✓ De nombreux **internauts** via des tweets, des articles, des posts ...

Nous **remercions** ici chaleureusement **tous ceux qui ont aidé à faire connaître l'enquête**. Sans eux, cette étude ne serait pas arrivée à ce stade.

## **Ce que vous trouverez dans ce rapport**

L'objectif de ce document est de **donner à voir les premiers résultats de l'enquête** sur les 2 et 3<sup>e</sup> semaines de confinement.

Seuls des résultats **très généraux** sont donc présentés, le travail de traitement des données récoltées étant toujours en cours et l'analyse débutant tout juste.

Ces résultats sont relatifs aux **9 232 personnes** qui ont répondu au questionnaire au 07 avril à midi, soit **à la fin de la 3<sup>e</sup> semaine de confinement en France**.

Certaines questions de l'enquête ne sont pas traitées car elles n'ont été introduites que le premier jour de la 4<sup>e</sup> semaine de confinement donc en dehors de la période considérée dans le présent document.

## **Pour citer ce document**

Bourdeau-Lepage Lise, 2020, *Le confinement et ses effets sur le quotidien, Premiers résultats bruts des 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines de confinement en France*, Lyon, Consultation CORTE\_Covid19, 28 pages.

## **L'enquête se poursuit**

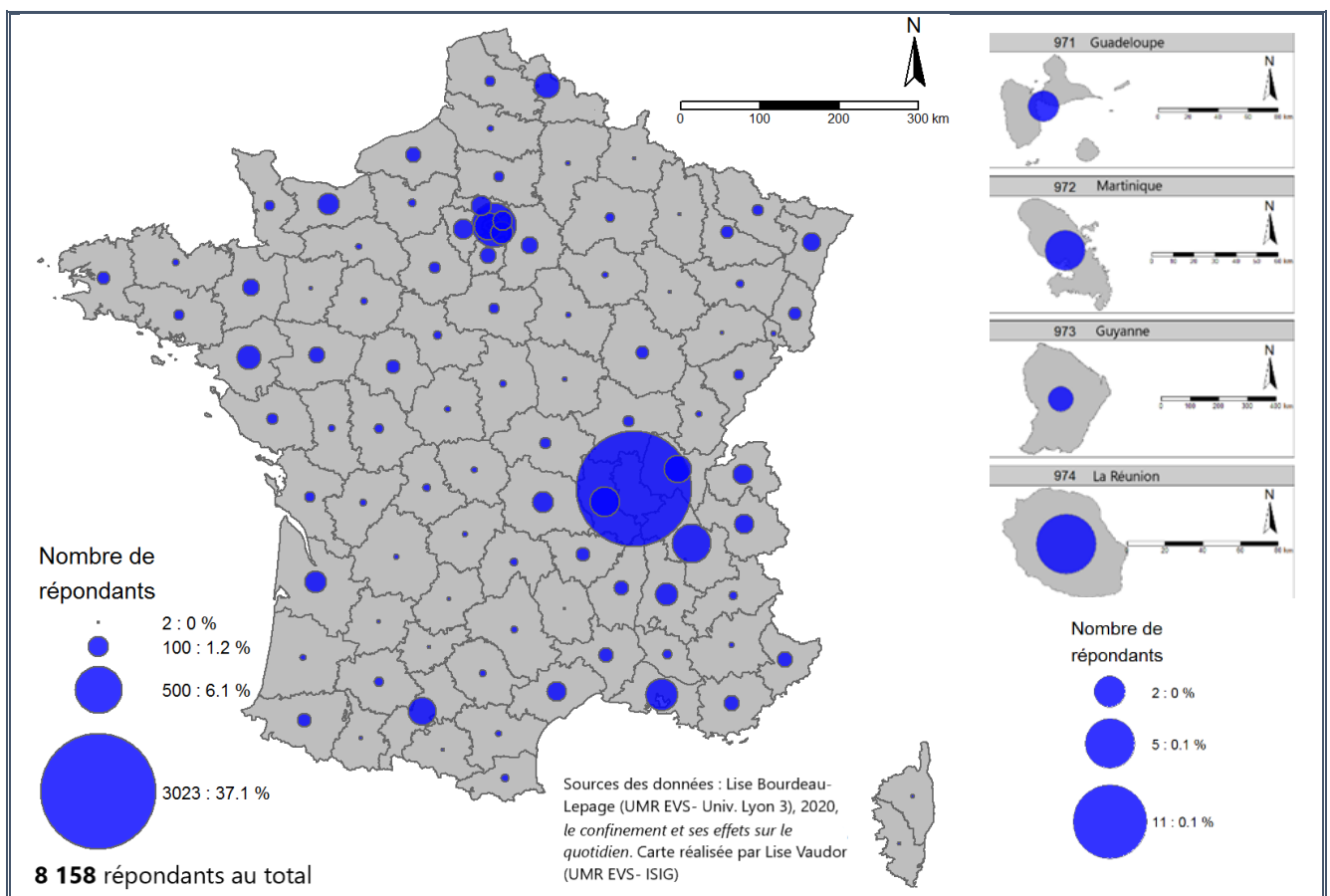
- ✓ **Pour répondre à l'enquête** : <https://t.co/0Rg19b8ADp?amp=1>
- ✓ **Pour écrire à Lise Bourdeau-Lepage** : [lblepage@gmail.com](mailto:lblepage@gmail.com)
- ✓ **Pour suivre les actualités** liées à l'enquête **sur les réseaux sociaux** (Twitter et LinkedIn, Facebook) : @lblepage, @CORTE\_covid19, @UJML, @ERSA, @liseBourdeau-Lepage
- ✓ **Pour s'informer sur l'enquête et les travaux sur le confinement**  
Site Lise Bourdeau-Lepage : <https://sites.google.com/site/lisebourdeaulepage/>  
Site Corte : [bit.ly/3dYdqb3](http://bit.ly/3dYdqb3)

# I - Qui a répondu au questionnaire diffusé sur internet ?

**9 232 personnes** avaient répondu au questionnaire au mardi 07 avril à 12h. Après nettoyage de la base constituée de ces 9 232 questionnaires, **8 158 questionnaires** se sont avérés **complets et exploitables**. Ainsi, les résultats présentés ici concernent 8 158 questionnaires (sur les 9 232 récoltés).

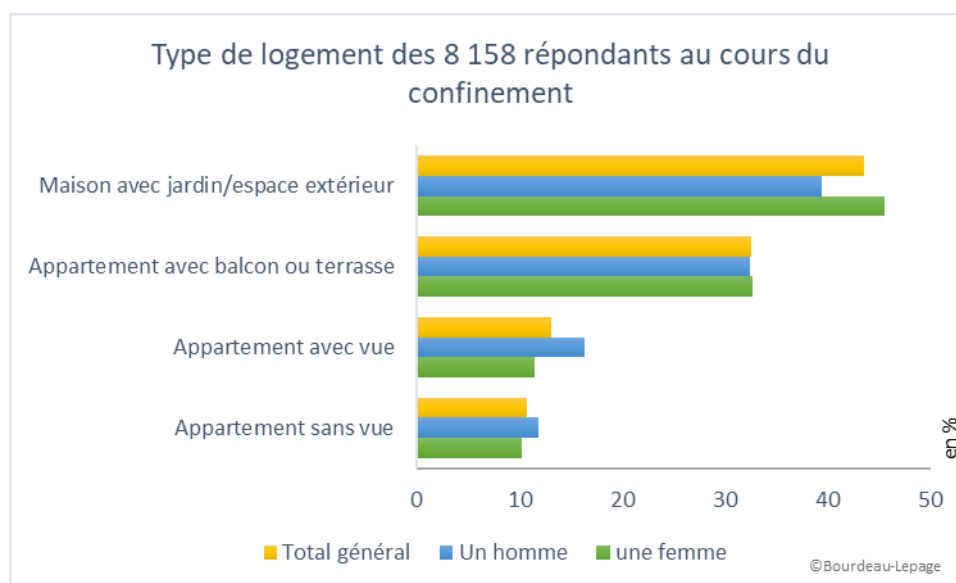
- ✓ Des **habitants de tous les départements de France** ont répondu à l'enquête, à l'exception de ceux de Mayotte.

Carte des 8 158 personnes ayant répondu à l'enquête entre le 23 mars et le 7 avril 2020



On note une très grande participation des **Rhôneanien(ne)s** (37% des répondants), suivis des **Parisien(ne)s** (5,6%), des **Isérois(es)** (4,2%) et des **Bucchorhodaniens** (3%). Les **Ligérien(ne)s** (2,6%), les **Haut-Garonnais(es)** (2,3%), les **Alto-Séquanais(es)** (2,2%) ou les **Aindinois(es)** (2,2%) ainsi que des **Nordistes** (1,9%)... ont également bien participé à l'enquête.

✓ Une majorité de personnes disposant d'un **espace extérieur**



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

✓ **Des personnes vivant le confinement dans leur logement habituel**

Seulement 11% des personnes ayant répondu à l'enquête ne sont pas dans leur logement habituel depuis le confinement.

✓ **Des personnes vivant en couple au cours du confinement**

Une **majorité des répondants vivent en couple** (53%) au cours du confinement. Seulement 36% vivent avec au moins un enfant dans leur foyer. Ce qui fait que **64% des répondant n'ont pas d'enfants** dans leur foyer **au cours du confinement**.

✓ **Des femmes en grande majorité**

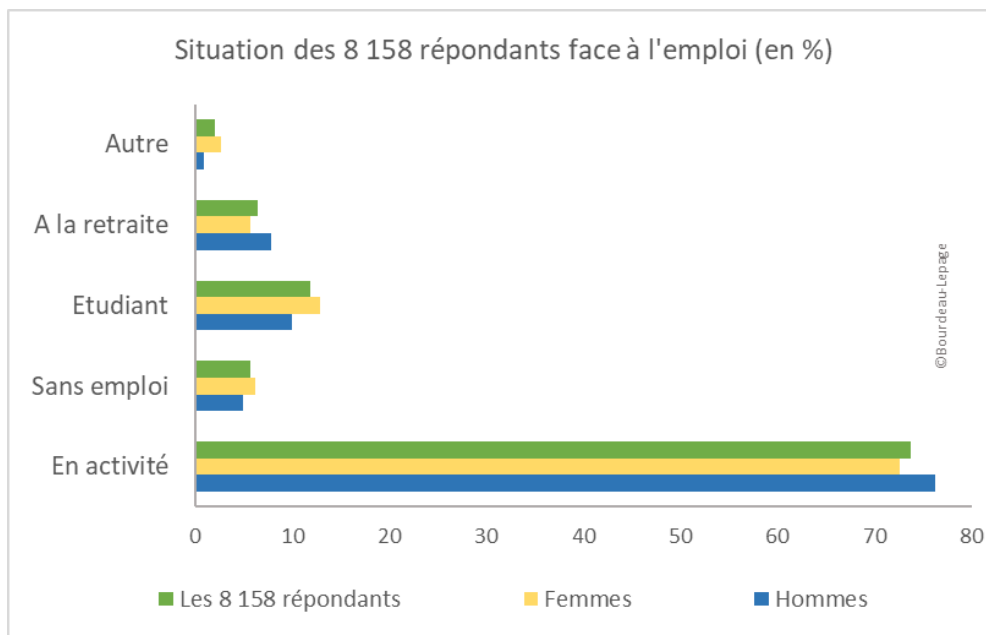
Plus des **deux tiers** des personnes ayant répondu à l'enquête sont des **femmes**. Les 30-49 ans sont les personnes les plus nombreuses à avoir répondu au questionnaire<sup>2</sup>.

✓ **Des personnes en activité**

**74% des personnes** ayant répondu à l'enquête sont **en activité**, 12% sont étudiants, 6% sont sans emploi et 6% à la retraite.

---

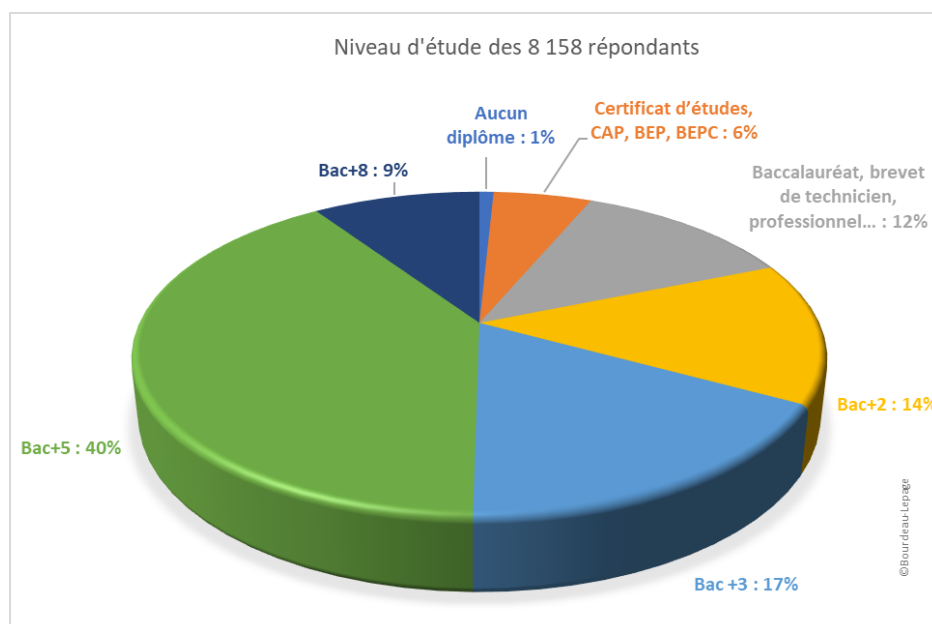
<sup>2</sup> Nous avons eu un problème technique avec cette question, le menu déroulant ne permettait pas par moment de changer l'année 2020.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

### ✓ Des personnes diplômées

49% ont au minimum un **bac + 5** et moins d'un tiers ont au moins un **bac+2**.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

### ✓ Des personnes actives en télétravail

Seulement 15% des personnes en activité, ayant répondu à l'enquête, se rendent sur leur lieu de travail durant le confinement.

Près de **70% des personnes en activité sont en télétravail** au cours du confinement.

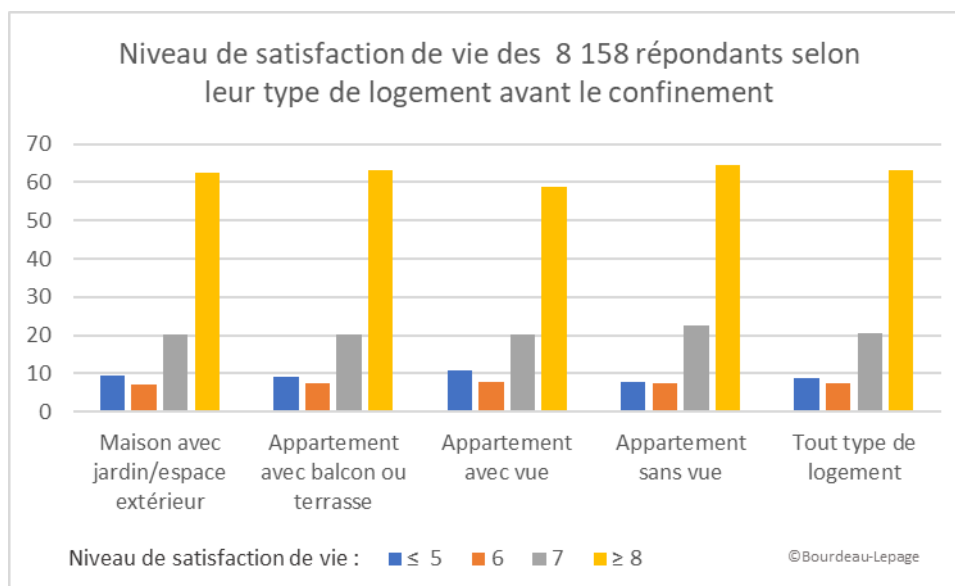


## II- QUELS EFFETS DU CONFINEMENT SUR LE BIEN-ETRE DECLARE DES PERSONNES ?

- ✓ **Le niveau de satisfaction de vie des répondants a nettement diminué depuis le confinement**

La question posée était la suivante : « Sur une échelle de 1 à 10, où 1 signifie totalement insatisfait et 10 totalement satisfait, dans l'ensemble, étiez-vous satisfait(e) de la vie que vous meniez, avant le confinement ? »

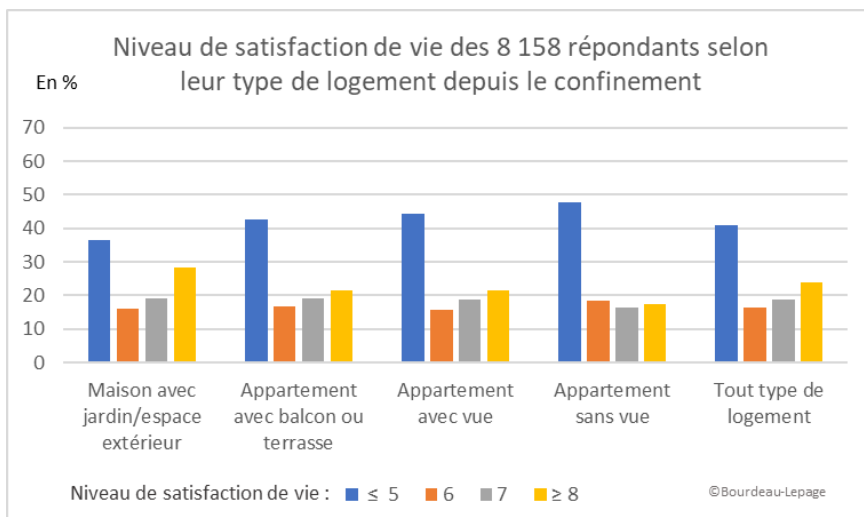
- Avant le confinement, sur une échelle de 1 à 10 :
  - 1) **84% des personnes déclaraient avoir un niveau de satisfaction de vie égal ou supérieur à 7 et**
  - 2) **près des 2 tiers déclaraient un niveau de satisfaction de 8, 9 ou 10.**



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- **Depuis le confinement, ils ne sont :**
  - 1) **plus que 42,7% à déclarer un niveau de satisfaction de vie égal ou supérieur à 7 et**
  - 2) **moins d'un quart à déclarer un niveau de satisfaction de 8, 9 ou 10.**

Remarquons également que **41% déclarent un niveau de satisfaction de vie inférieur ou égal à 5** au cours du confinement alors qu'ils étaient moins de **9% avant le confinement**.



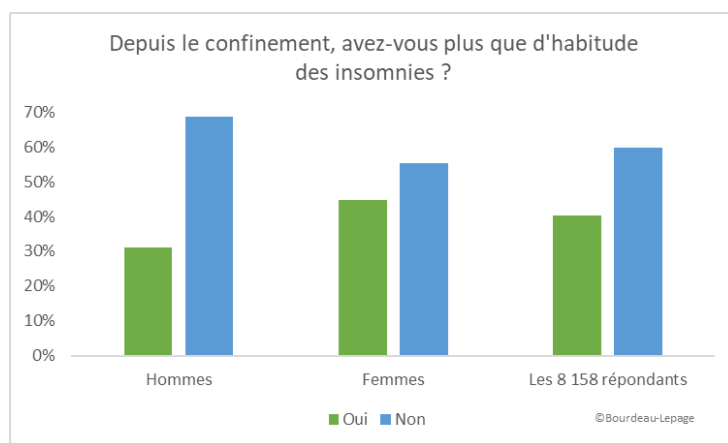
Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines

- Des **différences notables** existent entre les répondants en fonction du **type de logement** dans lequel ils vivent pendant le confinement.

Les personnes logées dans une maison avec jardin ou un espace extérieur sont celles dont la proportion est la plus importante à être satisfaites de leur vie, suivies par celles habitant un appartement avec balcon ou terrasse. Les personnes vivant dans un **logement sans vue** sont celles qui présentent une proportion plus importante de personnes déclarant un niveau de **satisfaction de vie inférieur ou égal à 5**.

- ✓ Des **insomnies plus fréquentes** que d'habitude

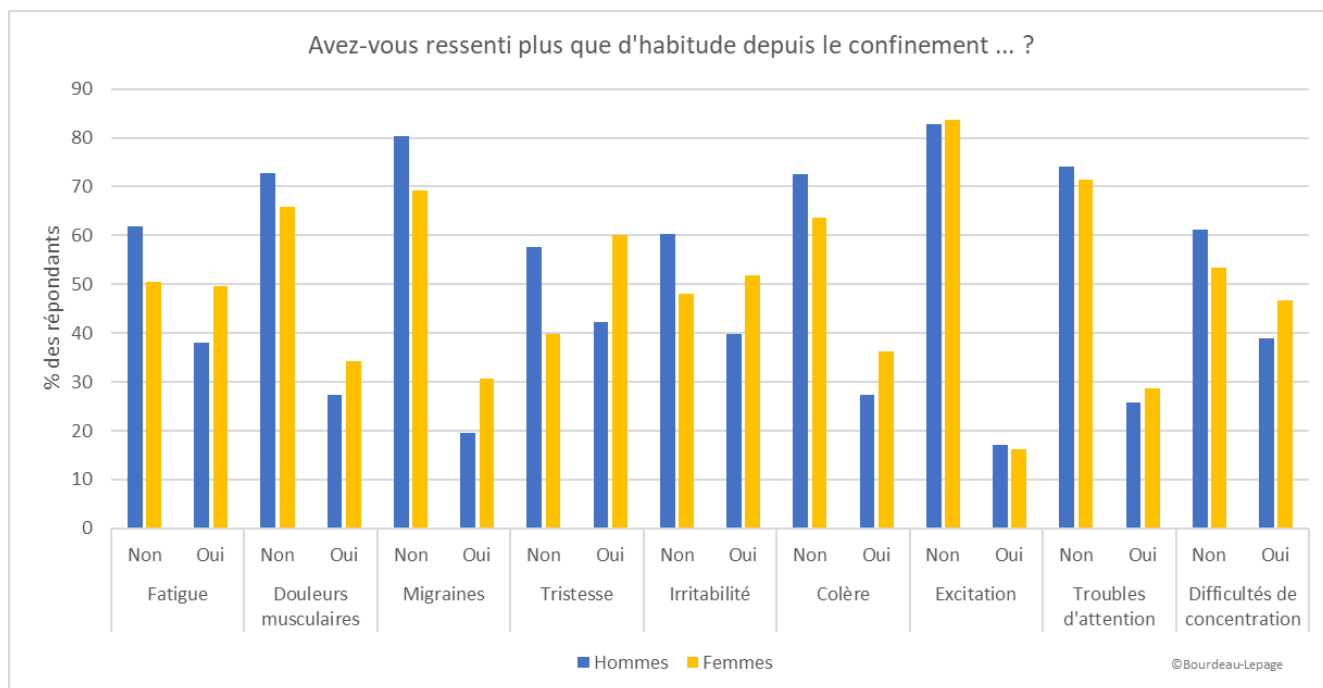
45% des femmes sont plus touchées par les insomnies que d'habitude contre 31% des hommes.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- ✓ Les personnes éprouvent **plus** que d'habitude de la **tristesse** et de l'**irritabilité**
  - **42% des hommes** et **60% des femmes** ressentent plus de **tristesse** que d'habitude depuis le confinement.

- **40% des hommes et 52% des femmes** se déclarent **plus irritables** que d'habitude.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- ✓ La moitié des femmes disent être **plus fatiguées que d'habitude** contre un peu plus d'un tiers des hommes.

**Les femmes semblent ressentir plus fortement les effets du confinement sur leur santé physique et psychologique.**

- ➔ Pourtant si nous observons les **niveaux de satisfaction de vie déclarés par les femmes au cours du confinement**, aucune différence ne peut être notée avec celui des hommes.

Elles sont 24% (comme les hommes) et 19% (plus que les hommes) à déclarer respectivement un niveau de satisfaction de vie égal ou supérieur à 8 et égal à 7. **Elles sont même moins nombreuses que les hommes à avoir un niveau de bien-être déclaré bas.**

	Niveau de satisfaction de vie déclaré au cours du confinement par			Evolution du niveau de satisfaction de vie déclaré depuis le confinement par		
	Hommes	Femmes	Les 8 158 répondants	Hommes	Femmes	Les 8 158 répondants
≤ 5	43%	40%	41%	33%	31%	32%
6	15%	17%	16%	8%	9%	9%
7	17%	19%	19%	-3%	-1%	-2%
≥ 8	24%	24%	24%	-38%	-40%	-39%
<b>Total</b>	100%	100%	100%	100%	100%	100%

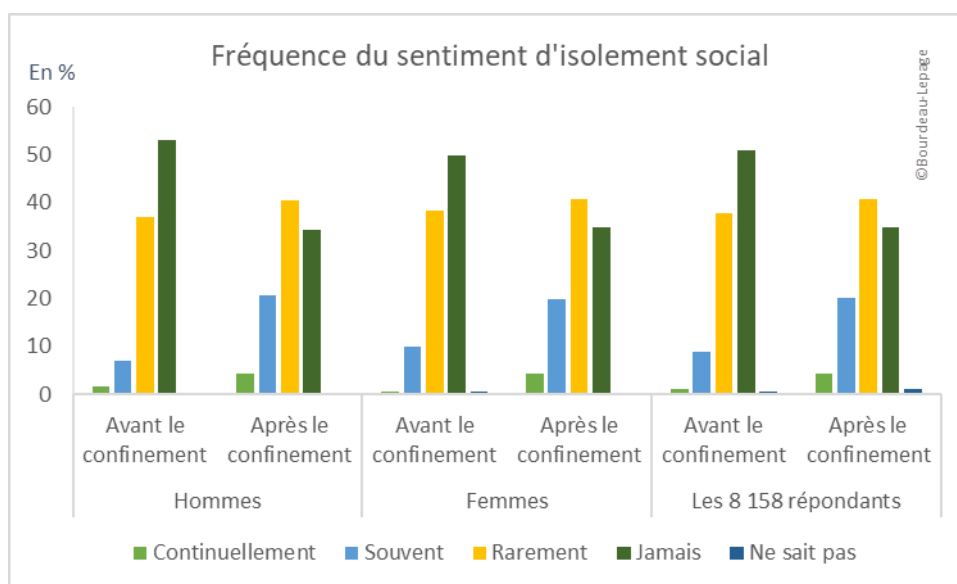
Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

Nous aurions pu penser que l'évolution de leur niveau de bien-être déclaré aurait été plus négative que celle des hommes mais il n'en est rien.

**On peut alors se demander si les femmes n'adaptent pas plus que les hommes leur niveau de satisfaction de vie à leur possible.** Une question dont la réponse ne coule pas de source.

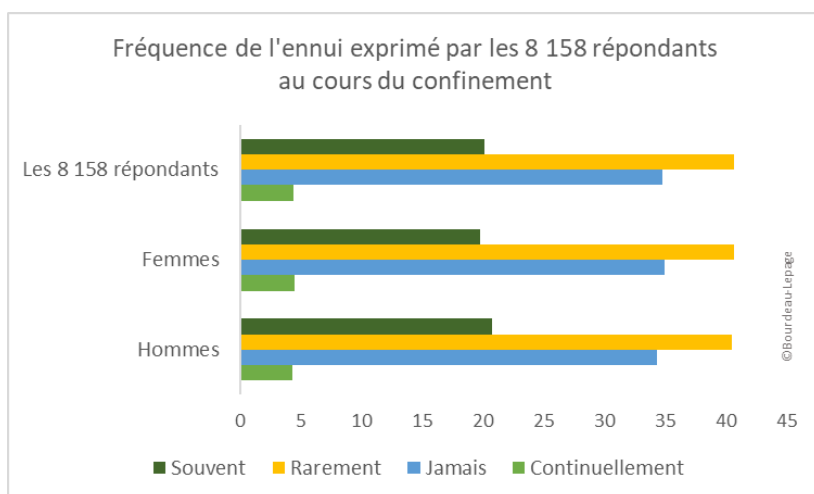
- ✓ Un **sentiment d'isolement social** touchant **davantage** de personnes depuis le confinement

Plus de **la moitié des personnes** ne se **déclaraient jamais isolées** socialement **avant le confinement**, elles **ne sont plus qu'un peu plus qu'un tiers** depuis le confinement. Depuis le confinement, 20% des personnes déclarent se sentir souvent isolées socialement alors qu'elles n'étaient que 9% avant le confinement.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- ✓ Une majorité de personnes qui ne **s'ennuient que rarement** depuis le confinement



Cependant une **petite frange s'ennuie souvent**. Il n'existe pas de différences entre les hommes et les femmes.

Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

## ✓ Des sujets d'inquiétude pour les répondants

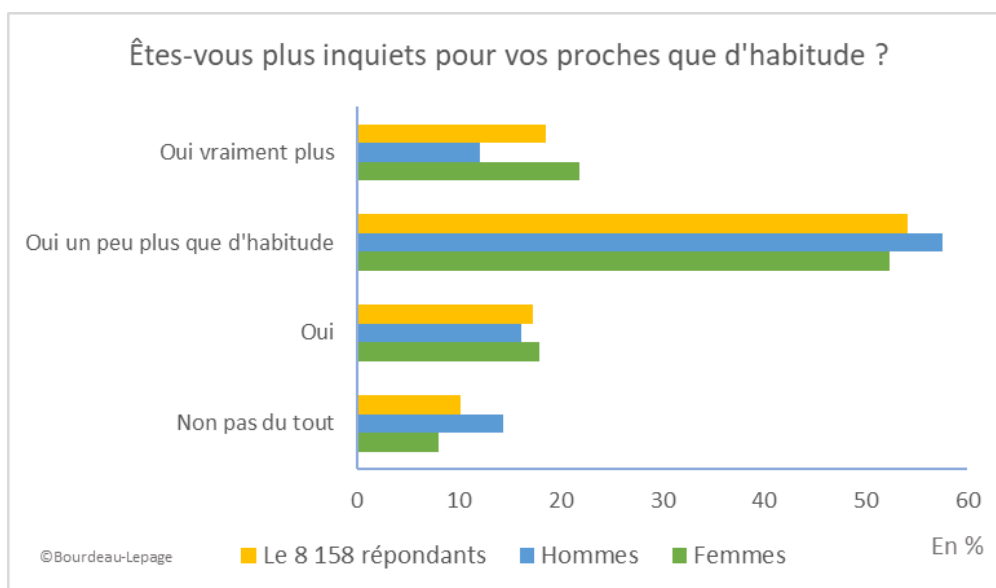
- 30% des personnes en activité ayant répondu à l'enquête sont dans une **situation peu confortable**.



13% ne savent pas si leur **salaire** sera maintenu et **17%** savent qu'il ne sera **pas** maintenu.

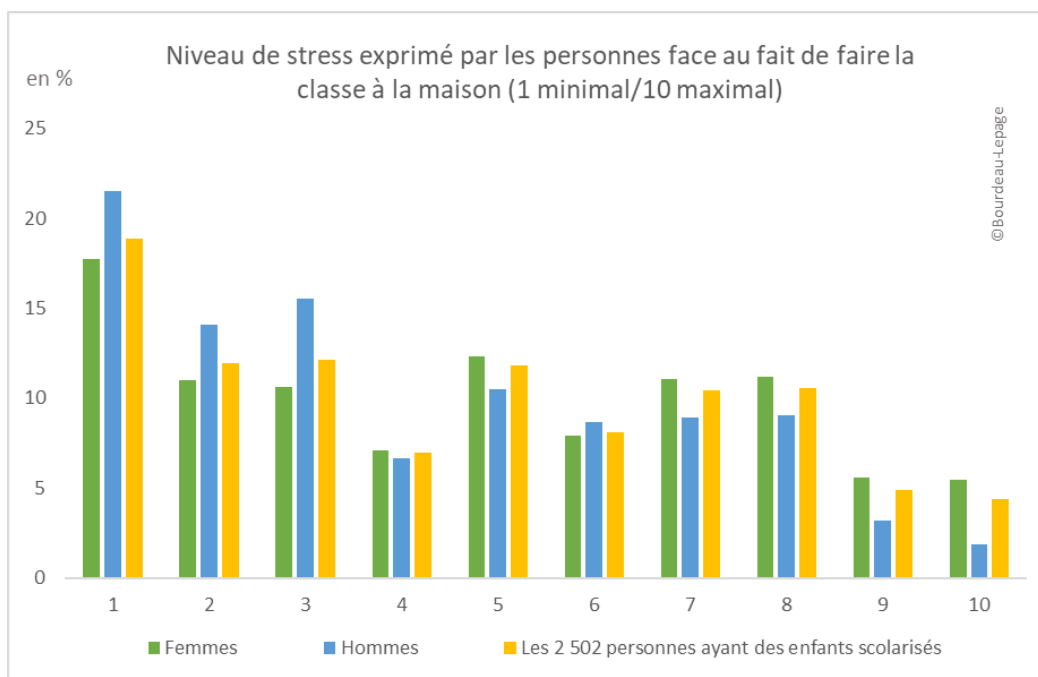
Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête Le confinement et ses effets sur le quotidien, 2e & 3e semaines du confinement.

- **90% des personnes** sont **plus inquiètes** que d'habitude pour leurs proches



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement

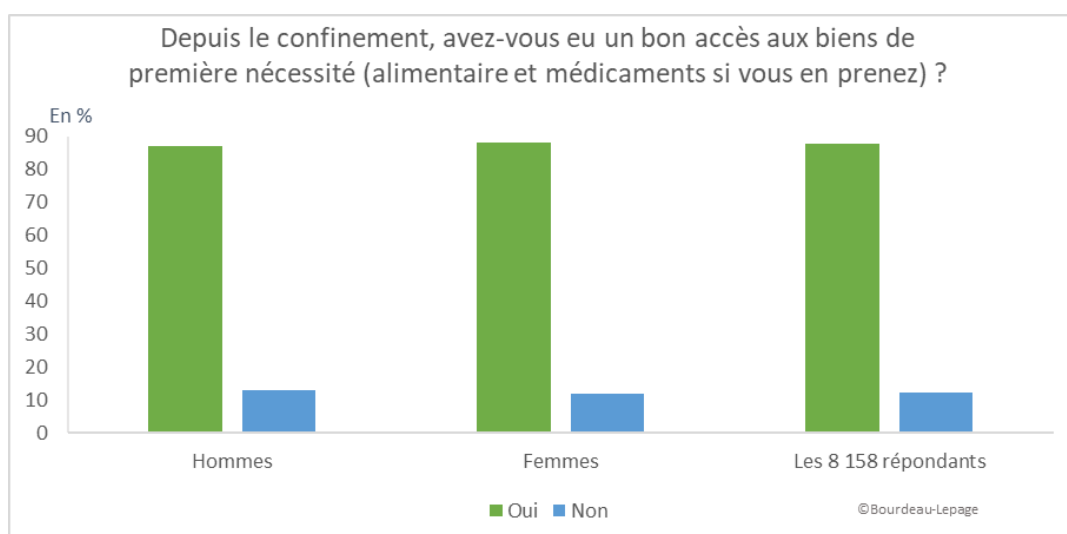
- **Un peu moins d'un tiers des parents expriment un stress important face au fait de faire l'école à la maison et les femmes plus que les hommes.**



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement

En même temps, la **moitié des personnes** ayant des enfants scolarisés déclarent un niveau de **stress faible** (inférieur à 5) face au fait de faire l'école à la maison.

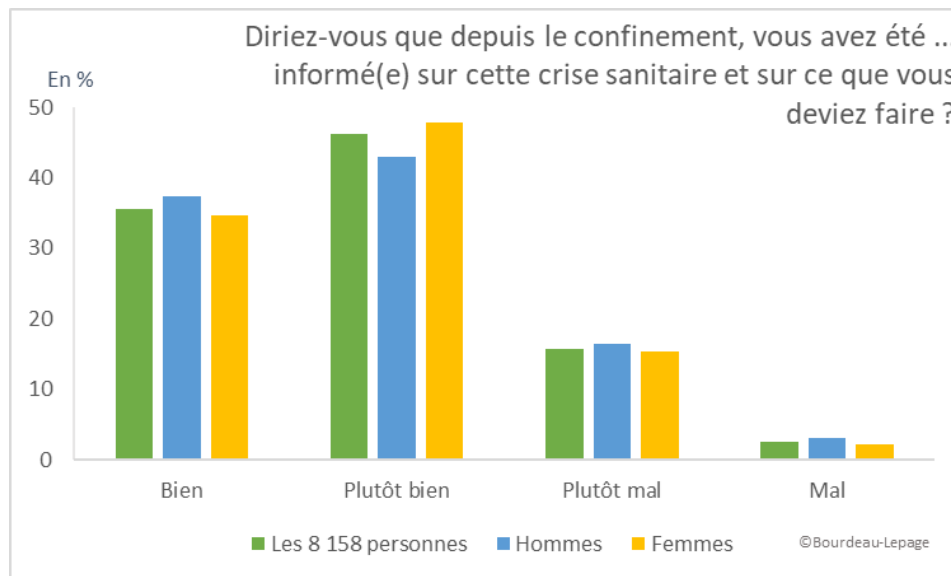
- **L'accès aux biens de première nécessité n'est pas un élément de stress pour les personnes.**



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

**Seuls 12% des répondants ne considèrent pas avoir eu un bon accès aux biens de première nécessité (alimentaire et médicaments) depuis le confinement.**

- Une **large majorité** des répondants considèrent avoir été **bien ou plutôt bien informés** sur la crise sanitaire et sur ce qu'ils devaient faire

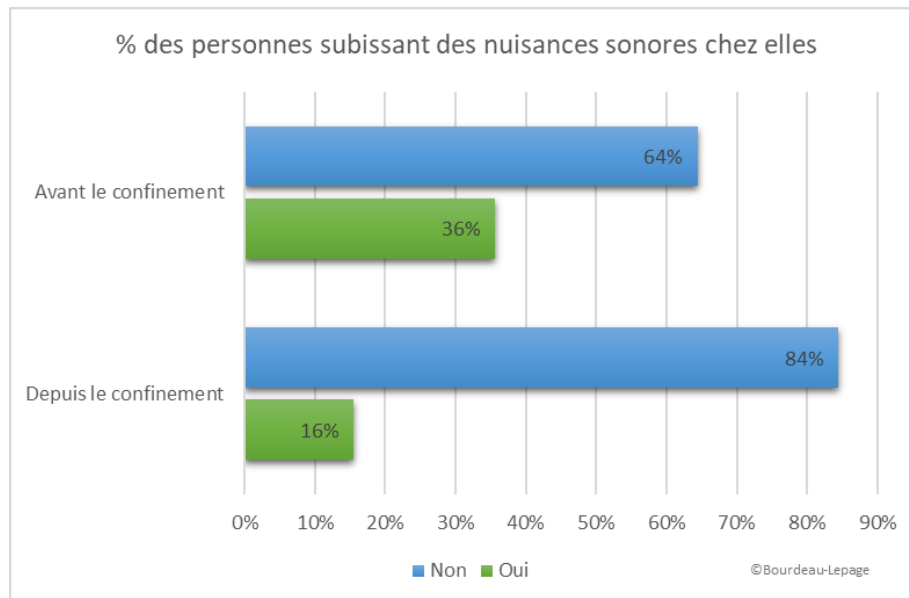


Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

### III- QUELS EFFETS DU CONFINEMENT SUR LE CADRE DE VIE ?

#### ✓ Une diminution des nuisances sonores

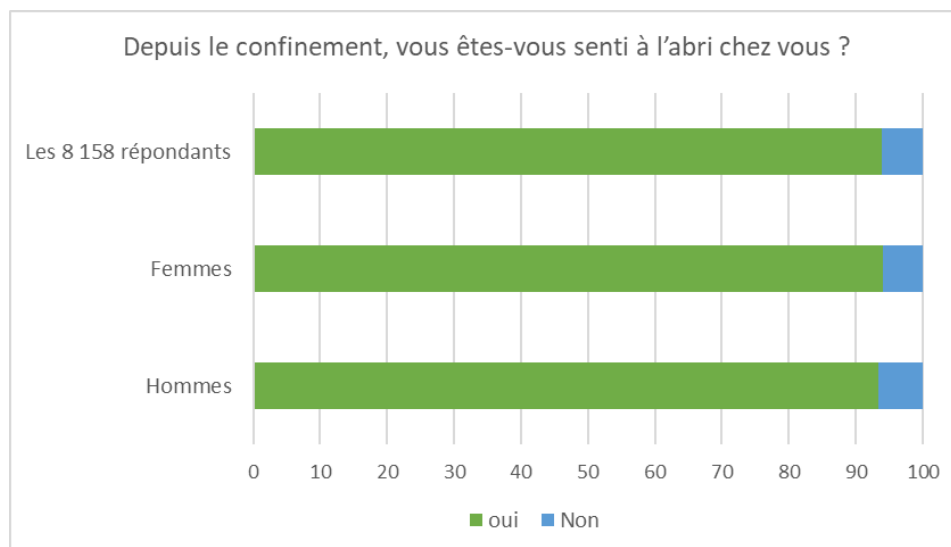
Les personnes ayant répondu à l'enquête subissent **moins de nuisances sonores** (bruit de la rue, des voisins, etc.) chez eux depuis le confinement.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

#### ✓ Le logement, un lieu où l'on se sent à l'abri

Plus de 94% des personnes ayant répondu à l'enquête, se sentent à l'abri chez elle. On ne note pas de différences entre les hommes et les femmes.



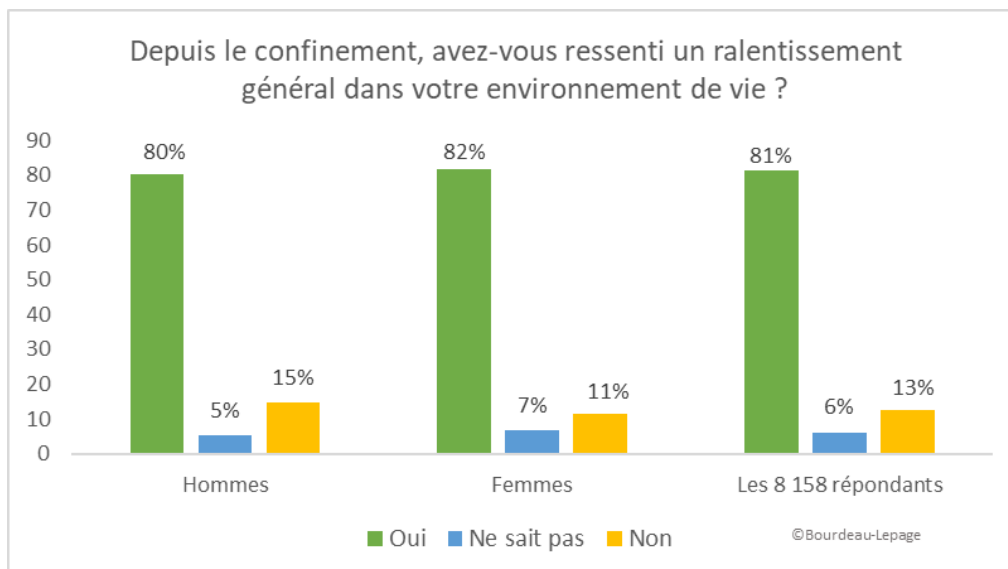
Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.



## IV – QUELLES MODIFICATIONS DU RYTHME DE VIE ?

- ✓ La plupart des répondants déclarent avoir ressenti un **ralentissement général dans leur environnement de vie**

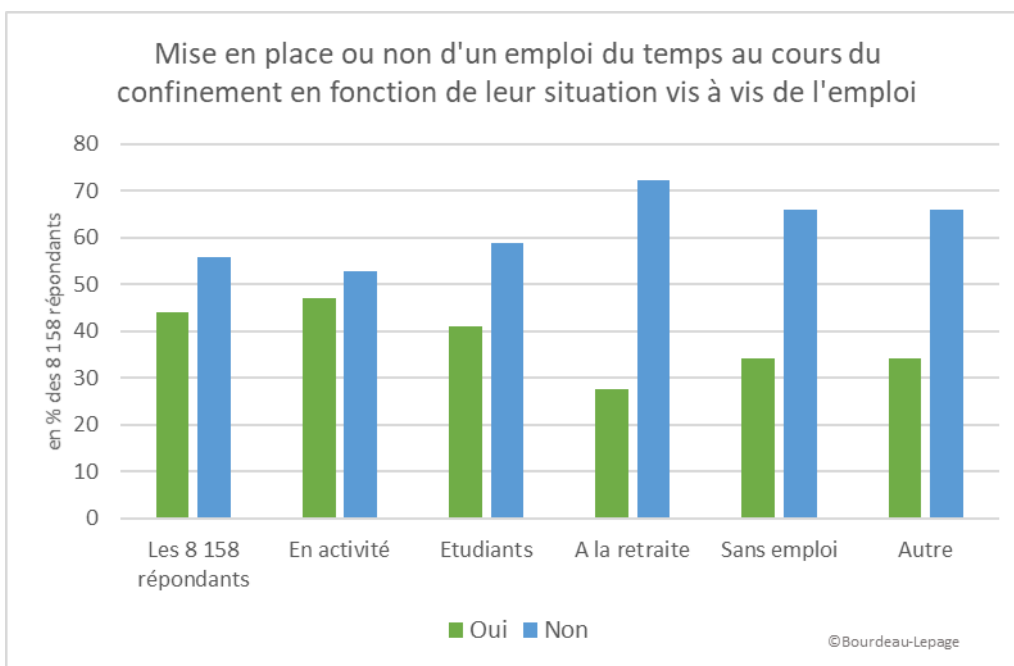
Peu de différence existe entre les hommes et les femmes.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- ✓ **Pas de mise en place d'un emploi du temps spécifique** au cours du confinement pour la grande majorité des personnes

Depuis le confinement, ce sont principalement **les personnes en activité** et les **étudiants** qui ont mis en place un **emploi du temps particulier** même si elles ne sont pas majoritaires dans leur catégorie.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

Notons toutefois que **52% des personnes en activité et en télétravail** ont établi un **emploi du temps spécifique**.

Personnes en activité face au télétravail et à la mise en place d'un emploi du temps particulier au cours du confinement

Nombre de personnes en activité :	Pas de mise en place d'EDT	Mise en place d'un EDT	Total
<b>Ne télétravaillant pas</b>	1 157	645	1 801
<b>Télétravaillant</b>	2 030	<b>2 188</b>	4 218
<b>Total général</b>	3 187	2 833	6 020

Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement. Note : EDT = Emploi Du Temps.

✓ **Un lever plus tardif** depuis le confinement

Alors que les 8 158 personnes n'étaient qu'un peu plus d'un quart à se lever après 7h30, elles sont depuis le confinement plus des **deux tiers**.

Heure de lever des 8 158 répondants

Heure de lever	Avant le confinement	Depuis le confinement
	En % des 8 158 répondants	
<b>Avant 7h</b>	31%	12%
<b>A 7h</b>	42%	24%
<b>Entre 7h30 et 9h</b>	24%	<b>49%</b>
<b>Après 9h</b>	3%	16%

Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement. La synthèse des heures de lever faite n'a pas permis de préciser si des personnes se levaient entre 7h01 et 7h30.

✓ **Un décalage dans la nuit de l'heure de coucher** depuis le confinement

Les personnes se couchent plus tard qu'avant le confinement.

Elles sont 42% à se coucher après minuit alors qu'elles n'étaient que 25% avant le confinement.

Heure de coucher des 8 158 répondants

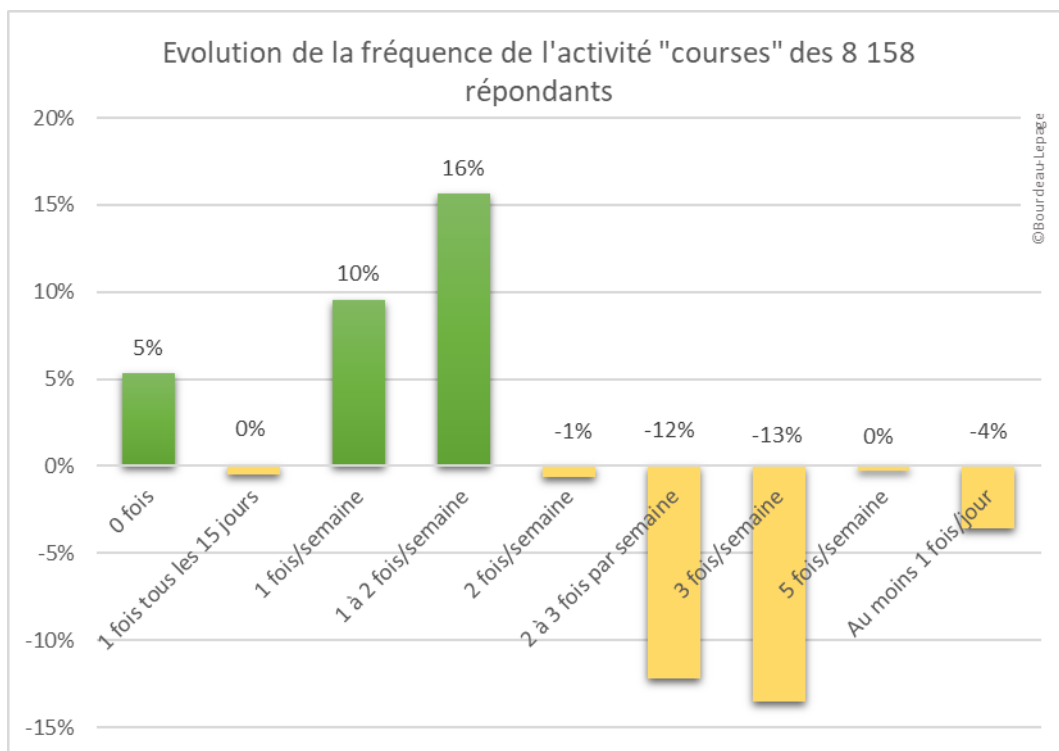
Heure de coucher	Avant confinement	Depuis le confinement
	En % du total de la population	
<b>Avant 22h</b>	6%	3%
<b>Entre 22h et 23h30</b>	69%	55%
<b>Entre minuit et 1h</b>	23%	32%
<b>Après 1h</b>	2%	10%

Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement. La synthèse des heures de coucher faite n'a pas permis de préciser si des personnes se couchaient entre 23h01 et minuit.

## V - QUELS CHANGEMENTS DES HABITUDES DE VIE ?

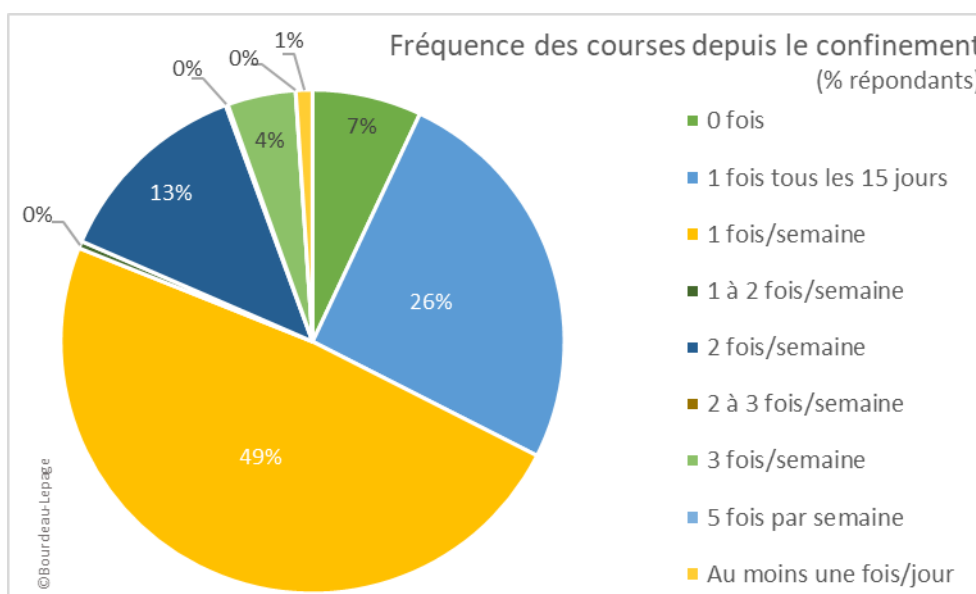
- ✓ Depuis le confinement, les personnes habitant en France ont fortement **diminué le nombre de fois où elles vont faire leurs courses**.

Un quart des personnes qui y allaient 2 fois par semaine ou 2 à 3 fois par semaine, n'y vont plus autant. De même, elles sont plus nombreuses à y aller 1 fois ou 1 à 2 fois par semaine depuis le confinement.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

Ainsi la moitié des personnes n'y vont plus qu'**une fois par semaine** et **un quart une fois tous les 15 jours**.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- ✓ **Presque que la moitié** des répondants ont **modifié leurs habitudes alimentaires** depuis le confinement, les femmes plus que les hommes.

*Depuis le confinement, avez-vous changé vos habitudes alimentaires ?*

	Hommes	Femmes	Les 8 158 répondants
<b>Non</b>	54%	50%	52%
<b>Oui</b>	46%	50%	48%
<b>Total</b>	100%	100%	100%

Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- ✓ Depuis le confinement, un peu moins d'**un quart des répondants** déclarent consommer **plus de boissons alcoolisées** qu'avant le confinement.

On note une légère différence entre les hommes et les femmes

*Depuis le confinement, avez-vous bu plus de boissons alcoolisées que d'habitude (par rapport à avant le confinement) ?*

	Hommes	Femmes	Les 8 158 répondants
<b>Non</b>	74%	78%	77%
<b>Oui</b>	26%	22%	23%
<b>Total</b>	100%	100%	100%

Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- ✓ Depuis le confinement, près d'un tiers des **répondants** déclarent faire **plus d'écarts alimentaires** que d'habitude.

En proportion, les femmes sont plus nombreuses à faire plus d'écarts que d'habitude.

*Depuis le confinement, avez-vous fait plus d'écarts alimentaires que d'habitude (par rapport à avant le confinement) ?*

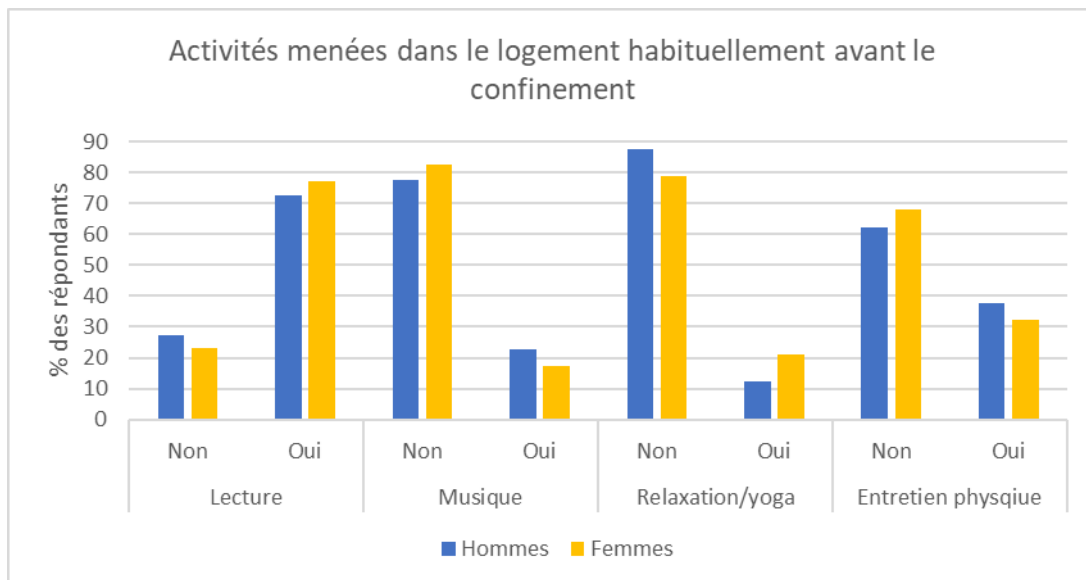
	Hommes	Femmes	Les 8 158 répondants
<b>Non</b>	68,6%	62,5%	64,5%
<b>Oui</b>	31,4%	37,5%	35,5%
<b>Total</b>	100%	100%	100%

Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

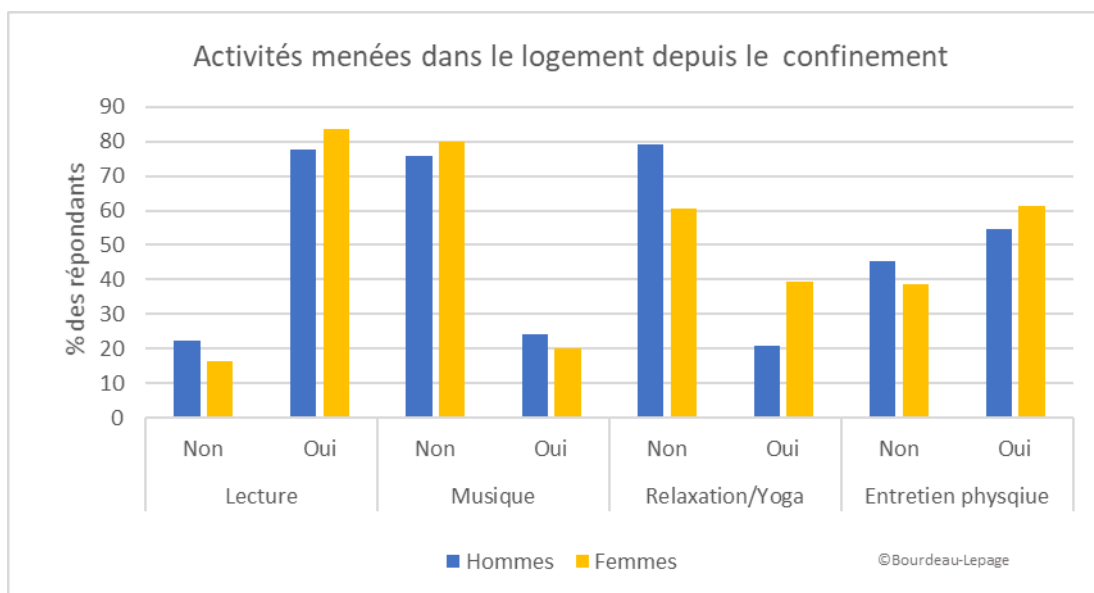
- ✓ Une proportion non négligeable des répondants se sont mis à mener des **activités d'entretien physique et de relaxation** chez elles.

Ainsi, 61% des hommes et 55% des femmes s'adonnent à des activités telles que de la gym, du vélo, de la musculation. Ils n'étaient que 38% et 32% avant le confinement.

39% des femmes et 21% des hommes font de la relaxation chez eux contre 21% et 13% avant le confinement.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.



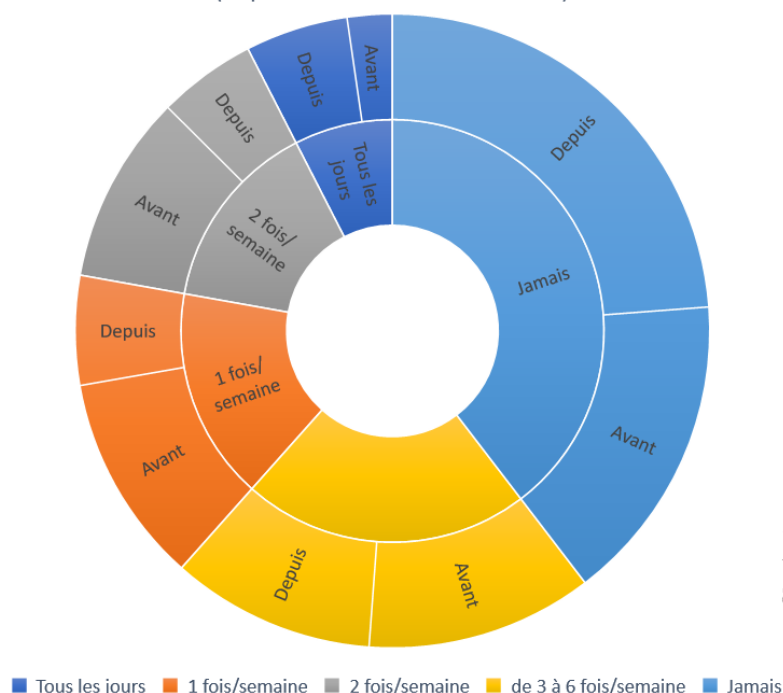
Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- ✓ Depuis, le confinement, **plus de personnes** déclarent **lire et jouer de la musique** qu'avant le confinement.
- ✓ Les répondants ont **diminué voire arrêté leurs activités sportives en dehors de chez eux** depuis le confinement.

Presque la **moitié** des répondants **ne mène pas d'activités sportives en dehors** de chez eux alors qu'ils étaient un peu moins d'un tiers avant le confinement.

On observe un **doublment** de la proportion de ceux qui **y en font tous les jours** : les nouveaux joggeurs diront certains commentateurs !

Nombre de fois où les 8 518 répondants mènent des activités sportives en dehors de chez eux (depuis et avant le confinement)



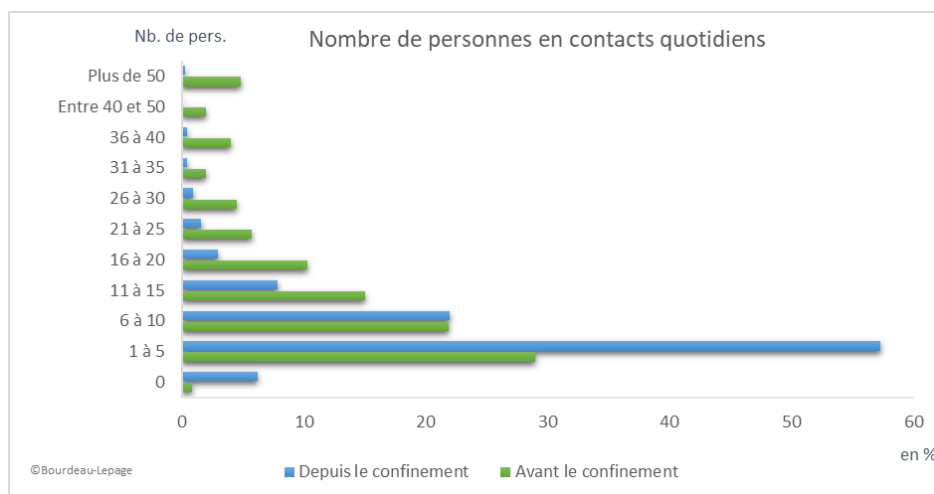
Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

## VI – RELATIONS SOCIALES ET USAGES DES TIC

### ✓ Une perte de contacts en face à face importante

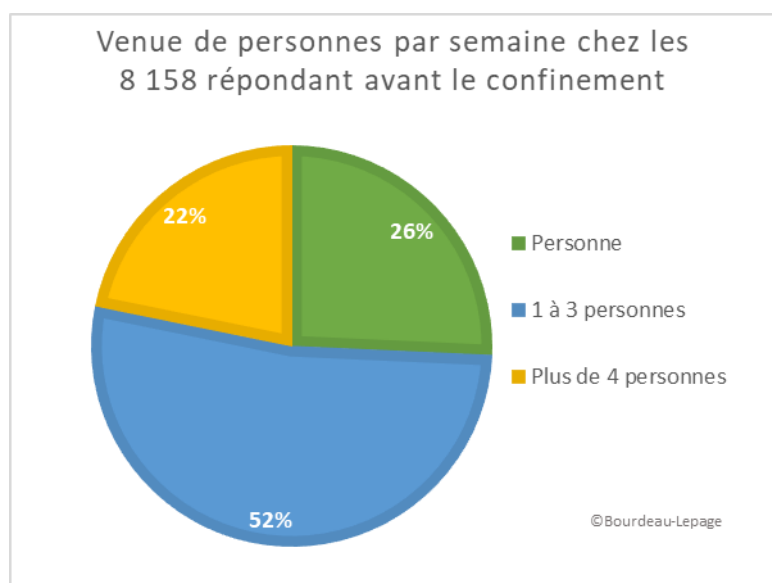
- Les répondants sont depuis le confinement en contact quotidien avec beaucoup moins de personnes qu'avant le confinement, ce qui signifie qu'ils ont perdu une partie de ce qui constituait leur lien social.

**57% d'entre eux sont depuis le confinement en contact avec 1 à 5 personnes** contre 27% avant le confinement et 6,2% d'entre eux sont en contact avec aucune personne contre 0,8% avant le confinement.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- De même, personne ne peut venir chez eux alors que près des **trois quarts d'entre eux recevaient chez eux au moins une personne par semaine** avant le confinement.



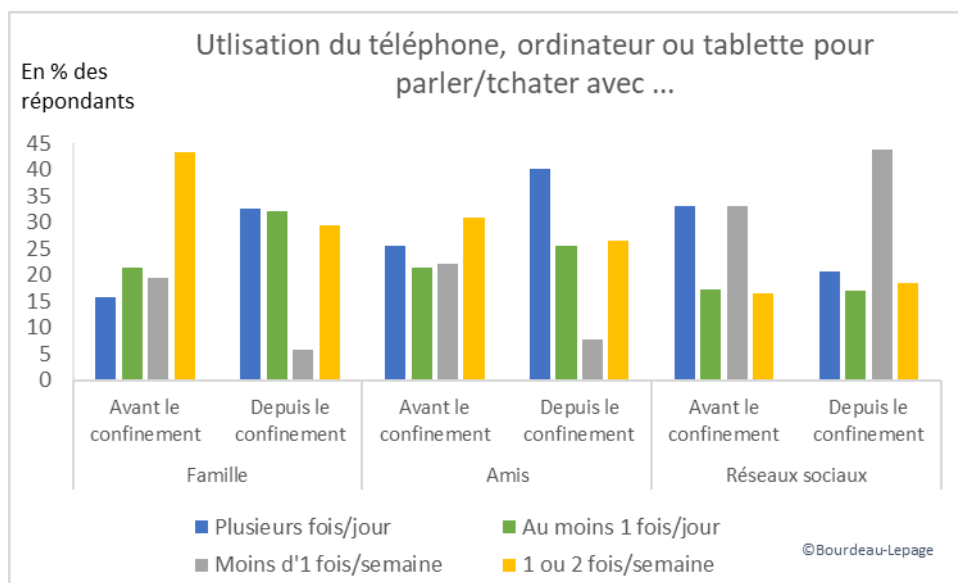
Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

## ✓ Des contacts privilégiés et plus fréquents avec les proches

- Depuis le confinement, on observe un **doublment des personnes qui appellent des membres de leur famille tous les jours.**

Ainsi, ils sont un **tiers** à avoir des **contacts** avec un membre *voire* plusieurs membres de leur **famille plusieurs fois par jour.**

Un autre **tiers** a **au moins un contact par jour.**



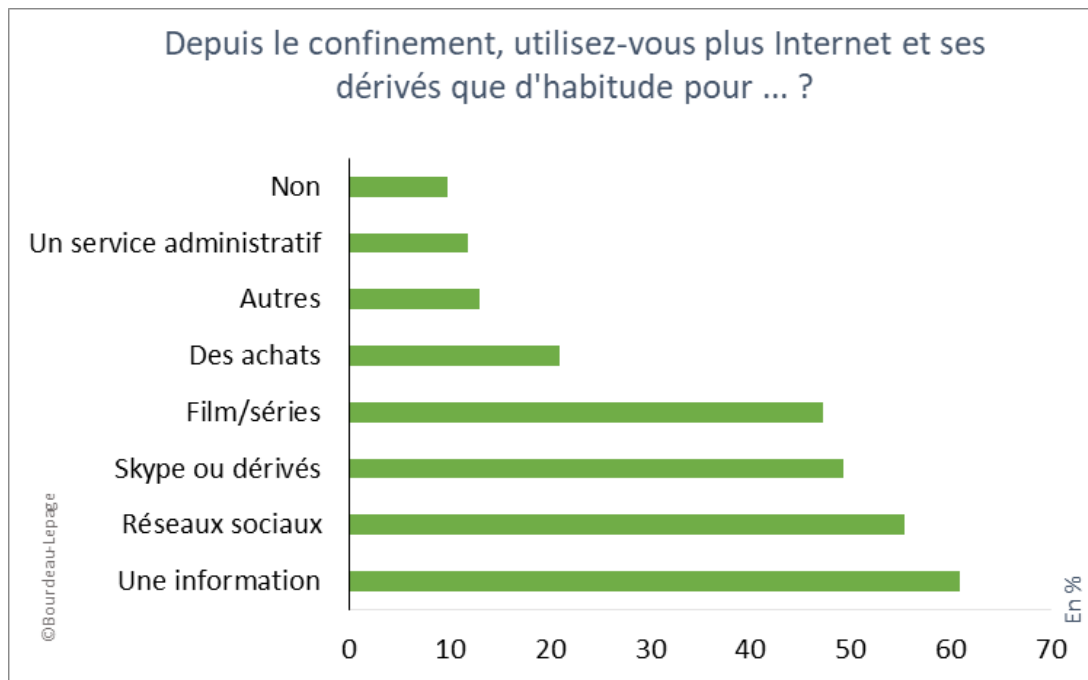
Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- Les répondants sont également **plus souvent en contact avec leurs amis** et ils les joignent plus souvent une fois voire **plusieurs fois par jour.**
- On observe moins de contacts journaliers sur les réseaux sociaux.

*Les répondants semblent donc se **recentrer sur leur noyau familial et amical.***



✓ **Un usage des nouvelles technologies de l'information et de la communication (NTIC) plus intense**

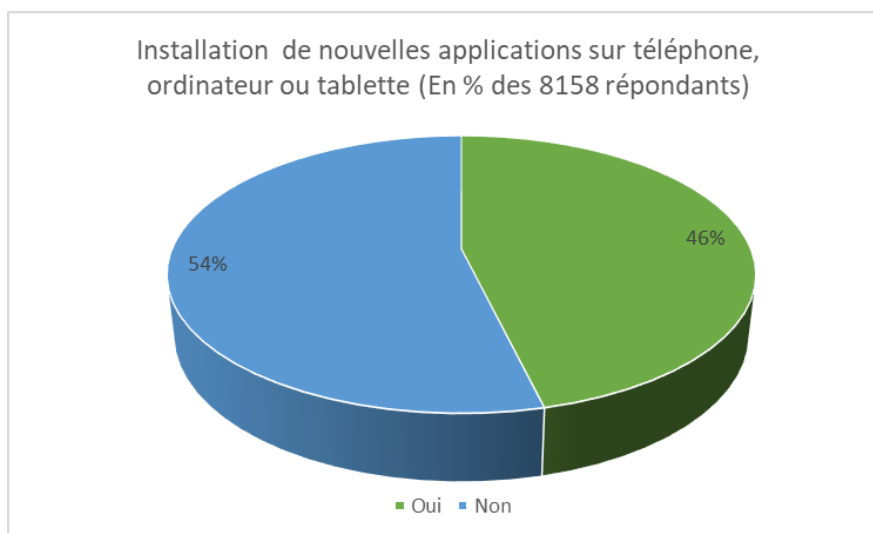


Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

Une grande majorité des répondants déclarent **utiliser plus Internet et ses dérivés** que d'habitude depuis le confinement en particulier **pour obtenir une information** (61%) mais aussi pour les **réseaux sociaux** (55%) et utiliser **skype** et ses dérivés (49%).

Ils utilisent aussi plus Internet pour regarder des films ou des séries (47%)

- ✓ **46%** des répondants ont installé une **nouvelle application** sur leur ordinateur, leur tablette ou leur téléphone **pour communiquer avec des personnes**.

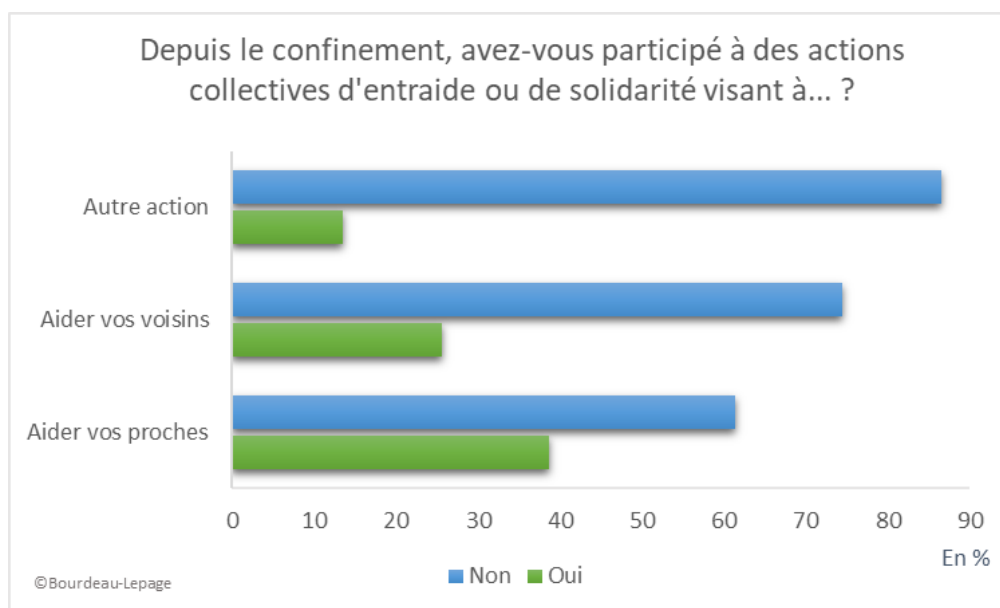


Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

## VII – QUELLE SOLIDARITE PENDANT LE CONFINEMENT ?

- ✓ Des **actions d'entraide et de solidarité à destination des proches** en priorité
  - Plus d'un **tiers** des répondants déclarent **aider leurs proches** et un **quart leurs voisins**.
  - Seulement 13,5% ont mené d'autres actions d'entraide ou de solidarité.

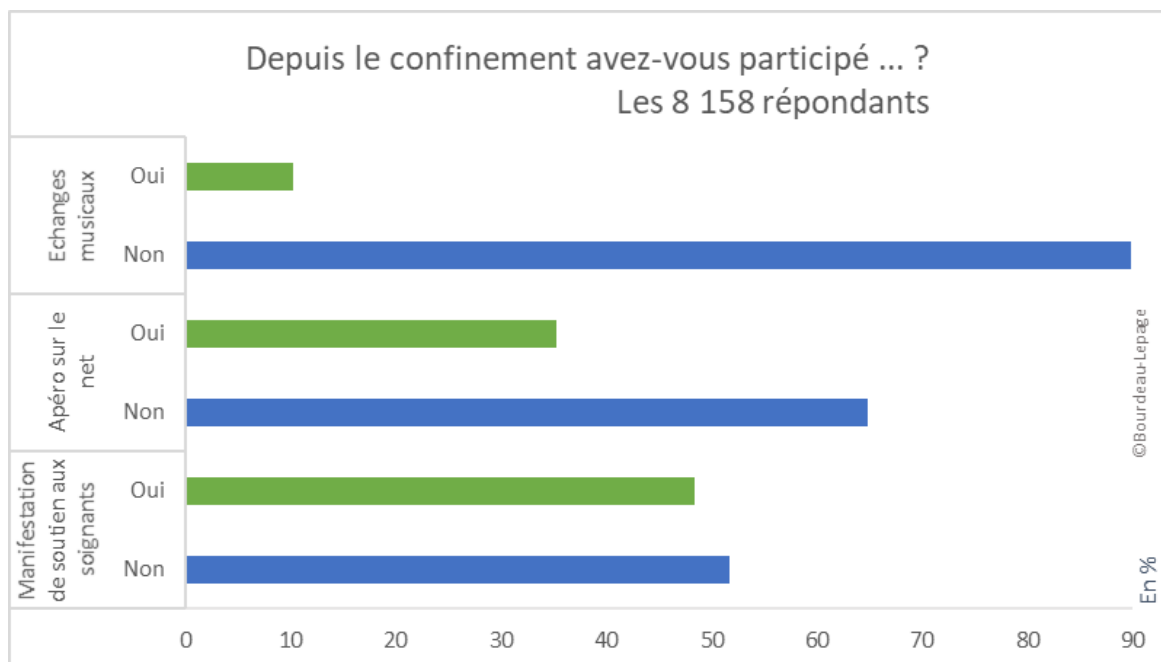
L'**entraide** semble donc se faire dans un **cercle resserré**, ce qui nous rappelle ce que nous avons vu concernant les relations sociales.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

Une question se pose : Pouvons-nous vraiment évaluer la valeur de cette **participation aux actions** collectives d'**entraide** ou de **solidarité** sans réel référentiel avant le confinement. Cela demandera sûrement des recherches approfondies.

✓ Des échanges ou expressions collectives bien ciblés



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

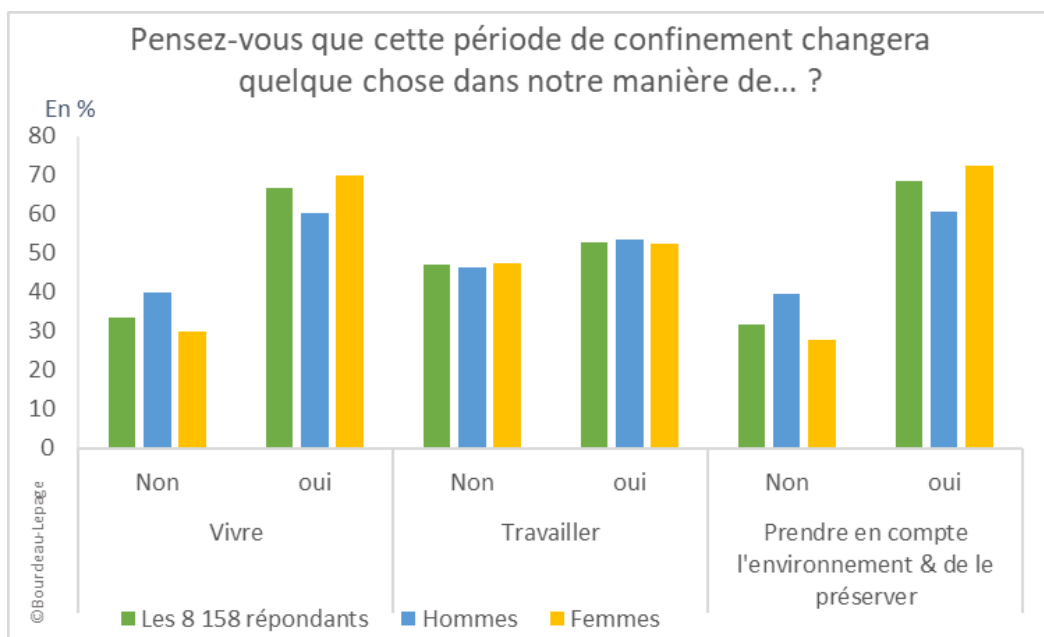
- **Près de la moitié des répondants** expriment leur **soutien aux soignants**
- Les **apéritifs virtuels** le sont un peu plus puisque plus d'**un tiers** des répondants s'y adonnent
- Les échanges musicaux sur Internet ne sont pas une pratique courante.

Seul 10% des personnes y participent.

## EN GUISE DE CONCLUSION : QUEL IMPACT DU CONFINEMENT SUR LA SOCIÉTÉ ?

La majorité des personnes ayant répondu à l'enquête pensent que la période de confinement va avoir un impact sur la société à plusieurs niveaux.

- ✓ **Plus des deux tiers des répondants** pensent que cette période de confinement va **changer notre manière de vivre et de prendre en compte l'environnement et sa préservation**.



Sources : Bourdeau-Lepage, 2020, Enquête *Le confinement et ses effets sur le quotidien*, 2<sup>e</sup> & 3<sup>e</sup> semaines du confinement.

- ✓ **Côté travail**, seulement un peu plus de la **moitié** pensent que des **changements** auront lieu.

***L'expérience vécue de cette crise sanitaire conduit vraisemblablement les 8 158 répondants à penser qu'une telle crise sanitaire ne doit pas se reproduire et que des choses doivent changer pour cela.***

Quelles adaptations de la part des habitants de France, aux contraintes qui leur sont imposées depuis le confinement lié au coronavirus ? Quels changements dans le quotidien et les habitudes de vie des Français ? Quelles conditions de vie au cours du confinement ? Quelles stratégies déployées pour maintenir les liens sociaux ? Quels impacts du confinement sur l'état psychologique des confinés ? Quel ressenti au cours du confinement ? Quels effets du confinement sur le bien-être des habitants de France ? Quelles aspirations après cette crise sanitaire ? Voici les questions auxquelles cherche à répondre ce rapport fruit d'une enquête menée du 23 mars 2020 au 7 avril 202 (2 et 3e semaine du confinement) en France.

Lise Bourdeau-Lepage, est professeur de géographie à l'université Jean Moulin – Lyon 3 et docteur en économie. Chercheuse au sein de l'UMR CNRS 5600 «Environnement, ville, société», elle mène des recherches en géographie et économie urbaines. Ses travaux actuels, dans une optique pluridisciplinaire, portent sur les inégalités socio-spatiales, la métropolisation, l'attractivité territoriale, la mesure du bien-être des individus et à la place de la nature en ville. Actuellement, elle poursuit ses recherches sur le bien-être en cherchant à mettre en exergue les éléments constitutifs du bien-être et le rôle des éléments naturels dans ce dernier.

