

CONSULTATION SUR LE BIEN-ÊTRE DURABLE EN GIRONDE : ANALYSE



think-tank du bien-être citoyen
LA FABRIQUE SPINOZA

GRANDS ENSEIGNEMENTS

Les apprentissages liés à des comparaisons

- Un niveau de bien-être en Gironde supérieur au niveau national
 - Des différences de bien-être entre les départements Aquitains (échantillons plus petits hors Gironde)
- une exploration plus fine des territoires à conduire pour identifier les leviers susceptibles d'être actionnés

Les déterminants du bien-être en Aquitaine

- La santé en tête de liste, mais apparaît aussi comme un critère défensif (comme critère de mal-être pour certains)
- Une importance modérée donnée aux conditions matérielles en comparaison de l'amour, l'amitié, etc. (conformément à la Science du bien-être) → des ateliers-réflexions spécifiques à envisager sur le lien entre conditions matérielles et bien-être

Nature et relations humaines

- Nature et relations humaines les critères majeurs cités pour favoriser le bien-être
- leur redonner une place centrale dans les politiques

Des faits marquants précurseurs d'actions ou de politiques publiques

- Les artisans ont un niveau de bien-être bien supérieur → favoriser / informer sur ces professions
- Les hommes se sentent beaucoup moins accomplis que les femmes → vers une réflexion de fonds sur la parentalité ou sur le travail
- Des propositions nombreuses, certaines déjà applicables (voire appliquées dans d'autres territoires)



PLAN DE L'ANALYSE

PARTIE I. : Cadre général

- Cadre théorique général sur le bien-être
- Rappel du dispositif de consultation

PARTIE II. : Analyse des ateliers-citoyens

- Les critères de bien-être

PARTIE III. : Analyse des questionnaires flash et élargis

- Les niveaux de bien-être
- Les grandes catégories de bien-être
- Comparaison entre Catégories Socio-Professionnelles
- Les critères de bien-être
- Zoom sur les citoyens les plus heureux

PARTIE IV. : Apports complémentaires de la science du bien-être

PARTIE V. : Analyse des propositions émises

ANNEXE 1. L'ensemble des propositions émises

CONSULTATION CITOYENNE

UN TERRITOIRE EN ROUTE VERS LE BIEN-ÊTRE DURABLE

PARTIE I. CADRE GÉNÉRAL

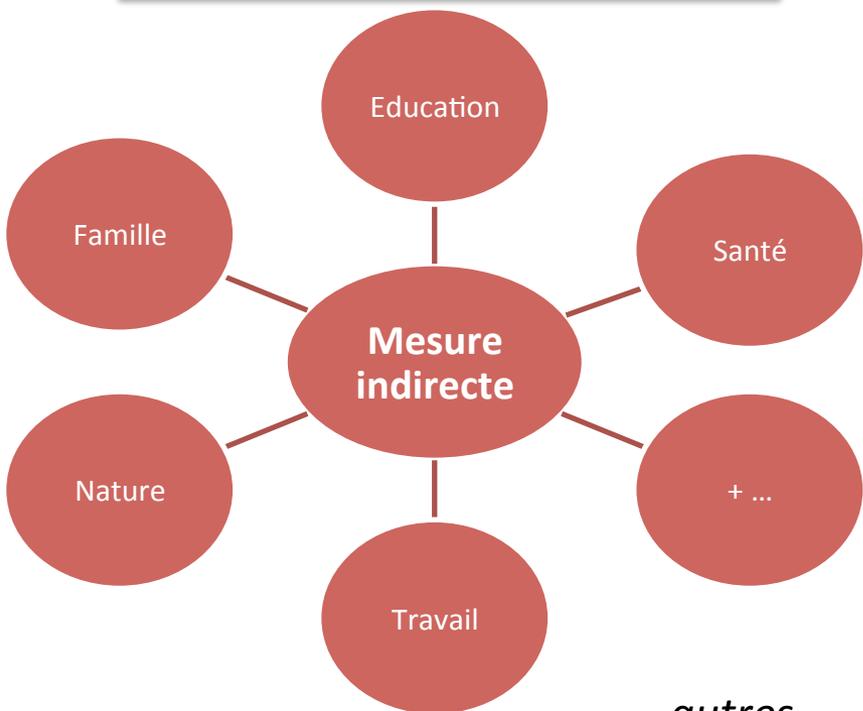


think-tank du bien-être citoyen
LA FABRIQUE SPINOZA

CADRE THÉORIQUE SUR LE BIEN-ÊTRE

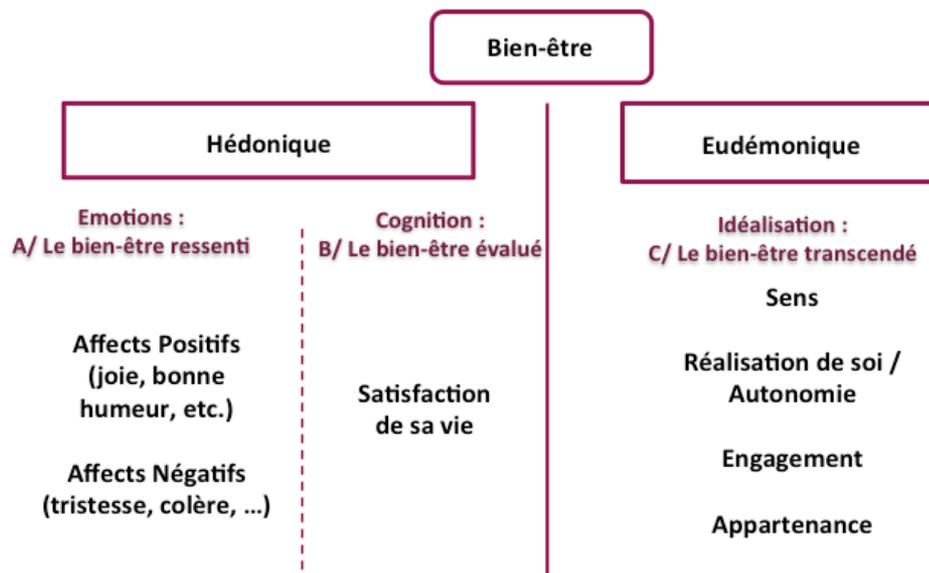
DEUX APPROCHES COMPLÉMENTAIRES : MESURER LE BIEN-ÊTRE DIRECTEMENT ET INDIRECTEMENT

Mesure indirecte du bien-être :
Les déterminants.



*... autres
dimensions, etc.*

Mesure globale du bien-être :
les facettes



UN CADRE D'ANALYSE : BIEN-ÊTRE HÉDONIQUE ET EUDÉMONIQUE



Bien-être

Hédonique

Eudémonique

Emotions :

A/ Le bien-être ressenti

Cognition :

B/ Le bien-être évalué

Idéalisation :

C/ Le bien-être transcédé

**Affects Positifs
(joie, bonne
humeur, etc.)**

**Satisfaction
de sa vie**

Sens

**Réalisation de soi /
Autonomie**

**Affects Négatifs
(tristesse, colère, ...)**

Engagement

Appartenance

*... résumé dans la
consultation par ...*

*... résumé dans la
consultation par ...*

*... résumé dans la
consultation par ...*

**BIEN-ÊTRE
RESSENTI**

**SATISFACTION
DE VIE**

**SENTIMENT
D'ACCOMPLISSEMENT**

LE BIEN-ÊTRE - CONCEPT SCIENTIFIQUE, QUI SE VALIDE VIA DES MESURES SUPPLÉMENTAIRES

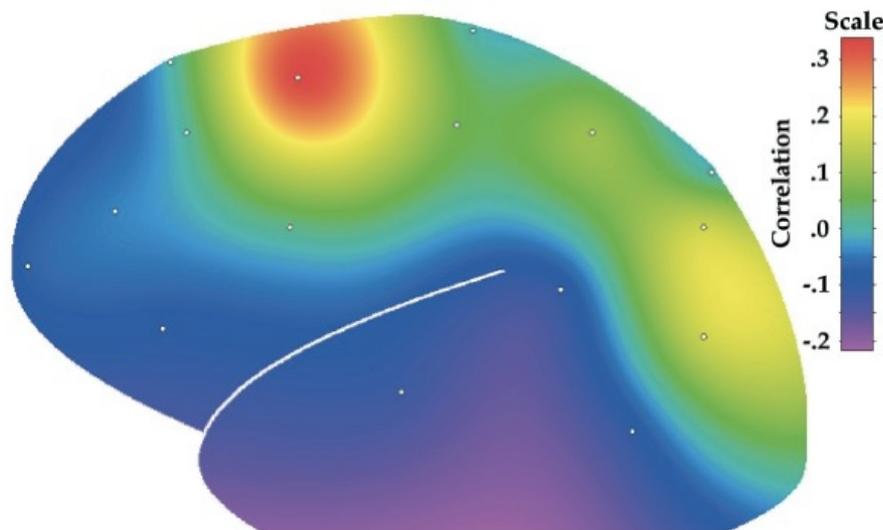
4 types de mesure qui recoupent les déclarations hédoniques et eudémoniques des sujets.

Tests invasifs

- IRM
- Encéphalogramme (Birnbaumer, Schmidt 1999)
- Niveau de cortisol
- etc.

Expression du visage

Evaluation de l'expression du visage de la personne
(Ekman et Friesen 1975)



Sourire social

Evaluation de la fréquence du sourire dans
des contextes sociaux
(Koivumaa-Honkanen et al., 2001)

Avis des proches

Evaluation du contentement de la
personne par ses proches : par le conjoint
(Costa et McCrae, 1988), les collègues
(Watson et Clark, 1991), les amis et la
famille (Sandvik, Diener et Seidlitz, 1993)



UN EXEMPLE : LE SOURIRE DE DUCHENNE (1/2)



Duchenne réalise des expériences et répertorie 19 formes de sourire possibles.

UN EXEMPLE (2/2) : LE SOURIRE DE DUCHENNE

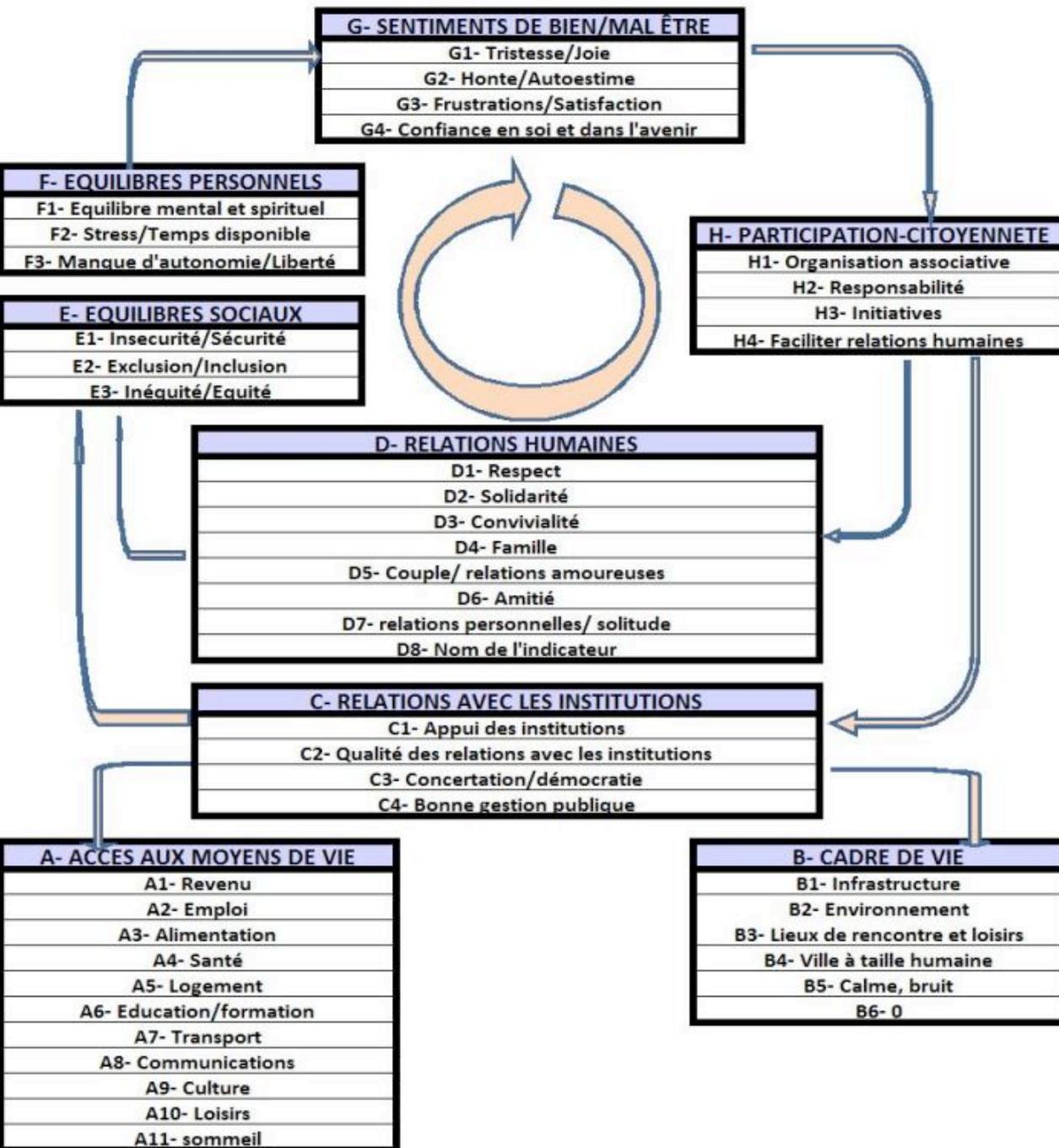
→ LA MESURE SUBJECTIVE DU BIEN-ÊTRE EST PLUTÔT ROBUSTE

L'un des 19 sourires, le sourire nommé de « Duchenne » par le psychologue Ekman, est le plus corrélé aux affects positifs ressentis. Il est authentique, se reconnaît facilement et confirme la réalité des affects.

A



CADRE THÉORIQUE DU CONSEIL EUROPÉEN SUR LE BIEN-ÊTRE : LA MÉTHODE SPIRAL



Dans le modèle du Conseil Européen, 8 dimensions du bien-être sont définies. Elles sont utilisées dans les questionnaires de la consultation puis dans l'analyse.

RAPPEL DU DISPOSITIF DE LA CONSULTATION

UN DISPOSITIF GLOBAL DE CONSULTATION : OUTILS MIS EN PLACE

- Co-construction de la démarche globale
- Communication aux citoyens
- Formation-construction des animateurs
- Conduite des ateliers et diffusion des questionnaires

3 outils de mobilisation –
recueil de l'information :

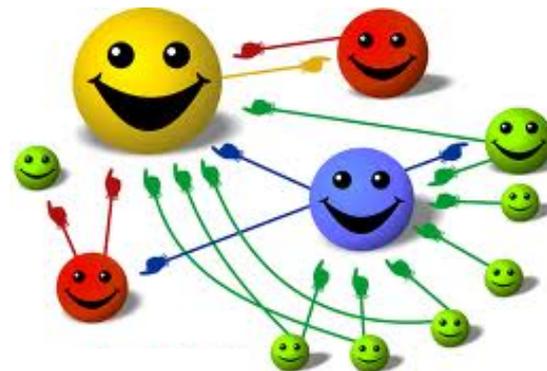
- Questionnaire Flash : 3 questions
- Questionnaire Approfondi : 20 questions
- Atelier citoyen : 2-3 h

Des documents de soutien à la démarche :

- Le document socle pour la mobilisation
- Corpus sur 1/ le Bien-être et 2/ les territoires
- Le scénario d'animation des ateliers
- Le talon-transmission pour disséminer les questionnaires
- Le formulaire de synthèse des informations

+ autres :

- Théâtre de la Science
- Stand bien-être de la Caravane de la Foire



LISTE DES INITIATIVES RÉSULTANTES DU DISPOSITIF DE CONSULTATION

- 15 ateliers citoyens : Pessac, MA21-CG33, Mérignac, CDA21, Blassens, CdC du Réolais, ADEME, Gujan
- 681 questionnaires flash
- 130 questionnaires approfondis
- 1 atelier-citoyen sur la science du bien-être avec Cap Sciences
- 1 liste de mots de la Foire de Bordeaux



ATELIERS-CITOYENS

RAPPEL DES PHASES CLÉS DU DÉROULÉ

Accueil des participants et introduction au sujet du bien-être durable (30')

Phase 1 : Création ouverte (1h30)

Collage (20 min) : les animateurs invitent les citoyens à répondre à la question « qu'est ce que le bien-être pour vous ? » au travers d'un exercice de collage. Les animateurs distribuent aux participants des magazines afin qu'ils collent sur des feuilles A4 les visuels qui symbolisent le mieux, pour eux, le bien-être.

Verbalisation (40 min) : les animateurs invitent à décrire les images et recensent l'ensemble des réponses des participants

Débat collectif (15 min) : les animateurs invitent à l'échange pour vérifier que des critères n'ont pas été omis

Classement en grandes familles (15 min) : les animateurs accompagnent les citoyens dans le classement de critères en grandes familles

Phase 2 : Sélection des 20 critères (30 min)

Les animateurs hiérarchisent les critères avec l'aide des citoyens.

Phase optionnelle : Préconisations/ Propositions citoyennes (30 min)

Cette étape vise à faire émerger des propositions en terme de politique en vue d'améliorer le bien-être des citoyens sur un territoire.

CONSULTATION CITOYENNE

UN TERRITOIRE EN ROUTE VERS LE BIEN-ÊTRE DURABLE

PARTIE II. ANALYSE DES ATELIERS-CITOYENS



think-tank du bien-être citoyen
LA FABRIQUE SPINOZA

ANALYSE DES ATELIERS-CITOYENS

Les critères de bien-être cités

DEUX DIMENSIONS IMPORTANTES ... TANT AU NIVEAU INDIVIDUEL QUE COLLECTIF

Le cadre de vie* 1er champ cité

Collectif

Cadre de vie
Nature
Préservation de l'environnement
Patrimoine national
Enrichissement culturel
Sport
Loisirs
Verdure
Végétation
Nature
Paysage
Jardins partagés
Espaces verts
Végétaux
Parc
Aménagement
Urbanisme
Air
Transport en commun
Ecomobilité
Transport
Circulation
Vélo
Covoiturage
Energies renouvelables
Economie sociétale
Economie d'eau

Individuel

Cadre de vie
Nature
Verdure en ville
Prendre l'air - se ressourcer
Découverte des paysages
Patrimoine
Sport nature
Arbre
Espaces verts écologiques
Energies renouvelables
Verdure
Parc
Jardin
Fleur
Panneau photovoltaïque
Eolien

Les relations humaines* 2e champ cité

Collectif

Relations humaines
partage intergénérationnel
Fête abordable
découverte ensemble
partage fin bon repas
transmission plaisir
solidarité
don
partage
enfants

Individuel

Relations humaines
vivre ensemble
force du collectif
partage repas
famille (bons repas)
partage
communication
altruisme
convivialité
famille
rencontres



Une forte importance donnée aux activités collectives



* Une forte orientation vers la nature
* Un cadre de vie sain et durable

*D'après le nombre d'occurrences et la classification Spiral

UNE 3E DIMENSION IMPORTANTE : EQUILIBRE PERSONNEL

L'équilibre personnel 3e champ cité*

En examinant les 3 dimensions Spiral citées, 3 niveaux d'action différents pour la puissance publique

Collectif

Individuel

Equilibres personnels
changements habitudes
rire
découverte
passion
relaxation
détente
plaisir
éveil des sens
simplicité
soutien
humanisme
amitié
sérénité

Equilibres personnels
amour
amitié
plaisir
passion
liberté
dépassement personnel
émotion
Bien-être personnel



- Cadre de vie : intervention fortement possible
- Relations sociales : facilitation possible
- Equilibre personnel : délicat / dangereux d'agir dessus (hors via la santé mentale et à travers l'éducation et le développement de la liberté)

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : Le cadre de vie, les relations humaines et l'équilibre personnel, les 3 grandes dimensions Spiral qui émergent des ateliers citoyens
- MESSAGE : une capacité à intervenir de la puissance publique variable selon ces 3 grands enjeux

MISE EN PERSPECTIVE SUR LE CADRE DE VIE



Le cadre de vie

- Un biais de sélection possible dans les participants aux ateliers-citoyens, lié au recrutement via les Agenda 21 → une sensibilité particulière au cadre de vie naturel
- Un contexte de crise qui pourrait faire mettre l'accent sur les conditions pragmatiques de l'existence, mais non observé : ce ne sont pas les dimensions matérielles du cadre de vie qui ressortent
- Le cadre de vie est une dimension immédiate du bien-être pour les citoyens, car notre première relation au monde est par notre corps et nos sens qui appréhendent notre environnement
- Un temps de réflexion court (ateliers de 2h) malgré tout, qui laisse la part belle aux critères immédiats de bien-être, liés au cadre de vie

APPRENTISSAGES

- MESSAGE: un processus de consultation qui sélectionne probablement les citoyens sensibles à l'environnement
- MESSAGE : selon processus d'atelier, et sa durée, une place plus ou moins importante aux critères de cadre de vie

APPRENTISSAGES

BIEN-ÊTRE INDIVIDUEL & BIEN-ÊTRE COLLECTIF

- MESSAGE : Des différences peu marquées entre bien-être individuel et bien-être collectif
- MESSAGE : Le système de l'atelier-citoyen permet un alignement entre l'individuel et le collectif
- MESSAGE : L'alignement est intrinsèquement possible : ce qui est bon pour soi passe souvent par l'autre ou les autres
→ un projet collectif peut être bâti
- Eclairage : corrobore les messages de science du bien-être sur l'altruisme : le don est bénéfique pour le donateur



AUTRES CONCEPTS MIS EN VALEUR DANS LES ATELIERS CITOYENS

1. Le **partage**, une notion importante

Jardins partagés

Covoiturage

2. L'**équilibre personnel**, un levier de bien-être important

Enrichissement
culturel

3. La **culture** comme moyen d'être ensemble
(et pas seulement comme consommation)

4. Les **repas** sont un vecteur d'égalité et également un moyen de partager et d'être en groupe

Eveil des sens

Changement des
habitudes

Découverte

5. La **curiosité** semble être un vecteur fort de bien-être collectif

6. Le **revenu** est abordé plutôt dans un 2^e temps des ateliers
(c'est à dire une fois les 1ers termes évoqués, en 2^e passage,
dans la liste de mots nouveaux)

7. Des **comportements** et **actions responsables**
concourent au bien-être

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : beaucoup des critères de bien-être recèlent de manière directe ou indirecte une dimension de relation à l'autre :
 - Repas : en tant que partage
 - Culture : en tant que socle commun
 - Eco-responsabilité : en tant que prise en compte des autres
 - Curiosité : en tant qu'intérêt pour ce qui n'est pas que soi
 - Partage, etc.

LE BIEN-ÊTRE GIRONDIN EN MOTS

Résultats des ateliers :

quelle intervention pour quels critères ?

tramway

Intervention possible

plaisir

Hors champ public



APPRENTISSAGES

- MESSAGE : un examen plus précis révèle que sur l'ensemble des critères évoqués, la plupart offrent une possibilité d'intervention de la puissance publique (tramway, solidarité, verdure, travail), alors que peu sont du ressort de la sphère privée (plaisir, passion, amitié)

CLASSIFICATION DES FAMILLES DE CRITÈRES

Bien-être
hédonique
Bien-être
eudémonique

	CG33-CSO	Ademe Aquitaine	CG 33-Agents	Pessacais	Bassens	Bourgailh	Marché Mérignac	Résidence Jard
1	Lien social	Lien social	Partage	Travailler, à ou hors Pessac	Amour/Famille	Cadre de vie environneme	Economie	Détente / harmonie
2	Epanouissement	Besoins Essentiels	Respect	Habiter et vivre à Pessac	Partage Intergénération	Santé	Urbanisme	Vivre mieux
3	Confort Matériel	Plaisir	Bien-être physique, moral	Santé	Loisirs	Lien social	Exclusion	Enrichis- sment
4	Besoins essentiels		Plaisir	Liens sociaux et respects	Nature Préservée	Savoirs- éducation	Santé	Plaisir et souvenir
5			Reconnaissance affective		Alimentation de qualité pour		Energies	Santé pour tous
6			Epanouissement		Patrimoine		Environnement	Prévoyance
7			Appartenance/ Ideal commun		Santé et éducation		Eau	
8			Solidarité		Justice Sociale		Transports	
9							Espaces verts	

- 
- Durant les ateliers-citoyens, les critères évoqués sont classés en famille
 - Ces familles peuvent ensuite être classées entre bien-être hédonique (affects, plaisirs, besoins essentiels) et bien-être eudémonique (sens, relation à quelque chose de plus grand que soi, etc.)

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : Parmi les familles de critères évoqués, un équilibre entre les dimensions hédoniques bien-être hédonique et eudémonique : une possibilité de développer son bien-être sur deux axes très différents
→ Plusieurs cordes à l'arc du bien-être citoyen
- MESSAGE : Dans chaque atelier, toujours au moins une famille sur le bas de la pyramide de Maslow, c'est à dire sur les besoins essentiels
- MESSAGE : Des catégories conceptuelles différentes selon les animateurs et participants des ateliers : catégories institutionnelles choisies pour le marché de Mérignac vs. catégories spontanées par les citoyens des autres ateliers :
 - Le langage parlé n'est pas le même
 - Les catégories ne sont pas de la même nature
 - Leur contenu est différent→ MESSAGE : Le (non) cadrage amont d'une consultation via des catégories est déterminant et est à décider
- MESSAGE : Une structure ou architecture d'indice pourrait difficilement être dessinée à ce stade, car les catégories fixées en atelier trop hétérogènes

CLASSIFICATION SPIRAL DE TOUS LES CRITÈRES MENTIONNÉS EN ATELIER

SPIRAL	CG33	Immeuble gironde	Printemps du Bourgaillh	Pessac	Bassens	Marché de Mérignac	Marché de Mérignac 2	Résidence Jard agés Mérignac
Accès au moyen de vie	Bien-être matériel, Revenus/Moyens Financiers, Education, Santé, Gastronomie	Santé, Besoins primaires	Santé, Savoirs-éducation, Accès aux besoins de base, Emploi, Logement, loisirs	Emploi, Santé, Logement	Voyages, Vacances , Sport, Nature, Santé	Santé, sport, enfants, alimentation bio, Eau	santé, alimentation saine, argent, qualité des choses, usage raisonné	sport / activité physique, Alimentation de qualité, produits de la nature, goûts des aliments
Cadre de vie	Sport Nature	Cadre de vie - Environnement, Découverte des paysages, Loisir, Ludique	Cadre de vie environnement, Transport en commun, Service et commerces de proximité, Pistes cyclables, Animations, espaces piétons	Cadre de vie - Environnement	Nature, Verdure en ville, Patrimoine, Patrimoine National	Urbanisme, aménagement, Mobilité, déplacements, TC, écomobilité, transports, circulation, Espaces verts, végétaux, parcs, nature, jardins partagés	verdure, nature, propreté, chaleur, parc, tram, espaces verts, maison confortable	les odeurs de la nature, art culinaire, avoir son espace, harmonie de la nature, prendre plaisir à manger
Relations avec les institutions			Relations avec les institutions - démocratie	Relation avec les institutions				
Relations humaines	Famille, Lien intergénérationnel, Amitiés	Partage, Convivialité, Famille, Amour, Solidarité,	Liens Sociaux-Solidarités-convivialité	Liens sociaux	Amour, Famille, Partage intergénérationnel, Partage repas , Partage fin bon repas, Découverte ensemble, Fête abordable		famille, activités enfants, convivialité, amitié, échange, amour	Partage, convivialité, repas de famille, lien familial, ambiance, solidarité, faire la fête, humanité, rencontrer les gens, être ouvert aux autres, amour du prochain, vivre mieux ensemble, amour
Equilibres sociaux	Partage, Insertion,	Humanisme	Sécurité, Cohésion sociale	Sécurité	Justice Sociale	Handicap, lutter contre l'exclusion, Economie ("entreprises" et sociétale),	respect, respect d'autrui	Vivre mieux ensemble
Equilibres personnels	Création, Altruisme, Accomplissement, Emotions	Liberté, Passion, Plaisir, Accomplissement , Dépassement Personnel , Epanouissement, Création	Considération-respect, Temps de vivre	Considération - respect, Savoir-Education, Temps de vivre, Epanouissement			temps libre, sérénité, être mieux, profiter, rêves, réalité, espoir	Enrichissement culturel, création intellectuelle, découverte, aller de l'avant, S'évader du quotidien, liberté, liberté d'expression, opportunisme, lecture, le laisser-aller / lacher-prise, plaisir, beauté, le rêve, la paresse, se souvenir du bon temps passé, être heureux avec ce que l'on a, détente / épanouissement, confort intérieur, sérénité, calme
Sentiment de mal/ bien-être			Epanouissement		Bien manger	bien être,		
Participation / Citoyenneté	Valeurs communes	Solitude de ressource, Don, Soutien, Projet commun, Construction Collective, Effort Commun			Préservation de l'environnement, Alimentation pour tous, Changement habitudes	Energies renouvelables (carbone, BBC, chaleur, PV, isolation, éolien...), Ecologie, environnement, pollution, tri, air	écologie, construire sans détruire, recycler/récupérer	saisonnalité des fruits, préservation de l'environnement,

*Pour rappel, cette liste élargie de termes par atelier résulte de 1/ une mention de critères relatifs au bien-être individuels, 2/ relatifs au bien-être collectif, 3/ une fusion de ces 2 catégories de termes, 4/ un débat sur le lien entre bien-être individuel et collectif visant à rajouter des termes oubliés

QUE NOUS RÉVÈLE L'ANALYSE DES CATÉGORIES DE TERMES DES ATELIERS ?

- La catégorie « Relation aux institutions » quasi-absente, alors que dans l'imaginaire collectif, c'est un sujet de plainte important
 - Interprétation 1 : il s'agit d'une contribution généralement négative qui ne vient pas à l'esprit des citoyens
 - Interprétation 2 : un sujet important qui n'a pas eu le temps d'émerger
- Une omniprésence de la Nature, à la fois en tant que Cadre de vie (la nature qui est là) et en tant qu'Accès aux moyens de vie (la nature dont on profite activement)
 - Le sujet le plus évoqué
 - Une grande prolixité de description sur le sujet
- Le sujet des Relations humaines très étayé également, avec une prolixité importante également
- Le sujet des Equilibres sociaux renseigné pour tous les ateliers mais avec peu de mots :
 - Une incarnation plus difficile à opérer de cette dimension
 - Une vigilance à avoir dans une consultation afin de bien le voir émerger
- Les deux catégories Equilibre personnels et Sentiment de mal / bien-être moins renseignés, probablement liés à leur caractère plus intime
 - La durée et le processus de l'atelier clé pour faire émerger ces enjeux plus intimes
- Les enjeux de participation citoyenne non évoqués dans 2 ateliers, alors que ce critère apparaît comme essentiel comme contributeur au bien-être

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : des catégories de critères de bien-être plus naturelles, plus incarnées qui donnent lieu à beaucoup de termes, comme la Nature et les Relations humaines
 - Les critères correspondant émergeront quoi qu'il arrive
- MESSAGE : des catégories moins renseignées car plus intimes (équilibre personnel, sentiment de mal-être / bien-être), moins incarnées (équilibres sociaux), ou moins immédiates (participation citoyenne)
 - Un processus d'atelier qui peut permettre de les faire émerger malgré tout

CONSULTATION CITOYENNE

UN TERRITOIRE EN ROUTE VERS LE BIEN-ÊTRE DURABLE

PARTIE III. ANALYSE DES QUESTIONNAIRES FLASH ET ÉLARGIS



think-tank du bien-être citoyen
LA FABRIQUE SPINOZA

QUESTIONNAIRE FLASH EN LIGNE

RAPPEL DES QUESTIONS

Merci d'indiquer votre :

Code postal :

Année de naissance :

Situation professionnelle :
.....

Situation familiale :
.....

Le bien-être d'aujourd'hui et de demain



1. Pour vous qu'est ce qui favorise le bien-être aujourd'hui ?
(Trois réponses possibles)

Elément n°1	Elément n°2	Elément n°3

2. Sur ces sujets comment situez-vous votre situation actuelle sur une échelle de 1 à 4 ?
(1 = Pas bien du tout et 4 = très bien)

	Pas bien du tout	Pas bien	Bien	Très bien
Elément n°1	1	2	3	4
Elément n°2	1	2	3	4
Elément n°3	1	2	3	4

3. Maintenant pensons à notre avenir : à votre avis qu'est ce qui est indispensable pour le bien-être de tous demain ?
(trois réponses possibles)

Elément n°1	Elément n°2	Elément n°3

MÉTHODOLOGIE

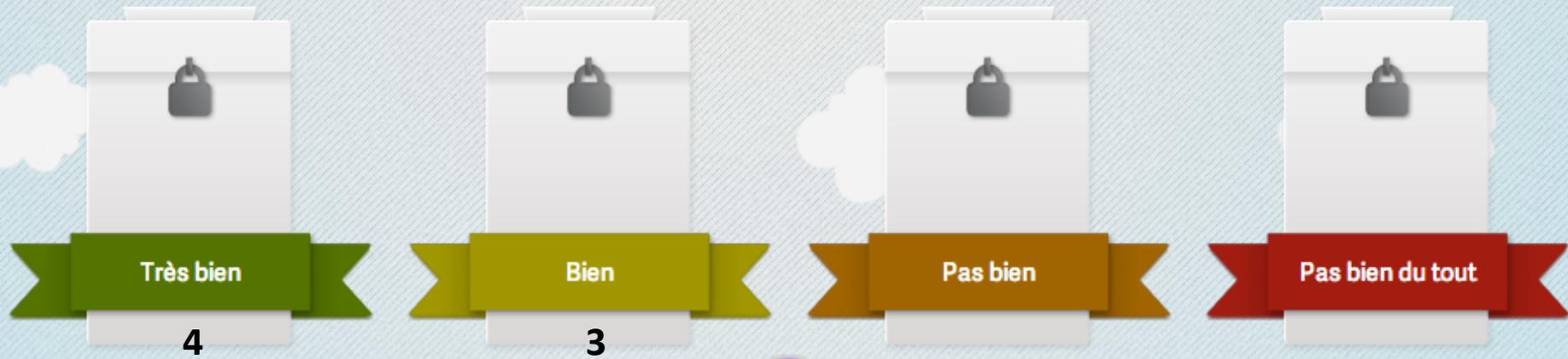
LA FUSION DE 3 SOURCES D'INFORMATION

- Afin d'augmenter la taille des échantillons de critères évoqués, 3 sources d'information sont compilées
 - Les questionnaires flash en ligne
 - Les 3 dernières questions des questionnaires élargis
(ce qui a nécessité d'harmoniser les termes utilisés avec ceux des questionnaires flash, qui étaient à choix déroulant à partir d'un dictionnaire en ligne)
 - Les questionnaires des ateliers-citoyens de Gujan
- un total de presque **1 000 RÉPONSES** aux 3 questions du bien-être d'aujourd'hui, de demain et de sa satisfaction* sur ces critères

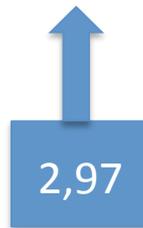
LES NIVEAUX DE BIEN-ÊTRE

LE BIEN-ÊTRE EN AQUITAINE : ÉTAT DES LIEUX

En moyenne les Aquitains considèrent que leur situation est plutôt **bonne** concernant les critères importants à leur bien-être



La notation générale des critères de bien-être est de ...



... sur une échelle de 1 à 4

Q FLASH + Q ELARGI

LE BIEN-ÊTRE AQUITAIN, UNE AFFAIRE DE DÉPARTEMENT

(Attention toutefois à la taille des échantillons plus faibles hors Gironde)

	Code Postal	Moyenne par département
Dordogne	24	3,18
Pyrénées Atlantiques	64	3,01
Lot-et-garonne	47	3,01
Landes	40	2,98
Gironde	33	2,95

Le bien-être chez l'ensemble des répondants :



- Les Girondins rapportent un niveau de bien-être inférieur à celui des autres départements Aquitains.
- Sur les **748** répondants, on compte **576** habitants de la Gironde (résultats statistiques plus robustes pour la Gironde que pour les autres départements)
- Une différence de 0,2 sur une échelle de 0 à 4 entre la Gironde et la Dordogne; soit une différence de 5%, c'est à dire non-négligeable ; une différence qui correspond par ailleurs à ¼ d'écart-type, ce qui confirme son importance

Sur une échelle de 0 à 10, dans quelle mesure vous êtes vous senti heureux ces dernières semaines ?
(0 = pas du tout et 10 = pleinement)

Pas du tout											Tout à fait
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	



**Affects
(heureux récemment)**

3 éléments pour être plus satisfait de votre vie :

Globalement, êtes-vous satisfait de votre vie ?
Merci d'indiquer votre niveau de satisfaction (0 = pas du tout satisfait et 10 = totalement satisfait)

Pas du tout											Tout à fait
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	



**Bien-être pensé
(satisfaction de vie)**

3 éléments pour donner du sens à votre vie :

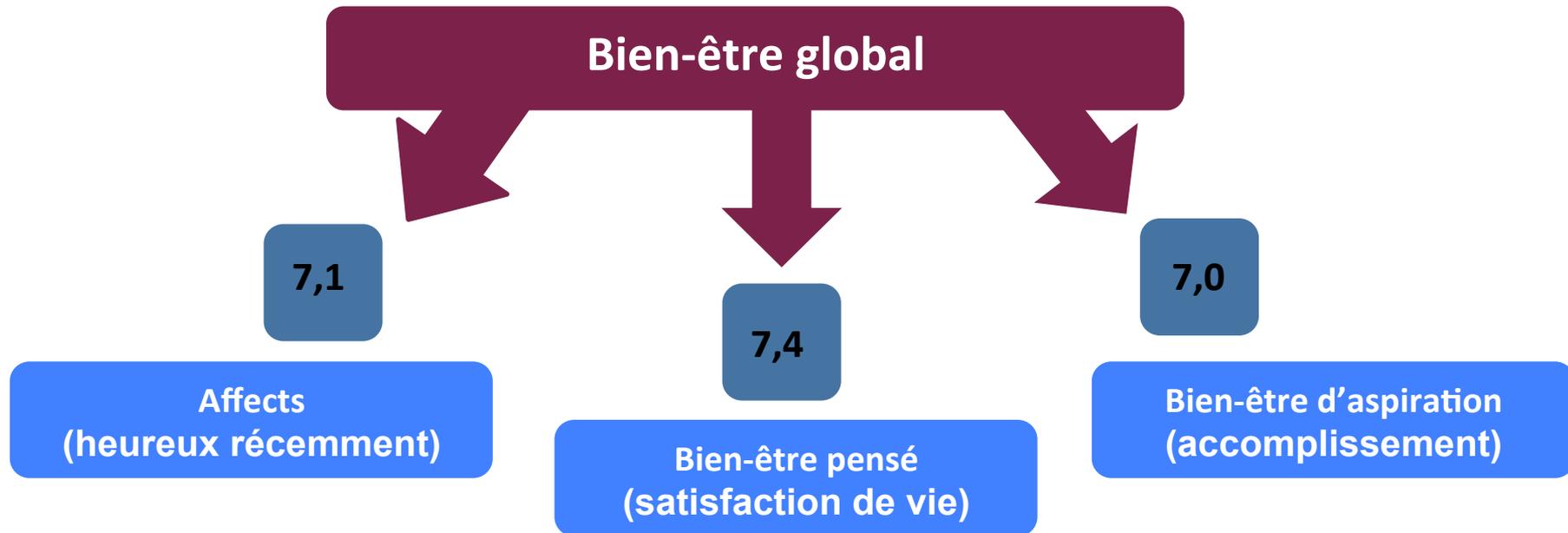
Avez-vous le sentiment de vous accomplir dans votre vie ?
(0 = pas du tout et 10 = pleinement)

Pas du tout											Tout à fait
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

**Bien-être d'aspiration
(accomplissement)**

QUESTIONNAIRE ÉLARGI : RAPPEL DES QUESTIONS SUR LE NIVEAU DE BIEN-ÊTRE

LE NIVEAU DE BONHEUR EN GIRONDE

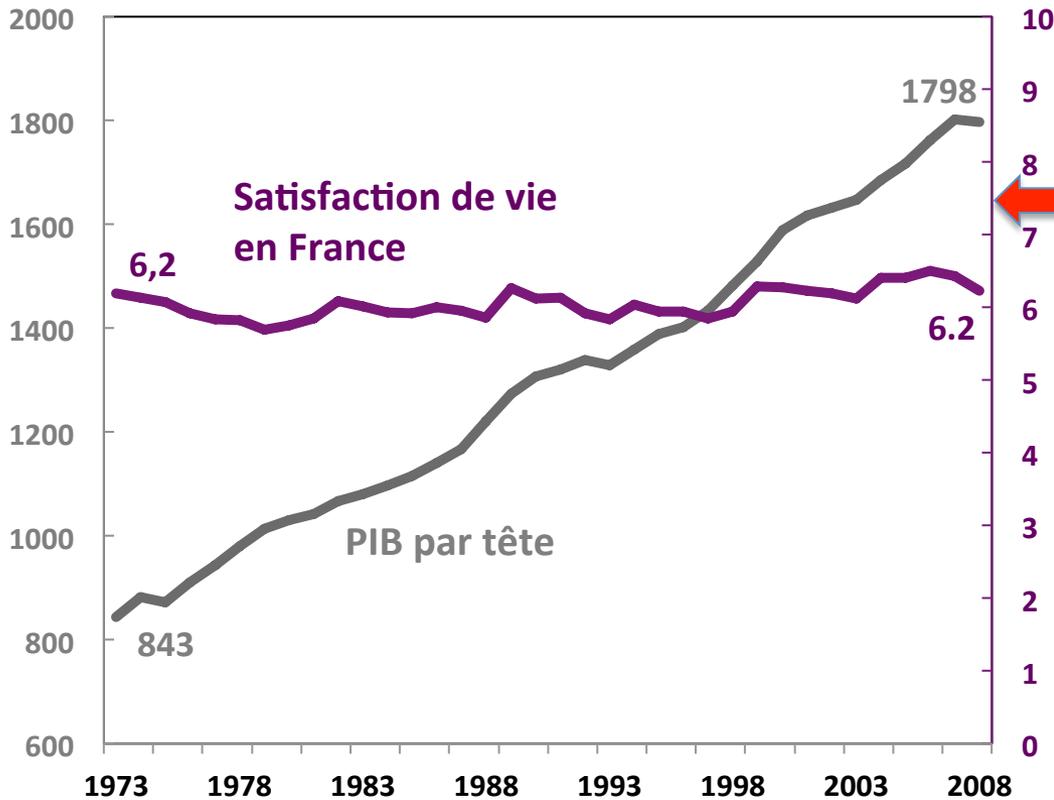


1er constat : le niveau global de bien-être sur une échelle de 1 à 10 est assez élevé.

2^{ème} constat : les différents niveaux de bien-être sont très comparables

RAPPEL DU PARADOXE D'EASTERLIN : Et comparaison Nation vs. Gironde

Le paradoxe en France : le PIB augmente mais pas la satisfaction de vie



Satisfaction de vie
Girondine = 7.4

Une satisfaction de de vie
supérieure en Gironde au
reste du pays.

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : un niveau de bien-être global supérieur en Gironde, au niveau national
- MESSAGE : un potentiel d'amélioration du bien-être comparable sur les 3 facettes du bien-être, donc une palette élargie de possibilités

LES GRANDES CATÉGORIES DE CRITÈRES

QUESTIONNAIRE ÉLARGI :

RAPPEL DES QUESTIONS SUR LES FAMILLES DE CRITÈRES

Pouvez-vous classer de 1 à 3 ce qui compte le plus pour le bien-être collectif?

Thèmes	Importance pour le bien-être durable
Le cadre et conditions de vie	1 ^{er} – 2 ^e – 3 ^e
Les relations aux autres	1 ^{er} – 2 ^e – 3 ^e
Le fonctionnement de la Société	1 ^{er} – 2 ^e – 3 ^e

Maintenant, prenons le thème que vous avez placé en position 1.
Pouvez-vous l'illustrer à partir de 5 éléments de bien-être qui le caractérisent ?
Merci de les classer par ordre de d'importance (1 étant le plus important).

Thème que vous avez classé en 1er

Élément 1 :
Élément 2 :
Élément 3 :
Élément 4 :
Élément 5 :

Afin de simplifier la structure, lors de la consultation via le questionnaire élargi, les citoyens sont interrogés sur 6 des 8 dimensions du référentiel Spiral qui sont agglomérées en 3 grandes familles : cadre et conditions de vie ; relations aux autres ; fonctionnement de la société

QUEL LEVIER DU BONHEUR COMPTE LE PLUS?

121 girondins interrogés
doivent ranger un ordre
prioritaire 3 facettes du
bonheur collectif*.

Relations aux autres

1e

Cadre de vie

2e

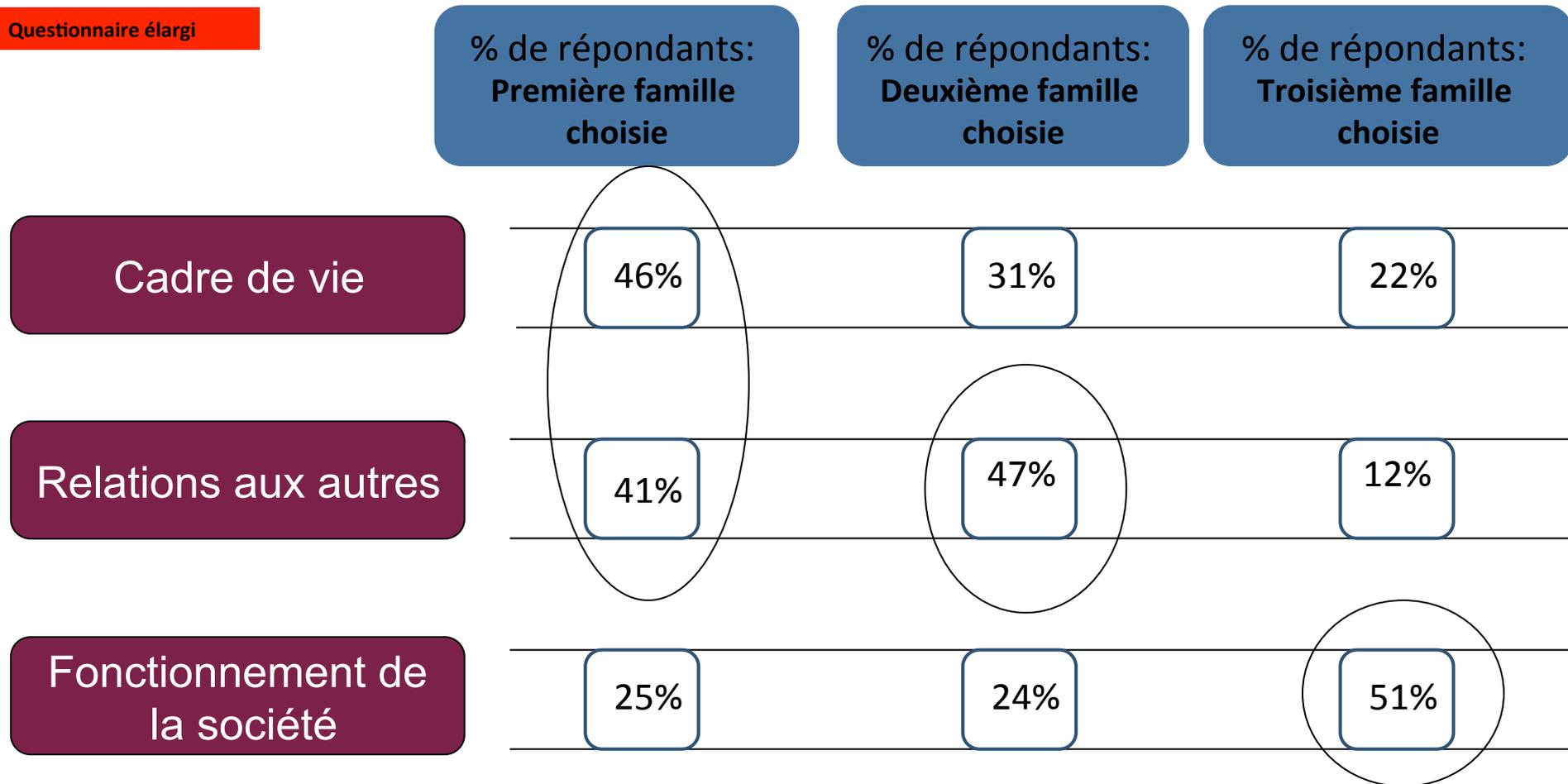
Fonctionnement de la
société

3e

*Ces grandes familles agglomèrent en 3 catégories 6 de 8 dimensions issues de la méthode Spiral.

REPARTITION DES GRANDS LEVIER CHOISIS DU BIEN-ÊTRE

Questionnaire élargi



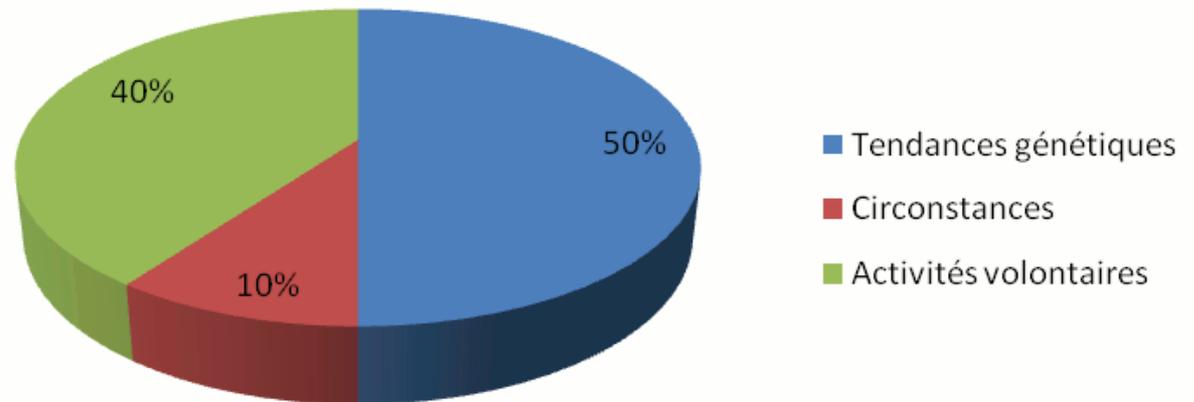
La concentration des réponses que montre ce tableau confirme l'ordre prioritaire établi par les répondants. Le fonctionnement de la société par exemple, est estimé 3^{ème} par une grande majorité des participants

Si d'aventures, les relations aux autres ne sont pas choisies en première grande dimension, alors elles sont systématiquement choisies en 2^e.

UN CLASSEMENT GIRONDIN DES CATÉGORIES SPIRAL EN ACCORD AVEC LA PSYCHOLOGIE POSITIVE

Le classement des Girondins fait écho avec la recherche de Lyubomirsky : les relations aux autres appartiennent aux activités volontaires (plus contributrices au bien-être); le cadre de vie et le fonctionnement de la société aux circonstances (moins contributrices).

Les facteurs influençant le niveau de bonheur chronique



D'après Sonja Lyubomirsky in "Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change"

COMPARAISON DES FAMILLES PRIORITAIRES POUR LE BIEN-ÊTRE ENTRE LES FEMMES ET LES HOMMES

Classements respectifs

Cadre de vie



2^e



1^{er}

Ex aequo

Relation au autres

1^e

1^{er}

Ex aequo

Fonctionnement
de la société

3^e

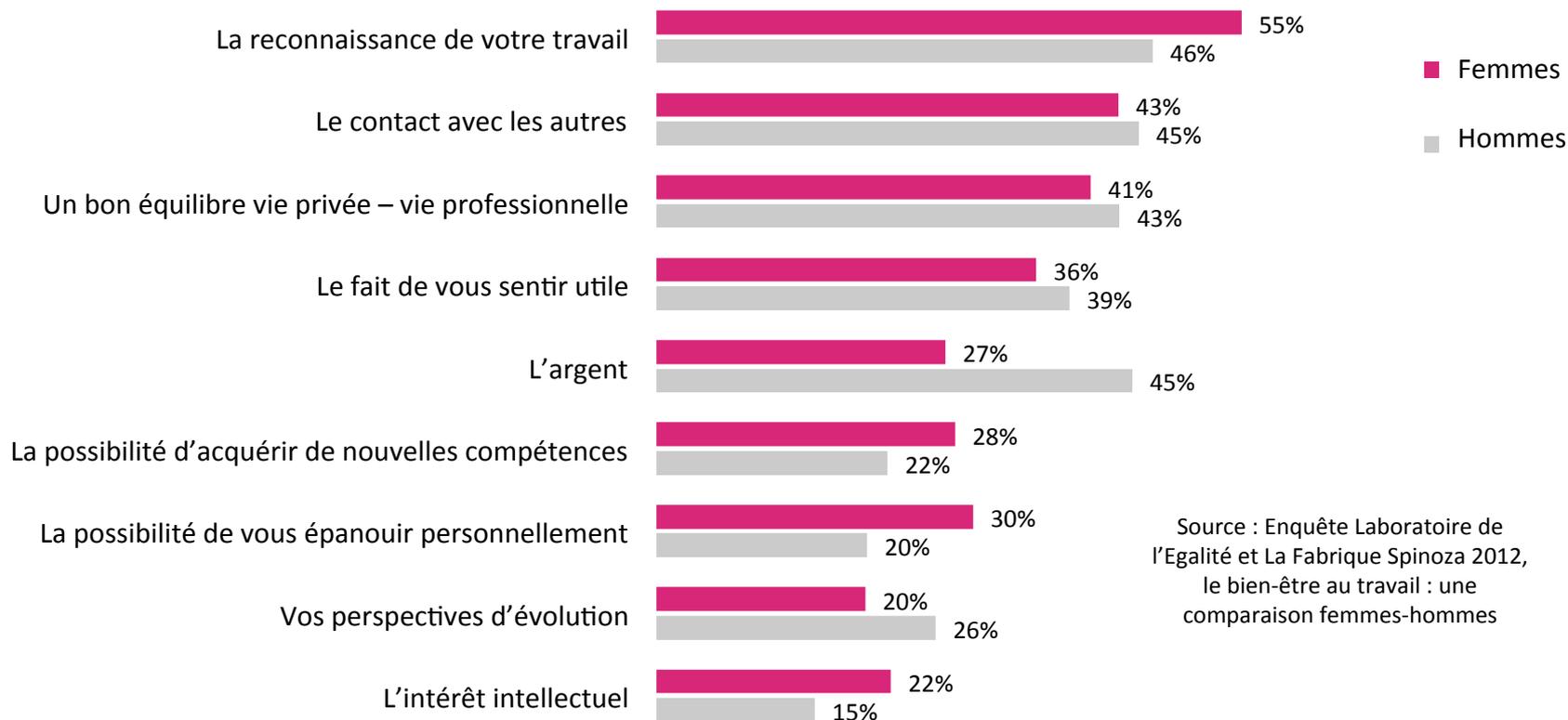
3^e

Une place plus importante accordée aux relations par les femmes que les hommes ; cohérentes avec des études déclaratives comparées femmes-hommes sur les déterminants du bien-être au travail.

COMPARAISON DES FAMILLES PRIORITAIRES POUR LE BIEN-ÊTRE ENTRE LES FEMMES ET LES HOMMES

Quelles sont vos 3 principales sources de satisfaction professionnelle ? (3 réponses souhaitées)

Liste d'items suggérée



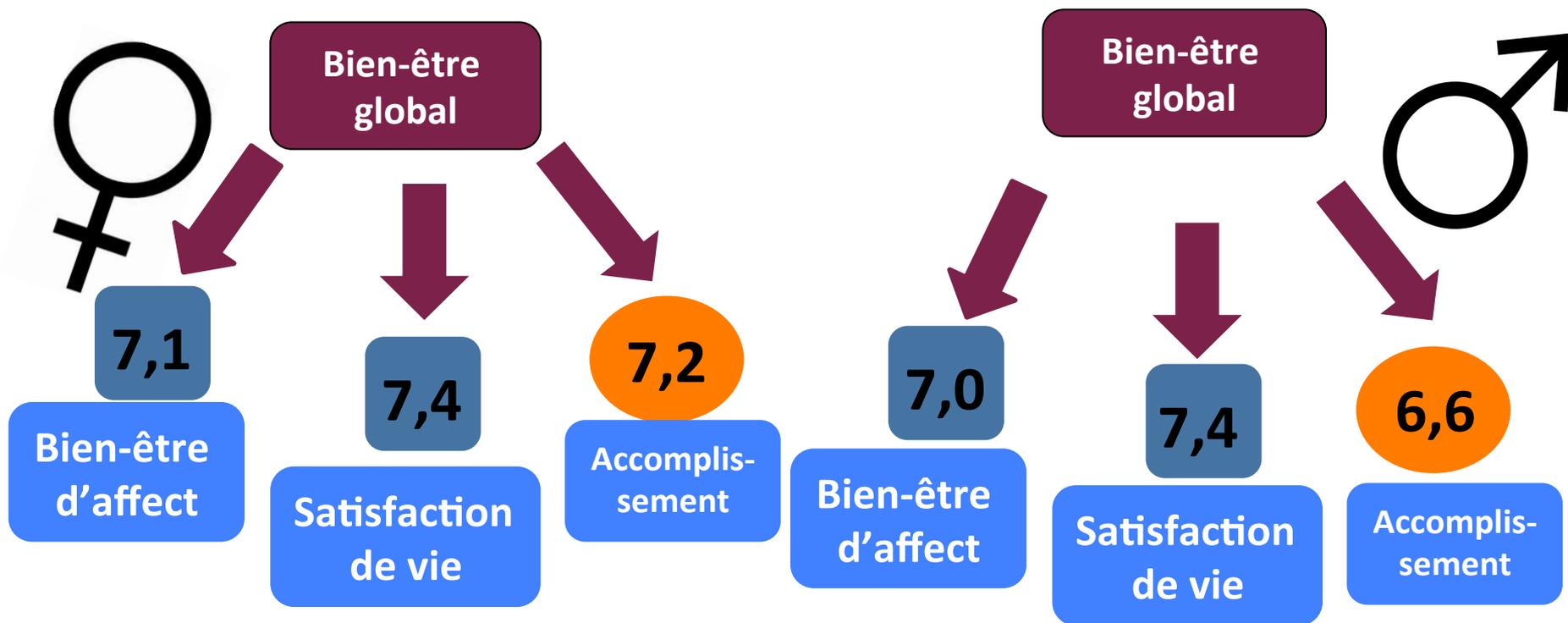
Source : Enquête Laboratoire de l'Égalité et La Fabrique Spinoza 2012, le bien-être au travail : une comparaison femmes-hommes

Un intérêt pour l'argent dans le travail plus marqué chez les hommes que chez les femmes ; qui pourrait corroborer un attrait plus marqué par ceux-ci pour le cadre de vie que les femmes.

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : les relations humaines semblent importer plus que le cadre de vie pour le bien-être en Gironde
- MESSAGE : des politiques pour favoriser le bien-être citoyen potentiellement distinctes pour les femmes et les hommes, en lien avec des préférences non identiques
(voir diapositive précédent ; par exemple la différence dans l'importance accordée à la rémunération).

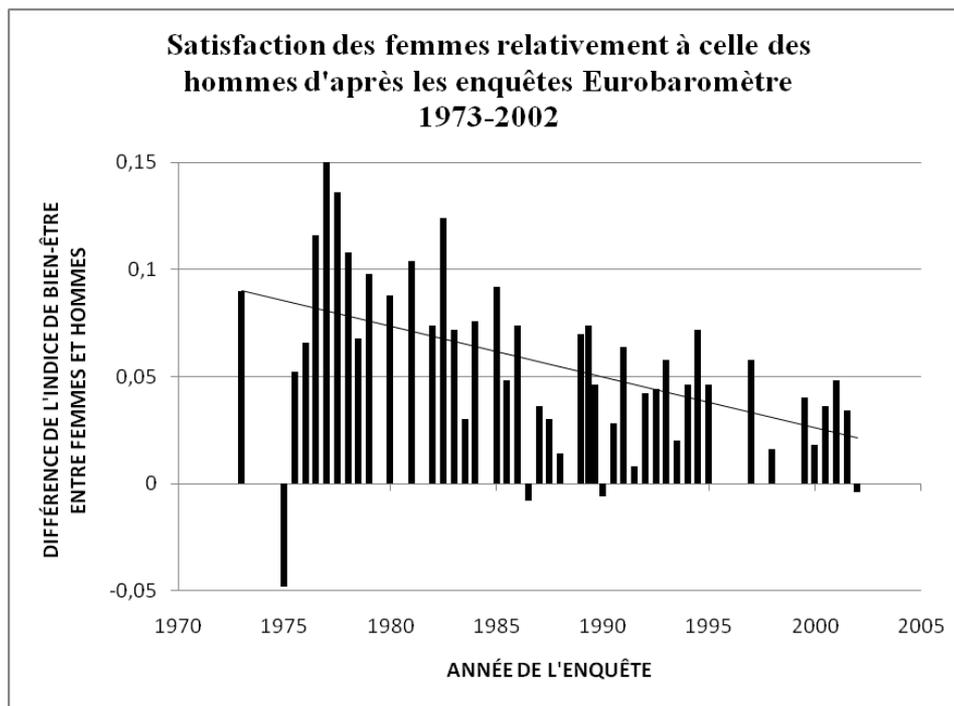
LES DIFFÉRENTES FACETTES DU BIEN-ÊTRE EN GIRONDE COMPARAISON FEMMES-HOMMES



Des scores comparables femmes-hommes mais avec un sentiment d'accomplissement nettement moindre chez les hommes, possiblement lié à un rôle asymétrique dans la parentalité*. Une ouverture pour des politiques parentales favorisant l'égalité femmes-hommes, au service des femmes ... et des hommes !

LES DIFFÉRENTES FACETTES DU BIEN-ÊTRE EN GIRONDE

COMPARAISON FEMMES-HOMMES



- Aux USA, une inversion progressive du bien-être relatif femmes-hommes depuis 30 ans : les femmes de moins en moins heureuses en comparaison avec les hommes (Stevenson & Wolfers)
- Un phénomène comparable en cours de réalisation en France (voir Davoine « L'économie du Bonheur »)

APPRENTISSAGES

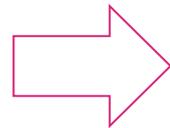
- MESSAGE : un sentiment d'accomplissement nettement moindre chez les hommes
- Une piste à creuser, potentiellement lié à une exigence de sens non réalisée dans le travail, ou à un engagement dans la parentalité moins marqué
- MESSAGE : une vigilance particulière à avoir quant à l'évolution respective du bien-être des femmes et des hommes
- MESSAGE : les différences de bien-être femmes-hommes une raison forte de développer des mesures dans le temps

ZOOM PAR CATÉGORIES SOCIO-PROFESSIONNELLES

QUELLE DIMENSION SPIRAL DU BONHEUR COMPTE LE PLUS SELON LA CSP ?

Répartition par CSP

Cadre de vie

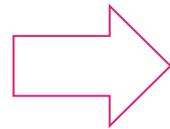


1er

Chez les Artisans exploitants
Et
Employés

Un standard de vie moindre. Une attention possible au cadre de travail, aux infrastructures.

Relation aux autres

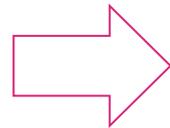


1er

Chez les Cadres et professions libérales

Un standard de vie déjà de qualité. La relation client ou aux équipes un facteur explicatif possible.

Fonctionnement de la société



3e

Le fonctionnement de la société n'est jamais en tête des choix des participants. Pour les cadres comme pour les employés il arrive en troisième position.

Elargi (hors Gujan)

LE NIVEAU DE BIEN-ÊTRE DES ARTISANS EXPLOITANTS EN GIRONDE

Les plus heureux?



Les Artisans Exploitants

**Bien-être global :
8,3/10**

Les artisans manifestent les plus hauts niveaux de bien-être avec un record en accomplissement: **8,8/10**

- Un facteur explicatif possible fort : un travail qui donne du sens, notamment parce que le produit de celui-ci est tangible. Un fort sentiment d'utilité, donc d'accomplissement.
- Un travail dans lequel il est possible de s'absorber, être dans le « flow » (voir diapo suivante)
- Egalement, une CSP extraite de la « course à l'échalote » du succès social

think-tank du bien-être citoyen
LA FABRIQUE SPINOZA



Un
développe
ment des
activités
artisanales
locales
vertueux



LE « *FLOW* » OU L'EXPÉRIENCE OPTIMALE

“ Vous êtes tellement absorbé par ce que vous faites, vous ne vous pensez plus comme séparé de l'activité. Vous n'êtes plus un participant qui observe, seulement un participant. Vous bougez en harmonie avec quelque chose d'autre dont vous faites partie.



Le Flow est

L'expérience de contentement total lorsqu'on se perd dans la poursuite active d'un objectif difficile et qui fait du sens.

LES CARACTERISTIQUES DU “FLOW” : QUELS APPRENTISSAGES ?

- La clarté des buts et les retours fréquents sur les avancées
- Une concentration complète
- L’action et la conscience sont fusionnées
- Perte de conscience de soi, ou du sentiment du soi
- Sentiment de contrôle
- Déformation du temps
- Des activités intrinsèquement valorisantes



- 
- **Un développement des activités artisanales locales vertueux**
 - **Une information à apporter aux étudiants et élèves lors des choix d’orientations, afin d’informer des vertus de l’artisanat**

LE NIVEAU DE BIEN-ÊTRE DES PERSONNES SANS-ACTIVITÉ EN GIRONDE

Les moins heureux?



Les sans- activité

**Bien-être global :
6,3/10**

Les sans-activité manifestent le plus
bas niveau de bien-être avec un
record en accomplissement: **5,2/10**

Un phénomène étudié : les demandeurs d'emploi malheureux car

- Une déstructuration du temps
- De moindres relations sociales
- Une dévalorisation de soi



Le
développement
ent
d'activités en
direction des
demandeurs
d'emplois un
acte
vertueux

ZOOM SUR LE BIEN-ÊTRE DES DEMANDEURS D'EMPLOI : UN VECTEUR DE RÉINSERTION PROFESSIONNELLE

1 Bien en soi

- Une des catégories de populations les plus malheureuses (+ nombreuses)
- Un regard pesant de la Société sur les demandeurs d'emploi

1 Bouclier social

- 1 bouclier pour éviter un chemin de désocialisation et de désinsertion dangereux

1 outil de réinsertion

- Des corrélations entre bien-être et efficacité
- Le Bien-être vecteur d'activité, de créativité, d'engagement et de sociabilité

1 garantie pour le futur

- Un demandeur d'emploi satisfait dans le futur via un travail adéquat, comme garantie d'une architecture sociale plus solide

POUR ALLER PLUS LOIN, UN EXEMPLE D'EXPÉRIMENTATION EN ANGLETERRE :

L'ACCOMPAGNEMENT DES DEMANDEURS D'EMPLOI

- Au premier rdv avec le service « Pôle Emploi » anglais, un demandeur d'emploi se voit poser 4 questions sur son niveau de bien-être
- Ses résultats aux entretiens pour un travail qui suivent sont enregistrés
- L'étude montre une très forte corrélation entre le niveau de bien-être au 1^{er} rdv « Pôle Emploi » et le succès aux entretiens d'embauches qui suivent
- Fort de ce constat, le Gouvernement anglais a lancé une expérimentation pour accompagner les demandeurs d'emploi via des formations en psychologie positive afin de diminuer leur mal-être et les aider ainsi à retrouver un emploi plus facilement
- En complément, une expérimentation est en cours où le demandeur d'emploi est « placé » de manière obligatoire pour travailler sans rémunération dans une entreprise à temps partiel afin d'éviter sa perte de lien social, diminuer son mal-être et favoriser sa réinsertion

Source :
Ewen Mc Kinnon,
membre du
cabinet de
David
Cameron,
conférence
OCDE

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : un partage d'information avec les élèves des différents niveaux de bien-être selon les types de profession choisies
- MESSAGE : des expérimentations à conduire pour diminuer le niveau de mal-être des demandeurs d'emploi,
 - Comme un bien en soi
 - Comme un chemin de retour vers l'emploi

LES CRITÈRES DE BIEN-ÊTRE

POUR SE DÉTENDRE UN INSTANT 😊 :

LE COCKTAIL DU BONHEUR

(exemple de critères évoqués au maximum 3 fois ; un total de 286 mots)

Dinosaure

Console

Roucoulade

Bonbonnière

Pétanque

Hélicoptère

Tracasserie

Cravate

Amour en cage

Abeilles

Sédatif

Pilosité

Orgasme

Truffe

LES 20 TERMES LES PLUS RECURRENENTS DU BIEN-ÊTRE

Un mélange de lien, plaisir, nature, activité et sérénité

Rang	Occurrence	Mots	Individuel ou Collectif
1	165	santé	Individuel
2	163	famille	
3	158	amour	Individuel
4	109	amitié	
5	92	nature	Collectif
6	86	environnement	Collectif
7	77	soleil	Collectif
8	49	travail	
9	41	argent	Individuel
10	39	calme	
11	34	solidarité	Collectif
12	30	alimentation	Individuel
13	28	bonheur	Individuel
14	28	liberté	Individuel
15	28	temps libre	Individuel
16	26	sport	Individuel
17	25	respect	Collectif
18	22	partage	Collectif
19	19	sérénité	Collectif
20	17	culture	Collectif

Total Top20 1236 53%

Total occurrences 2330

LES 20 TERMES LES PLUS RECURRENENTS DU BIEN-ÊTRE

Rang	Occurrence	Mots	Individuel ou Collectif
1	165	santé	Individuel
2	163	famille	
3	158	amour	Individuel
4	109	amitié	
5	92	nature	Collectif
6	86	environnement	Collectif
7	77	soleil	Collectif
8	49	travail	
9	41	argent	Individuel
10	39	calme	
11	34	solidarité	Collectif
12	30	alimentation	Individuel
13	28	bonheur	Individuel
14	28	liberté	Individuel
15	28	temps libre	Individuel
16	26	sport	Individuel
17	25	respect	Collectif
18	22	partage	Collectif
19	19	serenité	Collectif
20	17	culture	Collectif

- Les 5 premiers termes conformes à la sagesse populaire
- Un équilibre entre les critères individuels et collectifs
- Le critère Soleil étonnant car entièrement non maîtrisable
- Le travail et l'argent à peine dans le Top 10, à comparer avec la proportion de son temps consacrée à ces activités
- Le Vivre ensemble apparaît via la solidarité, le respect et le partage
- Un désir de paix : calme, sérénité
- Du bien-être hédonique (alimentation) et eudémonique (liberté, partage)

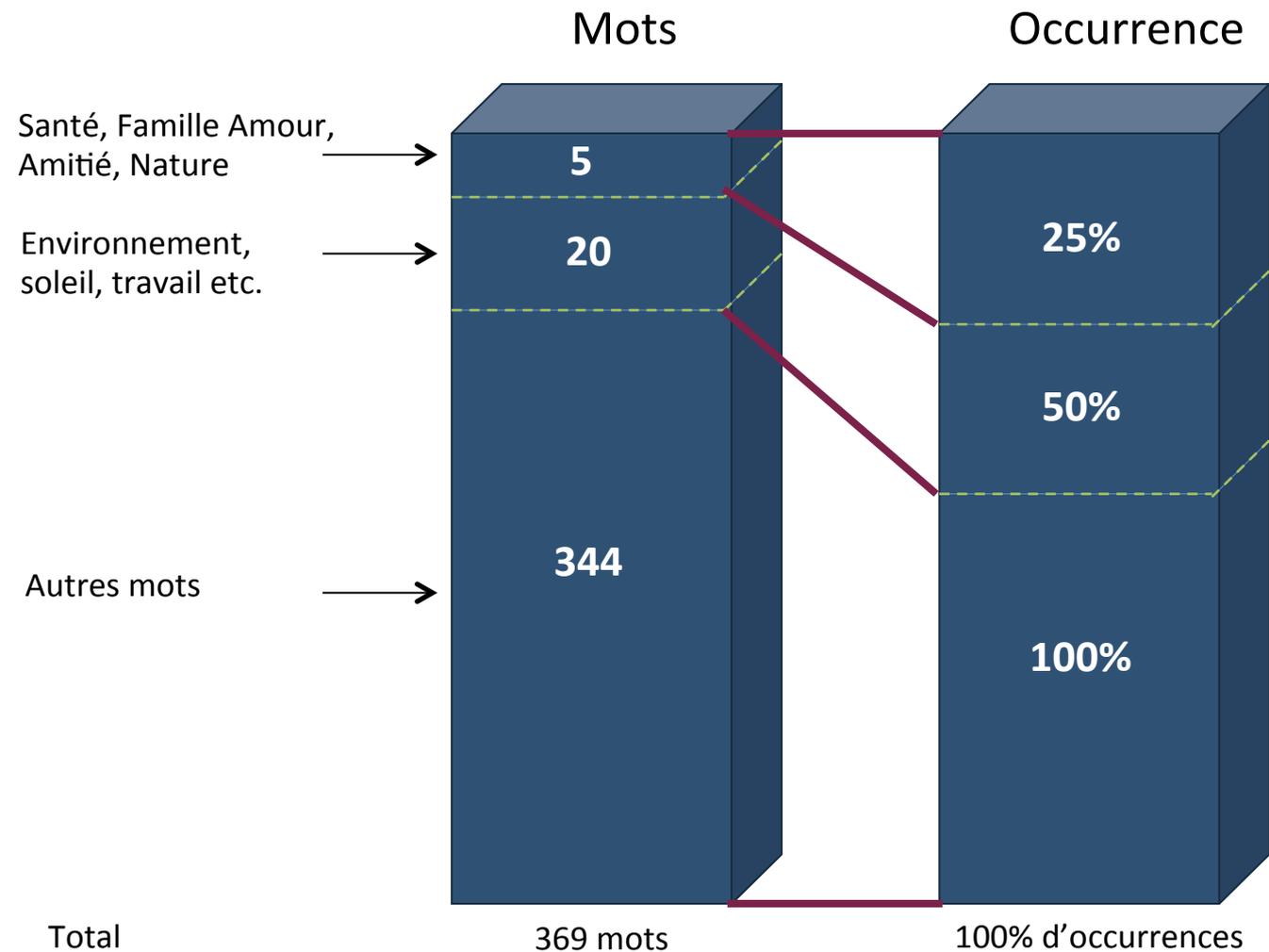
APPRENTISSAGES

- MESSAGE : un panel de champs possibles avec des interventions éventuelles des territoires, sur le lien social, sur la nature, sur les activités, sur le calme

QUELLE UNIVERSALITÉ AUX CRITÈRES DE BIEN-ÊTRE ?

UN SOCLE COMMUN LARGE DE CRITÈRES DE BIEN-ÊTRE :

25 concepts représentent 50% des occurrences



Un quart des réponses données lors de la question 1 sont Santé, Famille, Amour, Amitié et Nature. On retrouve là une constante ou un socle de définition commun du bien-être.

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : un socle de critères partagé suffisamment large pour envisager de dessiner un cap commun

APPRÉHENDER L'AVENIR

SE PROJETER DEMAIN...

Question	Nombre de réponses	Nombre de non-réponses
1*	2330	113
2	2496	213

Question 2

Maintenant, pensons à l'avenir :
A votre avis, qu'est-ce qui est indispensable pour le bien-être de tous demain ?

213

Non-réponses à cette question



On en conclut qu'il existe une difficulté à se projeter demain

Une difficulté liée à l'âge ?

Classe d'âge	Nombre de répondants par classe d'âge	Pyramide des âges des non-répondants à la question 2	Pyramide des âges des répondants
0-9	9	5%	3%
10-19	10	5%	6%
20-29	29	15%	13%
30-39	58	30%	29%
40-49	51	26%	25%
50-59	15	8%	12%
60-69	11	6%	8%
70-79	10	5%	3%
0-79	193	100%	100%



La difficulté à se projeter dans le futur ne dépend pas de l'âge du répondant.

DES RÉPONSES QUI REFLÈTENT UNE PEUR DU DEMAIN

Question2

Maintenant, pensons à l'avenir :

A votre avis, qu'est-ce qui est indispensable pour le bien-être de tous demain ?

Quelques critères laissent transparaître une crainte vis-à-vis du lendemain...

Occurrence	Mots
121	santé
88	solidarité
87	amour
83	respect
80	nature
71	travail
62	environnement
49	ecologie
47	paix
46	argent

Occurrence	Mots
44	famille
42	amitié
36	alimentation
32	liberté
31	partage
24	bonheur
22	logement
22	eau potable
22	tolérance
20	emploi

Les problématiques de développement durable sont également bien présentes dans les critères de bien-être futur.

Certains biens essentiels sont évoqués comme critère de bien-être demain : le logement, l'eau potable...

ZOOMS SUR LES PLUS HEUREUX ET LES MOINS HEUREUX AYANT RÉPONDU AUX ENQUÊTES

LES PLUS GRANDES ET MOINDRES SATISFACTIONS* D'AUJOURD'HUI (occurrence >20)

La satisfaction moyenne chez l'ensemble des répondants :

2,97*

La plus grande satisfaction*

Mots valeurs	Moyenne
famille	3,5
bonheur	3,5
amour	3,4
amis	3,4
amitié	3,4
santé	3,2
sport	3,2
partage	3,1
nature	3,0
solidarité	3,0
calme	3,0
respect	3,0

La moindre satisfaction*

Mots valeurs	Moyenne
travail	2,8
environnement	2,7
liberté	2,7
argent	2,5
alimentation	2,5
temps libre	2,1
soleil	1,9

- Comme attendu, les termes les plus cités sont ceux associés à une plus grande satisfaction (à gauche)
- Toutefois, on trouve également des termes de moindre satisfaction : argent, alimentation, temps libre, soleil

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : l'alimentation, et le temps libre des sujets à explorer, car sujets à intervention. Une question importante sur le temps libre : s'agit-il de quantité ou de qualité de temps libre ?

LES 20 AQUITAINS SE DÉCLARANT LES PLUS SATISFAITS

Question1

Pour vous, qu'est-ce qui favorise le bien-être aujourd'hui ?

n°1

Amitié

n°3

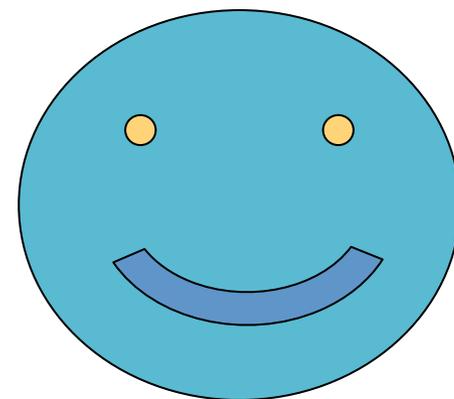
Alcool

n°2

Amour

n°4

Nature



- En moyenne chaque participant a choisi 2 termes
- Leur satisfaction est de 4 pour chacun des termes
- Les gens les plus satisfaits se trouvent en Dordogne

COMPARAISON DES CITOYENS : LES PLUS SATISFAITS VS. LES MOINS SATISFAITS ?

	Occurrence	Les mots des plus heureux	Les mots des moins heureux	Occurrence
Santé			santé	3
Lien social intime			famille	1
	6	amitié	amitié	1
	5	amour	amour	1
Nature			nature	1
	3	nature	environnement naturel	1
	1	nature protégée		
	2	arbres		
	1	campagne		
	1	environnement		
Les plaisirs			épanouissement	1
	1	temps libre	temps libre	1
	1	moto	loisir	1
	2	sport	joie	2
	1	jouissance		
	1	orgasme		
	3	truffe	truffe	1
	4	alcool		
Faire société			échange	1
	2	respect	éducation	1
	1	égalité	lien	2
	2	partager	transmission	2
	1	dialoguer	ecoute	1
	1	convivialité	sincérité	1
	1	partage	courtoisie	1
	1	communisme	savoir-vivre	1
	3	patrie	sourire	1
			respect	2
			morale	1
			citoyenneté	1
			liberté	1
			solidarité	3
Matériel			travail	3
	1	travailler	chauffage	3
	1	habiter	prospérité	1
			nutrition	1
			argent	1
			emploi	1
Sérénité			quiétude	1
	3	calme	paix	2
			serenité	1
Autres			soleil	4
	1	sedatif	culture	1

- **Evaluation** : Les moins heureux sont d'abord des personnes qui donnent des évaluations plus basses que d'autres sur les mêmes critères que d'autres : 1 ou 2 en amour contre 4 pour les plus heureux
- **Spectre** : La gamme de termes évoqués est plus large chez les moins heureux : 36 mots différents contre 26
 - Les critères du bonheur sont des fondamentaux partagés
 - Les critères du mal-être sont plus spécifiques (selon où se porte notre regard)
- **Briques** : Un cocktail différent entre les plus satisfaits et les moins satisfaits (voir diapo suivante)

COMPARAISON DES CITOYENS LES PLUS SATISFAITS VS. LES MOINS SATISFAITS ?

Les 20 participants les plus heureux...

→ Ont tendance à évoquer des critères de bien-être liés à la nature, en proportion très importante

Ex: nature, arbres, environnement, campagne

→ Choisissent en partie les plaisirs hédoniques de la vie

Ex: Temps libre, moto, orgasme, jouissance

Les 20 participants les moins heureux...

→ Les moins heureux sont d'abord des personnes qui donnent des évaluations plus basses que d'autres sur les mêmes critères que d'autres.

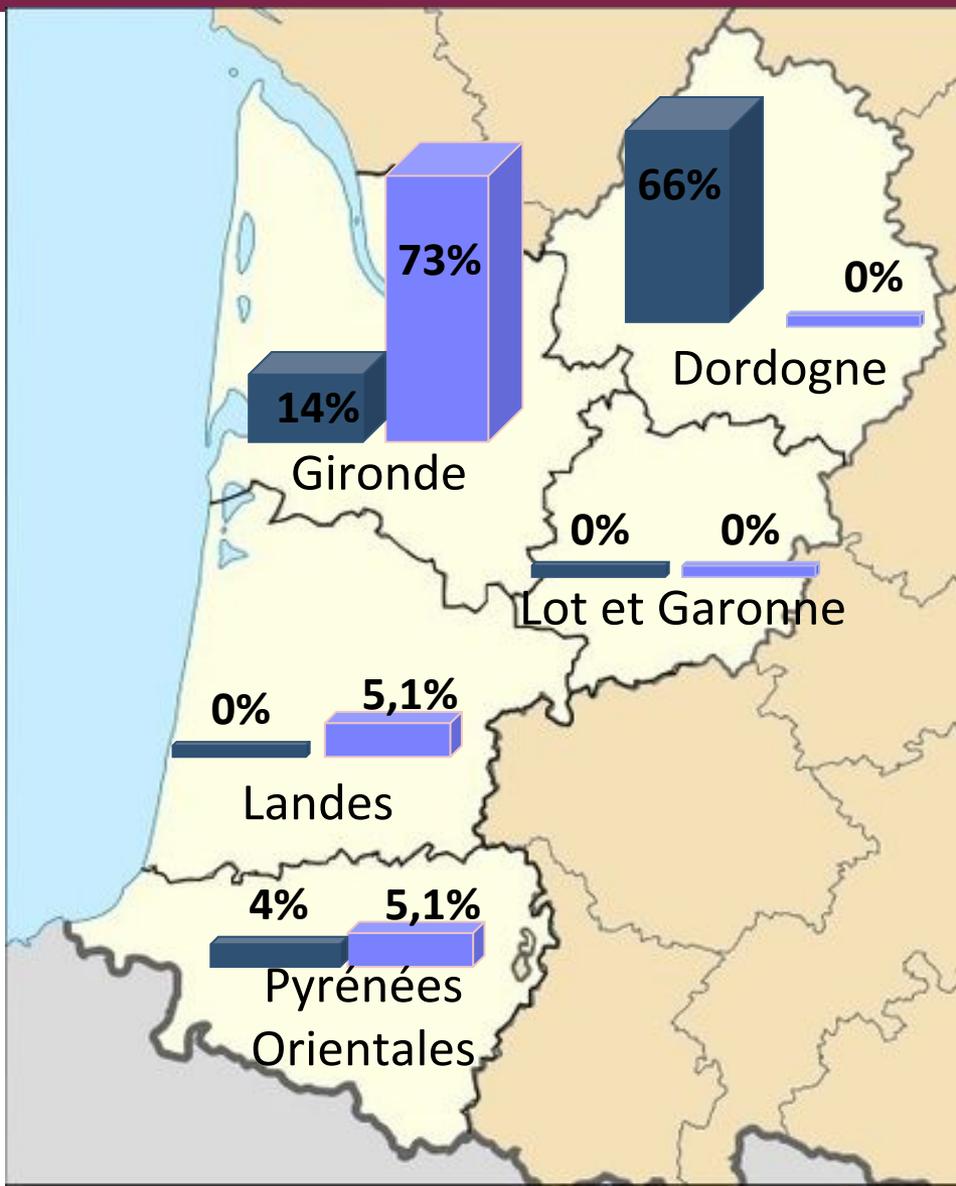
→ Une plus forte mention des conditions matérielles

Ex: Chauffage, argent, etc.

→ Les moins heureux évoquent plus facilement des mots liés au vivre ensemble, tout en étant insatisfaits vis à vis de ces derniers

Ex: Citoyenneté, liberté, solidarité, sérénité

OU SE TROUVENT LES CITOYENS LES PLUS ET LES MOINS SATISFAITS ?



APPRENTISSAGES

- MESSAGE : un degré de satisfaction qui varie selon des critères tangibles mais aussi selon là où se porte le regard
 - Des sensibilisations à faire sur ces sujets pour faire réfléchir les citoyen
- MESSAGE : des comparaisons plus poussées à réaliser entre les territoires pour déterminer plus finement les déterminants d'un épanouissement plus grand en Dordogne
(en l'état, un problème de taille d'échantillon empêche une comparaison statistiquement fiable, car peu de répondants en Dordogne)

CONSULTATION CITOYENNE

UN TERRITOIRE EN ROUTE VERS LE BIEN-ÊTRE DURABLE

PARTIE IV. APPORTS COMPLÉMENTAIRES DE LA SCIENCE DU BIEN-ÊTRE (Prise de recul sur les critères évoqués)



think-tank du bien-être citoyen
LA FABRIQUE SPINOZA

TOP 50 DES CRITÈRES LES PLUS CITÉS

Temps, espace et l'autre 3 champs d'exploration

Plaisir

Loisirs
Culture
Sport
Alcool
Nourriture

Relation à l'Autre

Famille
Amour
Amitié
Amis
Relation
Enfants

Environnement

Environnement
Environnement naturel
Environnement sain
Environnement préservé
Santé environnementale
Nature
Nature protégée

Rapport au temps et à l'espace

Temps libre
Temps
Espace

Besoins de base contrôlés

Santé
Alimentation
Logement
Sécurité
Argent
Qualité de vie

Besoins de base non contrôlés

Climat
Soleil
Chaleur

Grands principes de société

Respect
Égalité
paix

Humanité

Bonheur
Liberté
Joie

Équilibre de l'individu

Équilibre
Epanouissement
Confiance

Travail

Travail
Emploi

Équilibre

Calme
Sérénité
Harmonie

Attitude vis-à-vis de l'Autre

Solidarité
Entraide
Partage
Accueil
Convivialité

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : l'autre, le temps et l'espace 3 champs prometteurs pour le bien-être citoyen
 - des formations de Relation au temps émergent
 - une capitalisation / préservation de la nature encore sous-dimensionnée
 - le vivre-ensemble et le rapport à l'autre un champ de progrès

ZOOM SUR LE LIEN ENTRE SANTÉ & BIEN-ÊTRE : DES LIENS RÉCIPROQUES

Ce qu'en disent les Aquitains

Question 1

Pour vous, qu'est-ce qui favorise le bien-être aujourd'hui ?

Critère n°1

La santé

...citée **165** fois = le plus cité.

Ce qu'en dit la science

1

- La santé affecte notre état psychique
- Si l'on prend l'exemple de l'obésité, 50% des personnes obèses se déclarent moins heureuses que les non obèses**

Bien-être

Santé

2

- Le bien-être a un effet consolidateur sur la santé et plus particulièrement sur l'espérance de vie*
- Le bonheur implique une plus grande conscience de soi-même et par conséquent de sa propre santé, et par ricochet une meilleure santé*

Bien-être

Santé

*Veenhoven, R., HEALTHY HAPPINESS, Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care, Journal of Happiness Studies, 2008 vol 9

** C. Graham, « Happiness ad health : lessons-and questions- For public policy »

ZOOM SUR LE LIEN ENTRE RELATIONS SOCIALES ET BIEN-ÊTRE : L'HOMME EN TANT QU'ANIMAL SOCIAL

Question1

Pour vous, qu'est-ce qui favorise le bien-être aujourd'hui ?

N°2

n°3

Famille

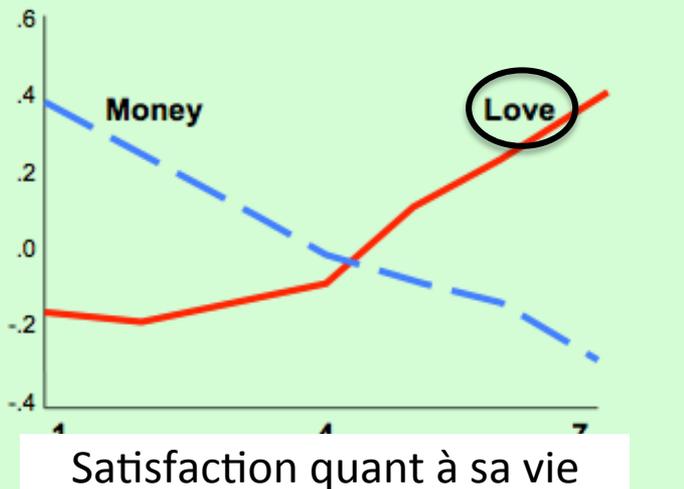
n°4

Amour

Amitié

Les relations sont un vecteur de bien-être de taille

Importance pour le sujet



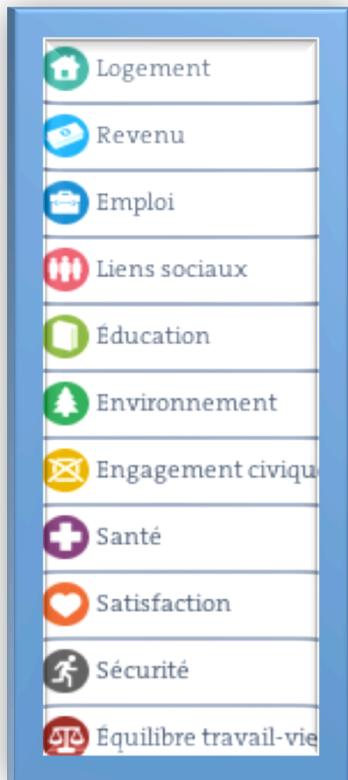
*Le bien-être augmente proportionnellement avec l'importance accordée à l'amour et inversement avec celle accordée à l'argent**

Les relations, un vecteur de bien-être particulièrement efficace dans le monde du travail également

- La qualité des relations est l'un des six facteurs contribuant au bien-être au travail**
- Le soutien social est le meilleur prédicteur de bien-être en période de stress***

COMPARAISON NATIONALE VS. GIRONDE : ZOOM SUR LES RELATIONS SOCIALES

Indice du Vivre-Mieux de l'OCDE avec ses 11 dimensions



France (score français)

En examinant le score de la France sur la question de l'emploi dans l'indice du vivre mieux en France de l'OCDE, observe une note de :

- Relations sociales : 8.0 / 10

Gironde / Aquitaine :

- La satisfaction relative à aux relations sociales en Aquitaine est de 8.5*

* Note moyenne attribuée aux critères apparentés parmi les 20 critères les plus évoqués

ZOOM SUR LE LIEN ENTRE CLIMAT ET BIEN-ÊTRE :

« LE TEMPS COMPTE, PAS LE CLIMAT »

Les recherches prouvent qu'il n'y a pas de lien entre climat et satisfaction de vie.



Le « soleil » évoqué **77 fois (7^{ème} place)** dans ce questionnaire, peut-être associé à un affect positif. Si le climat n'a pas d'influence sur la satisfaction de vie (mesure de long terme) il peut cependant avoir un effet sur le bien-être à court terme.

Dans une étude de l'université de Melbourne*, Richard Lucas résume cela dans son article : « le bien-être subjectif : le temps compte, pas le climat ».

ZOOM SUR LE LIEN ENTRE NATURE & BIEN-ÊTRE : UNE CAUSALITÉ DÉJÀ ÉTABLIE SCIENTIFIQUEMENT

Question 1

Pour vous, qu'est-ce qui favorise le bien-être aujourd'hui ?

La nature

92 occurrences/critère n°5

L'environnement

86 occurrences/critère n°6

L'environnement local affecte le bien-être des individus



Mais, dans quelle mesure ?



George Mc Kerron, chercheur en économie environnementale à la London School of Economics, a lancé un projet pour démontrer le lien entre **environnement** et **bien-être**.



- Experience Sampling method (ESM)
- 3,5 millions de réponses
- 56 000 répondants

RÉSULTATS

- Se trouver à proximité d'une côte ou d'une région maritime accroît en moyenne le bonheur de 5 points sur une échelle de 0 à 100*.
- Se trouver dans une forêt de pins accroît en moyenne le bonheur de l'individu de 4 points sur une échelle de 0 à 100*.

le citoyen
JOZA

ZOOM SUR LE LIEN ENTRE TRAVAIL ET BIEN-ÊTRE : UN NIVEAU DE SATISFACTION FAIBLE, UN POTENTIEL IMPORTANT

Dans l'analyse de ce questionnaire, le mot « travail » a été dissocié du terme « emploi » souvent associé au « plein emploi ». Le travail évoqué par les participants concerne surtout la **qualité de vie au travail**.



enjoy work.

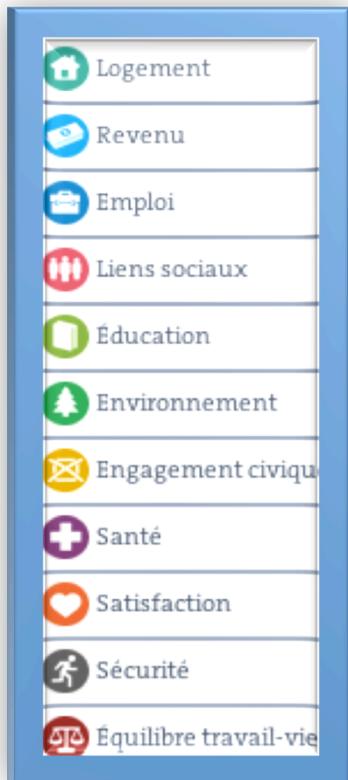


Travail :

- 8^{ème} critère de bien-être des girondins
 - Un niveau de satisfaction national quant au travail faible : 5.3 / 10 *
 - Vecteurs de bien-être : sécurité, relations sociales, quête de sens, autonomie, relation au temps, management, cadre de travail, gouvernance, formation, etc.
- Une liste de levier de mieux en mieux identifiés pour favoriser le bien-être au travail

COMPARAISON NATIONALE VS. GIRONDE : ZOOM SUR LE TRAVAIL

Indice du Vivre-Mieux de l'OCDE avec ses 11 dimensions



France (score français)

En examinant le score de la France sur la question de l'emploi dans l'indice du vivre mieux en France de l'OCDE, observe une note de :

- Emploi : 6,1

Gironde / Aquitaine :

- La satisfaction relative à l'emploi en Aquitaine est de 6.5*

* Note moyenne attribuée aux critères apparentés parmi les 20 critères les plus évoqués

ZOOM SUR LE LIEN ENTRE ARGENT ET BIEN-ÊTRE : L'ARGENT, VECTEUR D'ÉPANOUISSEMENT SURESTIMÉ (1/2)

Argent :
9^{ème} critère de bien-être des
girondins



L'étude menée par Aknin*, montre que les individus sont en général plus satisfaits par le don que par le gain.

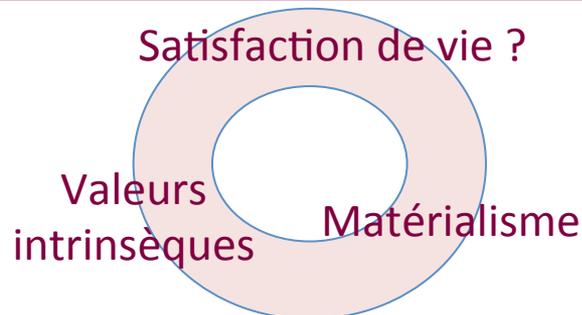
- Les individus surestiment le gain en bien-être d'une dépense pour soi
- Les individus sous-estiment le gain en bien-être d'un don pour autrui

ZOOM SUR LE LIEN ENTRE ARGENT ET BIEN-ÊTRE : L'ARGENT, VECTEUR D'ÉPANOUISSEMENT SURESTIMÉ (2/2)

Matérialisme et bonheur

Psychologue Dr. Kasser : plus les individus sont matérialistes, ...

- ... moins ils sont heureux
- ... moins ils sont satisfaits de leurs vies
- ... moins leurs émotions sont positives
- ... plus ils sont facilement sujets à l'anxiété, à la dépression, aux addictions
- ... moins ils développent des relations avec les autres



Valeurs intrinsèques et extrinsèques

- Frey & Stutzer – Mauvaise capacité à prévoir notre utilité future
- Valeurs intrinsèques : besoin d'intégration, de relation avec l'autre, besoin de développement de compétences, d'auto-détermination, ou de contrôle sur les activités
- Valeurs extrinsèques : des biens et des activités permettant ou augmentant les possessions matérielles, la position, le prestige, la réputation
- Une sous-estimation générale des bienfaits des valeurs intrinsèques en comparaison des valeurs extrinsèques

ZOOM SUR LE LIEN ENTRE TEMPS LIBRE & BIEN-ÊTRE : DE L'IMPORTANCE DU TEMPS LIBRE

Question1

Pour vous, qu'est-ce qui favorise le bien-être aujourd'hui ?

Critère n°15

Le temps libre

Le manque de temps un problème
global de société

- **60%** des Français rapportent ne pas prendre suffisamment de temps pour s'occuper d'eux-mêmes
- **59%** avouent être en constante recherche de gain de temps.
- **54%** des Français se disent « souvent » stressés** en ressentant un sentiment d'urgence.

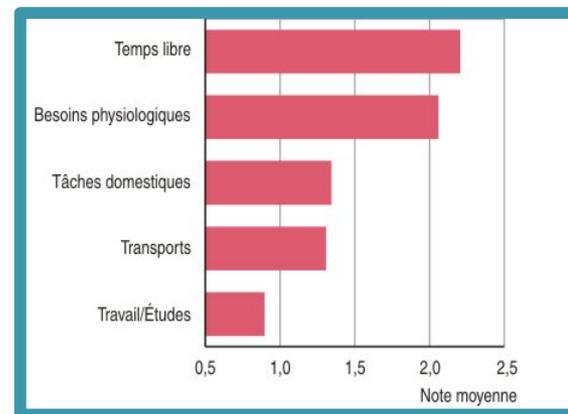
think-tank du bien-être citoyen

LA FABRIQUE SPINOZA

Le temps libre comme vecteur de
bien-être

Une journée peut se décomposer en **5 grandes périodes** :

- Le temps des besoins physiologiques
- Le temps du travail professionnel
- Le temps du travail domestique
- Le temps des déplacements
- Le temps libre



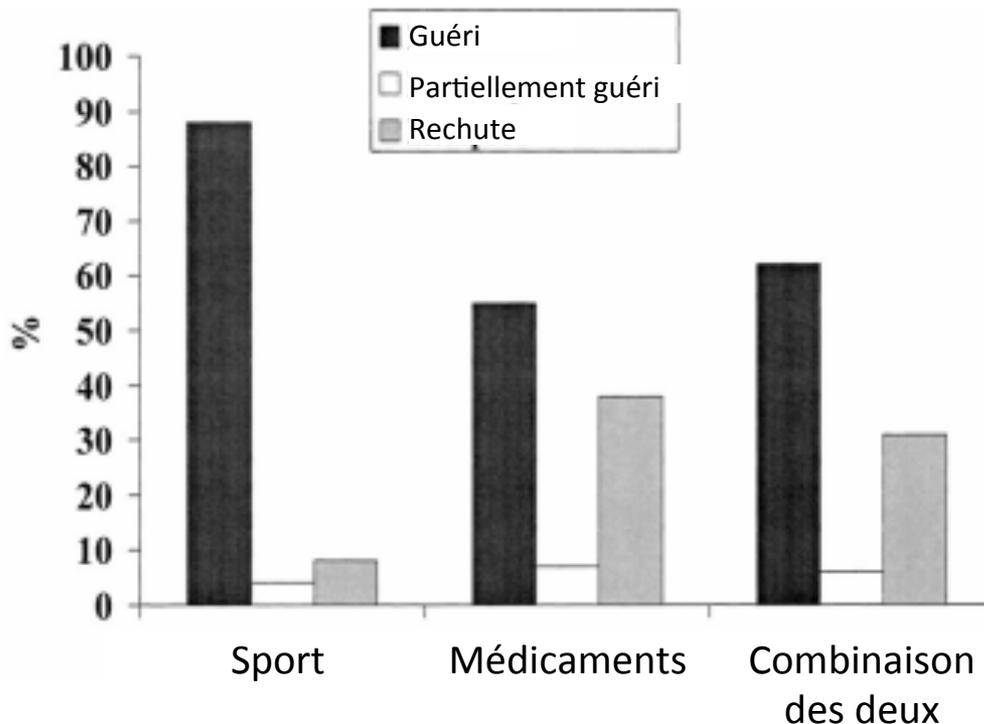
La note
moyenne de
l'activité temps
libre est de **2,2**
sur 3 sur
l'échelle des
moments
agréables*

*Insee, enquête emploi du temps 2010

**Rapport Ipsos : Lâcher prise, 03/2013

ZOOM SUR LE LIEN ENTRE SPORT, SANTE ET BIEN-ÊTRE : PAS DE SPORT = PRENDRE DES « DÉPRESSIFS »

Sport : 16^{ème} critère de BÊ des Girondins



Michel Babyak, montre dans une étude sur la relation entre ces trois éléments, que l'exercice physique à lui seul, est plus efficace que les médicaments et la combinaison des deux dans le traitement de la dépression.*

Moins de 10% des patients tombent à nouveau dans la dépression avec une thérapie sportive. **Plus de 50%** pour les thérapies médicamenteuses.

ZOOM SUR LE LIEN ENTRE PHILANTHROPIE ET BIEN-ÊTRE : DONNER REND HEUREUX

Ce qu'en disent les Aquitains

Question1

Pour vous, qu'est-ce qui favorise le bien-être aujourd'hui ?

Critères classés respectivement,

N°12

N°20

La solidarité

Le partage

cités ...

34 fois

22 fois

Ce qu'en dit la science

Quel lien entre bien-être et philanthropie ?

Les dépenses pro-sociales rendent plus heureux même s'il y a sous-évaluation du surcroît de bien-être lié à une dépenses pro-sociales* (c'est à dire tournée vers l'autre)

En moyenne les individus les plus prosociaux ont un sentiment de reconnaissance vis-à-vis d'eux-mêmes plus important que les bas-prosociaux. Ils se sentent plus heureux, plus actifs et plus engagés**.

*Spending Money on Others Promotes Happiness, elizabeth W. Dunn, Lara B. Aknin and Michael I. Norton

** Csikszentmihalyi and Schneider 2000

CONSULTATION CITOYENNE

UN TERRITOIRE EN ROUTE VERS LE BIEN-ÊTRE DURABLE

PARTIE V. ANALYSE DES PROPOSITIONS ÉMISES (en atelier ou dans les questionnaires élargis)



think-tank du bien-être citoyen
LA FABRIQUE SPINOZA

RÉSULTATS DES PROPOSITIONS CITOYENNES

Propositions

87 Initiatives

= Propositions pouvant être mises en place ou déjà existantes

55 Préconisations

= Propositions plus abstraites faisant référence à un objectif final idéal à atteindre

16 Mesures

= Propositions d'indicateurs permettant de quantifier un critère jugé important par les citoyens

... dont ...

27 propositions sur le **travail** (dont **18** de la Foire de Bordeaux)
16 propositions sur le **développement durable**
14 propositions sur la **cohésion sociale**
12 proposition sur le **rapport au temps** (dont **9** de la Foire de Bordeaux)
11 propositions sur le **rapport au politique, à la société et aux institutions**
11 propositions sur le **vivre ensemble**
8 propositions sur **l'éducation**
7 propositions sur les **transports**

APPRENTISSAGES

- MESSAGE : lorsqu'invités à faire des propositions, les citoyens en formulent qui sont d'ordre concret, dont une partie applicable

PROPOSITIONS ÉMISES SUR LE TRAVAIL

Préconisations

- ❖ Egalité femmes-hommes
- ❖ Transport au travail
- ❖ Télétravail
- ❖ Espace de détente et conciergerie d'entreprise

Initiatives

- ❖ Salle de coworking
- ❖ Salle à café en visio-conférence (pour permettre la convivialité avec les télétravailleurs)

Environ **12,4%** de salariés travaillent au moins huit heures par mois à leur domicile*
Le télétravail induit un gain de productivité pour l'entreprise de l'ordre de **22%***

APPORT COMPLÉMENTAIRE SUR LE COWORKING

Où

→ Réseau de 1800 espaces dans le monde

Objet

→ Espace de coworking

→ Espace partagé pour les télétravailleurs et les freelances

→ Réseaux de travailleurs basé sur l'échange et l'ouverture

Comment

→ Exemple des espaces co-working européens (ex: La Cantine à Paris)

→ Tarif par mois et par jour

→ Gestion et organisation basé sur la durabilité et la création de réseau: organisation de conférence et hétérogénéité des secteurs représentés par chaque usager.

Proposition déjà mise en place

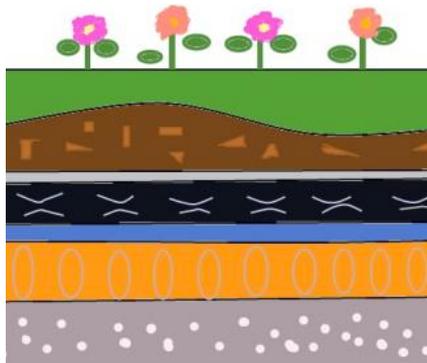
Précisions

Le coworking, développé aux Etats-Unis dans les années 2000, visait initialement à répondre aux difficultés que peuvent rencontrer les télétravailleurs, créatifs et auto-entrepreneurs. Notamment la volonté d'être autonome tout en nécessitant un espace de travail convivial, ou la nécessité d'être formés et de construire leur réseau tout en restant indépendants. Il s'étend aujourd'hui aux salariés en entreprise

PROPOSITIONS ÉMISES SUR LE DÉVELOPPEMENT DURABLE

Préconisations

- ❖ La nature en ville (végétalisation accrue)
- ❖ Eco-citoyenneté
- ❖ Gestion des ressources



Initiatives

- ❖ Remplacer une place de parking sur deux par un jardin
- ❖ Rendre la récupération de l'eau de pluie obligatoire sur les nouvelles constructions



APPORT COMPLÉMENTAIRE SUR LA VEGETALISATION DE L'ESPACE URBAIN

Où

→ Toute la France, au niveau des mairies

Objet

→ **Mesure des espaces verts en milieu urbain et périurbain**

→ Permettre de compenser l'absence de verdure dans les agglomération

→ Permettre la mise en place d'un objectif de "végétalisation" de la ville

Comment

→ Gestion écologique assurée par un organisme indépendant.

→ Identifier les zones susceptibles d'être investies pour augmenter la surface verte de la ville, à l'aide d'un retour des citoyens.

Proposition déjà mise en place

Précisions

La végétalisation des espaces urbain est un enjeu écologique majeur qui permet une réduction progressive des risques de pollution (acoustiques, atmosphériques etc.). Il implique de même une gestion durable et ouverte des ces espaces. Dans cette optique certaines mairies délèguent la gestion à des collectif indépendants.

APPORT COMPLÉMENTAIRE SUR LA TRANSFORMATION DES PARKINGS EN JARDINS

Où

→ Montpellier

Objet

- Réaménagement d'un parking abandonné
- Création d'un jardin partagé bucolique
- Création d'un espace de convivialité et d'activité pour le quartier

Comment

- Plan de diversité adopté au conseil municipal
- Création d'un collectif en charge de la gestion de l'espace ornemental

Proposition déjà mise en place

Précisions

Le réaménagement a été effectué en 48h de travail avec une vingtaine de participants dont quelques botanistes et les membres d'une association spécialisée dans la diversité urbaine. Des visites de primaires y sont organisées, et la gestion est assurée par un collectif citoyen.

APPORT COMPLÉMENTAIRE SUR LA RÉCUPÉRATION DES EAUX DE PLUIE

Où

→ France, mesure législative

Objet

→ Crédit d'impôt prévu dans la loi sur l'eau et les milieux aquatiques du 30 décembre 2006 art.49

→ Collecte et réutilisation de l'eau de pluie pour usages externes ou domestiques

Comment

→ Système de récupération isolé des canalisations d'eau potable

→ Utilisation d'eau de pluie interdite dans les établissements de santé, crèches, école maternelles et élémentaires etc.

Proposition déjà mise en œuvre

Précisions

Outre l'avantage pour l'utilisateur, cette proposition touche aussi à la gestion des eaux en milieu urbain, en soulignant l'importance de ces flux afin d'éviter inondation ou le mauvais drainage du à l'imperméabilité des sols.

PROPOSITIONS ÉMISES SUR LA COHÉSION SOCIALE

Préconisations

- ❖ Créer des lieux de rencontre (milieu urbain et rural)
- ❖ Encourager au développement d'un tissu associatif solide
- ❖ Veiller au non isolement des personnes
- ❖ Accroître la convivialité, l'ouverture aux autres
- ❖ Repenser les espaces publics afin de favoriser leur appropriation
- ❖ Moins de télévision

Initiatives

- ❖ Des restaurants ouverts le soir en centre-ville
- ❖ Quantifier les moments de fête

APPORT COMPLÉMENTAIRE SUR LES TRANSPORTS QUI FAVORISENT LA COMMUNICATION

Où

→ Gironde

Objet

→ e-car

→ Prise en compte des temps et espaces de transport pour entretenir la convivialité et permettre la communication

Comment

→ l'exemple des e-car de la Gironde a été donné par les participants. .

→ 280 000€ est le cout total par autocar

→ Peut être mis en place par le département

→ Ouverture à l'utilisateur par la mise en place d'un tarif unique.

Proposition déjà mise en œuvre

Précisions

Les transports de haut niveau de service existent déjà et possèdent plusieurs comforts supplémentaires pour un prix unique de 2,50€ : presse du jour, prises électriques, connexion wifi, panneaux solaires etc.

APPORT COMPLÉMENTAIRE :

« LA JOURNÉE SANS TÉLÉ »

Proposition déjà mise en place

Où

→ Possible dans toute la France, mis en place à Rennes, le samedi 12 juin 2010

Objet

→ **Mettre en place une journée sans télévision**

→ Récupérer le temps rogné par la télévision sur le temps libre

→ Conscientiser les citoyens autour du contenu et du rôle de la télévision

Comment

→ Mesurer le niveau de bien-être local concernant la télévision

→ Organiser une journée locale sans télévision ; avec un événement fondateur

Précisions

Les français consacrent en moyenne 3h32 par jour à la télévision. Pourtant une étude sociologique menée par Robinson et Godley montre que la satisfaction à long terme des usagers est de 4,8/10 soit un niveau de quasi mal être. Ce paradoxe est doublé du fait que tout le temps libre que les français ont gagné en 30 ans (4h par jour) est pratiquement entièrement utilisé par le temps de visionnage.

APPRENTISSAGES DES PROPOSITIONS

LA PLACE FORTE DU LIEN SOCIAL



- MESSAGE : Des propositions radicales sur le lien social
→ un message en soi sur la situation à améliorer fortement
- MESSAGE : On pourrait s'attendre que le lien social soit cantonné à la sphère privée ...
... pourtant il est mis en avant comme pouvant être favorisé par la puissance publique
- MESSAGE : Une socialisation envisagée dans un grande diversité de lieux : ville, espaces publics, transports publics, événements, etc., mais la socialisation non évoquée dans le champ du travail → un travail important à conduire par les organisations

PROPOSITIONS ÉMISES SUR LES RAPPORTS AU POLITIQUE, AUX INSTITUTIONS ET À LA SOCIÉTÉ

Préconisations

- ❖ Permettre l'expression citoyenne éclairée
- ❖ Augmenter la latitude de choix qui s'offrent aux citoyens



Initiatives



- ❖ Organiser un événement fédérateur et s'unir dans l'atteinte de ces objectifs
- ❖ Sanctuariser les services public : qu'ils soient ouverts 22H/24
- ❖ Associer des droits à l'engagement bénévole

APPORT COMPLÉMENTAIRE SUR LES DROITS ASSOCIÉS À L'ENGAGEMENT BÉNÉVOLE

Où

→ France

Objet

→ **Reconnaissance du statut de bénévole**

→ Permettre la reconnaissance juridique d'une expérience de travail bénévole, afin que l'individu en question puisse bénéficier d'un statut assurant aussi une protection sociale

Comment

→ Création d'un statut spécifique pour permettre le cumul de points pour la retraite.

Propositions à étoffer

Précisions

En matière de Protection sociale, les 16 millions* de bénévoles français ne bénéficient pas réellement de droits. Une proposition dans ce sens avait été faite pour que le bénévolat soit une activité éligible à la cotisation de points de retraite. Si cette proposition a été rejetée, des mesures sont progressivement mises en place pour une plus grande reconnaissance du statut du bénévole. En 2008, un certificat de formation à la gestion associative a été mis en place à destination des dirigeants d'association

PROPOSITIONS ÉMISES SUR LE RAPPORT AU TEMPS

Préconisations

- ❖ Gérer ses temps : travail, loisirs, oisiveté etc.
- ❖ Evaluer la qualité des temps passés dans les transports, les services publics etc.

Initiatives

- ❖ Se fixer des emplois du temps comme à l'école
- ❖ Faire des listes
- ❖ Favoriser les horaires souples
- ❖ Apprendre à anticiper

PROPOSITIONS ÉMISES SUR LE VIVRE ENSEMBLE

Préconisations

- ❖ Une éducation au vivre ensemble et aux valeurs de la famille
- ❖ Favoriser les relations intergénérationnelles
- ❖ Renforcer la mixité et le lien dans la famille, le voisinage et le quartier
- ❖ Quantifier les moments de fêtes

Initiatives

- ❖ Se demander si l'on connaît ses voisins par exemple en évaluant le nombre de fête des voisins.
- ❖ Organiser une nuit à la belle étoile
- ❖ Installer des aires de barbecues
- ❖ Accompagner les projets citoyens comme les jardins partagés par exemple.
- ❖ Limiter la pollution publicitaire

APPORT COMPLÉMENTAIRE SUR LA LIMITATION DE LA POLLUTION PUBLICITAIRE

Où

→ France

Objet

→ Limiter la présence des panneaux publicitaires perçus comme agressifs par certains répondants

→ Limitation de la pollution visuelle dans les espaces d'agglomération.

Comment

→ Le maire est un décideur pivot en matière d'affichage.

→ Il peut mettre en place une zone de publicité restreinte (L.581-10 Code de l'environnement)

→ Cette mesure permet de limiter les emplacements et les procédés d'affichage, mais pas les contenus

Proposition déjà mise en œuvre

Précisions

Les mairies se trouvent face au problème de pollution visuelle cumulée à l'entrée des espaces d'agglomération qui peuvent échapper à la réglementation prévue dans le cadre de la loi Grenelle II.

Mais cette même loi autorise le pouvoir local à instituer des zones où l'affichage peut être sensiblement limité.

APPORT COMPLÉMENTAIRE SUR LA QUANTIFICATION DES MOMENTS DE FÊTES



Fête

Bien-être

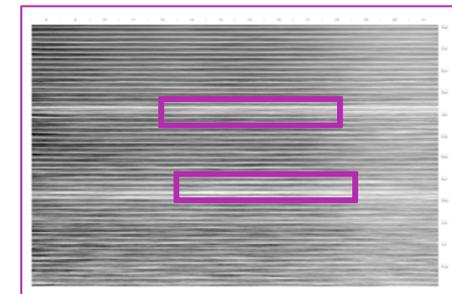
Où : → Royaume-Uni

Objet : → Mappiness.org ; une application smart phone beepant 5 fois / jour et invitant l'utilisateur à renseigner en fin de journée son niveau de bien-être aux moments des beeps

Comment : → Grâce à l'application les chercheurs on pu montrer que les répondants sont significativement plus heureux aux moments institués de **fêtes et de cohésion nationale**

Représentation du bien-être déclaré moyen de tous les répondants sur 1 an heure par heure. Blanc = bien-être élevé ; Noir = faible

Heure de la journée (24h)



Date de l'année (365 jrs)



31/12/2010
Nouvel an



29/04/2011
Mariage royal

PROPOSITIONS ÉMISES SUR LES TRANSPORTS



- ❖ Augmenter le nombre de transports en commun
- ❖ Augmenter les possibilités de stationnement
- ❖ Mettre en place des transports en commun qui favorisent la communication

Les transports sont le pire moment de la journée évalués à **2.5 / 4** dans une étude rapportée par Richard Layard dans Le Bonheur, leçons d'une nouvelle science.

PROPOSITIONS ÉMISES SUR L'ÉDUCATION

Préconisations

- ❖ Promouvoir l'art à l'école
- ❖ Eduquer le consommateur et encourager à la consommation responsable
- ❖ Développer une éducation au respect mutuel

Initiatives

- ❖ Apprendre aux enfants à réparer et à recycler
- ❖ Rendre le voyage obligatoire
- ❖ Modifier les représentations des métiers de l'artisanat

APPORT COMPLÉMENTAIRE SUR LE REMPLACEMENT DES BACS À FLEURS PAR DES BACS À LÉGUMES



Proposition déjà mise en oeuvre

Précisions

Où

Grande-Bretagne, Allemagne, France...

Objet

→ Planter des légumes dans des espaces urbains non occupés et inviter les passants à se servir

Comment

→ Des initiatives urbaines, de la pédagogie scolaire, et des actions solidaires.

Les membres plantent des légumes dans des zones urbaines (bac à fleurs, arbres...) et une affiche invite les passants à se servir. Le site internet :

<http://www.incredible-edible.info/> propose une méthode en 5 étapes pour lancer ce type d'initiative dans sa ville ou son village.

Nourriture à partager 

Servez-vous librement, c'est gratuit !

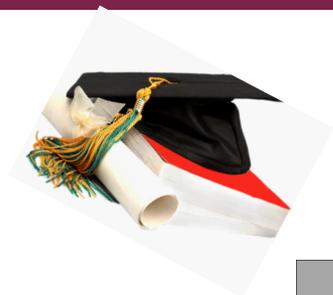
ANNEXE 1
-
**L'ENSEMBLE DES PROPOSITIONS ÉMISES
DURANT LA CONSULTATION**

CADRE DE VIE & COHÉSION SOCIALE

Cohésion sociale		Vivre ensemble	
Un tissu associatif favorisant la mixité sociale, les rencontres, la convivialité	Quantifier le nombre d'actions « qui sont faites ensemble »	Une éducation au vivre ensemble et aux valeurs de la famille	Développer la médiation locale en lien avec l'isolement des personnes âgées. Ex : service citoyen
Le lien avec la nature, la terre, le respect des voisins et de la planète	Veiller au non-isolement des personnes	Favoriser les relations intergénérationnelles et assumer ses anciens !	Accompagner les projets citoyens comme les jardins partagés afin de faire vivre le lien social.
Des fêtes et des animations	Accroître la convivialité, l'ouverture sur les autres.	Lieux de convivialité et de rencontres à développer en centre ville et dans tous les quartiers : avec les syndicats de quartier, centres sociaux, associations...	Mettre en place des équipements collectifs et sociaux permettant le lien intergénérationnel.
Plus de lieux de convivialité et de rencontres dans les quartiers	Compter le nombre de manifestations culturelles, sportives et autres (La propreté des espaces publics	connaissance et rencontres avec ses voisins
D'avantage de partages	Se réapproprier les espaces collectifs, les partager. Repenser l'aménagement de ces espaces, afin de favoriser l'appropriation et les rencontres.	Plus de tolérance	Favoriser la mixité sociale et intergénérationnelle dans les quartiers, (avec des lieux de vie le favorisant)
Du dialogue de la solidarité	Possibilités d'épanouissement personnel	Plus de respect mutuel	Renforcer la place des commerces de proximité –lieux de rencontre s'ouvrir aux autres, tolérance, vivre ensemble
Des restaurants ouverts le soir en centre ville		Se demander si l'on connaît ses voisins ? : nombre de fêtes des voisins...	Faciliter l'accueil des nouveaux habitants
Quantifier les moments de fête		Developper des espaces de convivialite et de rencontre en milieu urbain et rural. Ex : organiser des nuits à la belle étoile sur des sites naturels ou jardins ; installer des « airs de barbecues » près des lacs comme ça se fait ailleurs.	Créer un dispositif qui permette aux familles d'assumer financièrement l'accueil de leurs ainés au sein de leur foyer.



TRAVAIL & ÉDUCATION



Travail			Education		
Egalité salariale homme-femme + réduire les écarts de salaires de façon générale	Mettre en place des services au sein de l'entreprise (coiffure, esthétique, soins, massages)	Créer des groupe de travail sur l'ambiance de travail. Faire que les salariés puissent s'exprimer (via des petits déjeuners de travail par exemple)	Accorder du temps pour la formation	Promouvoir l'art et le sport à l'école. Faire découvrir vraiment la musique, toucher des instruments...	Modifier les représentations des métiers de l'artisanat qui peuvent permettre un niveau de vie souvent plus intéressant que d'autres domaines.
Mesurer le temps de déplacement pour aller au travail	Ouvrir l'entreprise sur l'extérieur : expos, musique...	Rendre plus fréquentes les occasions de dialogue	Renforcer la flexibilité dans les horaires de travail	Eduquer le consommateur pour sa santé et l'économie de son pays. Sensibiliser à la consommation responsable, faire appel à la responsabilité individuelle	Éducation au respect mutuel
Evaluer le nombre de chômeurs	Mettre en place des salles de sport, des jacouisis	Faire des choses ensemble hors du travail. Encourager les rencontres hors du contexte professionnel.	Mettre en place le salaire universel : limiter les écarts de salaires afin de permettre des vocations qui fassent abstraction de motivations financières.	Apprendre aux enfants à réparer et à recycler	Rendre le voyage obligatoire.
Encourager au mécanisme du télétravail	Mettre en place des mécanismes de gardes des enfants, de crèches collectives	Encourager aux dialogues : mettre en place « Des ateliers de discussion : faire venir la fabrique Spinoza une fois par an »	Créer des espaces de détente et de sport	Développer les familles d'accueil afin de permettre à certains enfants qui n'ont pas la possibilité de prendre des vacances	Promouvoir la reforme des rythmes scolaires pour proposer une politique éducative (périscol) axée sur le sport et le partage de valeurs communes telles que le respect, le dépassement de soi, l'esprit d'équipe, le vivre ensemble...
Absentéisme au travail	Mettre en place des conciergeries d'entreprise	Informier et expliquer les décisions dans l'entreprise. Encourager à la transparence.	Favoriser la souplesse dans l'organisation du temps de travail	Développer les classes vertes et classes natures à l'école et assouplir la réglementation des sorties scolaires	Réhabiliter le travail manuel dans les écoles.
Mettre en place des selfs plutôt que des cantines : avoir le choix de ce que l'on mange	Créer des visions conférences café (avec ceux qui télétravaillent ou qui sont indépendants)	Encourager au télétravail	eEpanouissement humain capacité à évoluer dans son emploi	Ne pas rémunérer les tâches d'intérêt familial (ex : la vaisselle)	
Pouvoir personnaliser son espace de travail	Repenser le temps de travail en proposant des espaces de détente sur le lieu de travail	Développer le télétravail en restant vigilant sur la socialisation, en utilisant des espaces dédiés.			

ACCÈS, SANTÉ, DON & SÉCURITÉ



Egalité d'accès	Santé	Bénévolat/Don
Bénéficier de l'accès aux besoins de base pour tous	Accès aux soins pour tous, (coût, disponibilités, connaissance de l'existant...)	Evaluer l'engagement associatif : nombre de bénévoles, nombre d'assos
Des espaces accessibles pour tous (handicapés, poussettes, personnes âgées)	Consommation de médicaments, nombre de suicides, consommation de psychotropes, nombre de consultations chez le médecin, nombre d'appel à SOS détresse	Evaluer les dons : pas juste les dons aux associations mais aussi le temps qu'on donne (cf les SEL, systèmes d'échanges locaux et assimilés), les objets que l'on donne (il y a un site internet donnons.org)...
Favoriser accès à l'art, à la culture, au sport : gratuité pour tous	Favoriser le suivi médical des salariés	Créer une nouvelle forme de bénévolat actif. Associer des droits à l'engagement bénévole.
Proposer un revenu essentiel, au-delà du RSA, repenser les moyens essentiels et l'équité dans l'accès aux droits : justice, éducation, santé. Le revenu essentiel doit compenser l'effet de seuil.	Prise en compte des handicaps, des personnes âgées, pb. des étudiants...	La vitalité associative
Donner la possibilité de partir 1 an après le bac.	Prévention notamment pour les jeunes au regard des drogues	Bonne gouvernance des associations
Permettre la découverte et les échanges interrégionaux	Sécurité	Favoriser le bénévolat en limitant les contraintes / réglementation/ responsabilités engagées.
Avoir des correspondants au collège et lycées et découvrir les régions françaises...	Sécuriser les voies publiques	Favoriser la transparence dans les fédérations et réseaux associatifs afin d'éviter les dérapages. Favoriser l'évaluation par les pairs dans la gestion des comptabilités associatives, mettre en place des colporteurs de bonne gestion.
Changer les enseignements et état d'esprit en faisant intervenir des professionnels dans l'école.	Tranquillité, sécurité des biens et des personnes (braquages) -	
	Rendre le sentiment de sécurité	

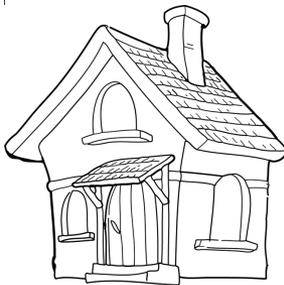


TRANSPORTS ET INSTITUTIONS



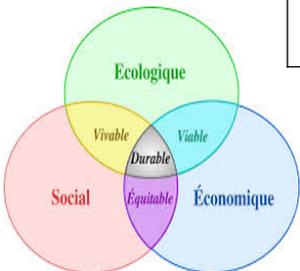
Transport		Rapport aux politiques, aux institutions et engagement dans la société	
Plus de transports en commun	Evaluer la proximité	Favoriser la participation citoyenne, afin notamment de rétablir la confiance envers les institutions.	Proposer un revenu essentiel, au-delà du RSA, repenser les moyens essentiels et l'équité dans l'accès aux droits : justice, éducation, santé. Le revenu essentiel doit compenser l'effet de seuil.
Des possibilités de stationnement	Evaluer la mobilité (possibilité d'aller d'un endroit à un autre) via la superficie par exemple	Développer les événements culturels dans la rue pour accès à l'art.	Permettre l'expression citoyenne éclairée. Permettre aux citoyens de se renseigner avant de leur demander leur avis dans une parodie de démocratie.
des transports en commun, l'intermodalité et faciliter le co-voiturage	Des transports en commun qui favorisent la communication (ex : le « e-car » de transgironde)	Accès, communication, démocratie locale, concertation, bonne connaissance des aides et appuis existants, liens entre Ville et CUB fiscalité locale contenue	Sanctuariser les services publics : en faire des lieux ressources chaleureux, ouverts 22h/24. A l'image de ce que pouvaient représenter les lieux de culte autrefois : on a une question un problème etc, on peut s'adresser à au service public
Une circulation plus fluide		Evaluer le nombre de référendums locaux « avec des actions qui suivent »	Organiser un événement mondial qui suscite la ferveur de tous à l'image des JO. Se fixer un pari mondial dans lequel tout le monde s'engage, et fêter la réussite collective, ex. on vise 100% de véhicules électriques au se retrouve au bout de 4 ans pour l'atteinte de notre objectif commun
		Voir si l'on a « le choix : nombre de choix imposés (ex le nucléaire c'est imposé, même si je ne prends pas EDF comme fournisseur d'énergie, j'ai une centrale sur mon territoire) »	Accès à la culture et sur les différents domaines (santé, respect mutuel, citoyenneté...) création culturelle

LOGEMENT & RAPPORT AU TEMPS

Logement	Rapport au temps	
Accessibilité du logement et de la ville pour les handicapés inventer de nouvelles formes et façons d'habiter, habitat évolutif	La capacité à gérer ses temps entre loisirs, activités, culture...et ne rien faire	Préparer ce qui peut l'être la veille : apprendre à anticiper
Des logements mieux adaptés	De temps pour les loisirs	Se définir des « plages ouvertes » (vers les sollicitations, échanges, etc) et des « plages fermées » (introspection, réflexion personnelle) et s'y tenir. « Il faut le mettre sur le papier »
Rendre plus simple l'accès au logement	Enlever les horaires et mettre en place un travail uniquement à la tâche	Gérer les priorités : hiérarchiser et ne pas se renier
	Favoriser les horaires souples au travail	Gestion des temps et compatibilité avec le temps des services publics ou marchands (et la complémentarité d'internet...)
	Au travail, proposer des formations pour mieux gérer son temps et les moyens de mettre en œuvre ce qu'on y apprend	Qualité des temps passés dans les transports en commun (par exemple : dans le train ou le tram), dans les lieux publics, dans la marche à pied, en vélo, en voiture...
	Respect des horaires et des contraintes	Faire des listes, comme des listes de course
	Mettre en place des emplois du temps comme à l'école. Même si ça n'est pas fini, on arrête quand la cloche sonne...	



DÉVELOPPEMENT DURABLE, ARGENT & ENFANTS ...

Développement durable		Argent	Consommation	Enfants
Végétaliser les villes	Evaluer la bonne gestion des « ressources vitales » : eau, air... et leur prix	Est-ce que le minimum vital / le reste à vivre est satisfaisant	Monter aux enfants comment sont créés des produits/services afin de faire prendre conscience de toutes les étapes de la chaîne de production	Supprimer la pub à la télé
Limiter l'artificialisation des sols	Evaluer l'accessibilité des espaces verts (parcs...)	Développer les monnaies locales et donner une part de l'argent de poche des enfants en monnaie locale	Revenir à l'essentiel (produit de base, produits de saison)	Créer des espaces de jeux pour enfants
Dans les jardins publics : faire pousser des légumes à la place des fleurs et permettre à qui veut de se servir.	La rénovation des espaces verts existants et de l'environnement naturel accès aux services publics (horaires...)	Donner un budget d'argent de poche aux enfants dont la moitié serait à dépenser « pour les autres »		Besoin de garderies-crèches pour petite enfance
Réutiliser l'existant : friches industrielles, logements vacants...	Encadrer la construction et l'utilisation des sols / réglementation. Limiter les tailles des parcelles.	Faire des choses qui ne coûtent pas : forêts, parcs... et le faire remarquer	Supprimer les panneaux publicitaires (il y en a partout et ils sont agressifs)	Encourager à la réalisation de tâche ponctuelle afin de développer la notion de l'effort pour l'avoir.
Développement de l'eco citoyenneté, la sobriété énergétique	Remplacer l'équivalent d'une place de parking sur 2 par un jardin (afin de limiter le « tout voitures » et de réintroduire des espaces verts en ville)	Donner l'exemple en tant que parents : développer chez nous la notion de Pierre Rhabi / sobriété heureuse. « on ne connaît le goût que des éléments que l'on mange ».	Supprimer la pub à la télé	Ne pas amener les enfants faire les courses en supermarché.
Une ville qui demeure à taille humaine	Interdire de couper les arbres existants en milieu urbain	Parler des monnaies locales et de leur utilité (ex : Libourne)	Eteindre la TV. La TV prend trop de place dans la vie de famille, le développement personnel et dans l'éducation des enfants. Ne répond plus au besoin d'infos mais elle propose des programmes qui ne tirent pas les gens vers le haut.	
Moins de pollution	Créer des « îlots de fraîcheur » en ville		Prendre en compte la « nourritures culturelles » : fréquentation aux manifs culturelles, artistiques, musicales...)	
Des espaces verts	Rendre la récupération d'eau de pluie obligatoire sur les nouvelles constructions			

