

# QUALITÉ DE VIE



*La qualité de la vie, chers, (ères) collègues, c'est comme le bonheur: elle semble échapper à toute définition et fait pourtant sans arrêt l'objet d'études approfondies. Une chose est sûre, c'est une notion largement subjective. Mais il ne suffit pas de penser que notre qualité de vie est meilleure pour qu'elle le devienne.*

- Alors là, Renzo, c'est ben vrai! comme l'aurait dit la défunte « mère Denis », du temps où elle trônait sur les antennes des diverses télévisions, en faisant de la publicité, sans doute bien payée !
- De plus, pour mon cher Ego, *la qualité de vie*, c'est une façon de vivre qui est très importante pour nous les humains et, hélas, beaucoup de nos semblables ne peuvent rien faire pour la modifier, l'améliorer, étant nés au mauvais moment et au mauvais endroit !

Pourtant, chers (ères) collègues, une personne va trouver que l'interdiction de fumer dans les lieux publics apporte une nette amélioration de sa qualité de vie, tandis que cela coupe l'envie de se rendre à son « bistrot » préféré à un autre.

Et il y a des individus que les débats sur le sujet indiffèrent complètement !

Un autre exemple : pour certains, l'arrêt des centrales nucléaires signifie un gain en terme de qualité de vie, car synonyme d'une plus grande sécurité ; pour d'autres, sortir du nucléaire serait faire son deuil à un confort très apprécié !

Ceux-là préfèrent vivre avec les risques liés à ce type d'énergie.

De nombreuses études livrent des statistiques sur la qualité de vie, et des comparaisons entre différents pays ou villes sont régulièrement publiées. Les promoteurs de zones économiques, tel le *Greater Zurich Area*, interviennent dans le débat, comme le magazine économique suisse *Bilanz* ou son pendant outre-Manche, *l'Economist*.

La société de conseil Mercer, qui signe l'étude *Quality of living worldwide city rankings* (classement international des villes en fonction de la qualité de vie) depuis plus de dix ans, passe régulièrement plus de deux cents villes sous la loupe. Et Zurich a décroché la palme sept fois, toujours devant : Vienne, Vancouver et Genève. Les années 2009 et 2010 ont vu la ville sur le Danube remonter au premier rang. On s'est alors demandé ce que Vienne pouvait bien avoir et que Zurich n'avait pas. Margrit Kaiser, responsable de la clientèle chez Mercer a dit : « Zurich n'avait en rien régressé, mais en mettant un bémol aux voix d'extrême droite, Vienne a marqué des points dans la catégorie Environnement politique et social, la plus importante ».

La situation politique d'une ville est donc un facteur essentiel de sa qualité de vie. Pour illustrer le poids de ce critère dans ce genre de classement sachez, chers (ères) collègues que c'est toujours Bagdad qui porte la lanterne rouge...

Le taux de criminalité de cette ville marquée par la guerre pèse fortement dans la balance. Le fait que la priorité soit donnée à la stabilité politique découle de l'objectif même de ces évaluations : aider des entreprises internationales et des gouvernements à fixer objectivement les montants des indemnités accordées à leurs ressortissants travaillant à l'étranger.

### **A chacun son classement**

Le concept de *qualité de vie* a vu le jour dans les années 1970, en réaction au matérialisme de l'après-guerre, une période où les limites sociétales et écologiques ont été atteintes. Ce furent des années de croissance, non seulement sur le plan quantitatif mais également qualitatif.

L'environnement, l'habitat et la santé devinrent alors des préoccupations centrales. Il n'est donc pas étonnant, chers (ères) amis (es), que l'Organisation mondiale de la santé (OMS) ait forgé sa propre définition, selon laquelle la *qualité de vie* comprend le bien-être physique, psychique et social des individus.

L'ONU aussi recueille des données sur la qualité de vie dans ses Etats Membres et publie son classement dans un rapport annuel.

La dernière fois, la Suisse occupait la 13<sup>ème</sup> position, notamment car la durée moyenne de la scolarité y est inférieure de 2,3 ans à celle du champion en matière de qualité de vie, la Norvège !

Outre Mercer, plusieurs sociétés de conseil se sont mises à établir des palmarès des villes. Selon l'une d'elles, ECA International, Zurich n'occuperait qu'une 18<sup>ème</sup> place peu glorieuse, tandis que Berne partagerait la deuxième avec Anvers et Bruxelles. Même si des résultats aussi disparates donnent une idée du peu de fiabilité de telles évaluations, les villes suisses y sont toujours bien notées.

Parmi les critères entrant en ligne de compte, il y a la sécurité personnelle, la stabilité politique, les transports en commun, les prestations financières et de santé, le marché immobilier, les activités de loisirs, l'environnement, le climat et la nature.

Le *Panorama de la société* publié par l'OCDE arrive à une conclusion similaire : les Suisses vivent, actuellement, en moyenne 82,2 ans. Et ils vivent bien. Selon cette étude, ces résultats enviables découlent du pourcentage de personnes actives (qui frise les 80 %), d'où l'importance de la santé, de la formation, de la confiance dans les institutions, de la satisfaction des habitants quant à la qualité de l'air et de l'environnement ainsi que la démocratie directe, même si à peine la moitié des Suisses s'exprime par le vote !

### **Bien-être versus performances**

Evelyne Coën, directrice de la société de conseil Cross-Roads et organisatrice de séminaires axés sur la qualité de vie, s'interroge sur le bien-fondé des études : « Il apparaît que les besoins fondamentaux des êtres humains, la sécurité et les relations affectueuses, sont méprisés sous le diktat des exigences de performances », souligne-t-elle. Cette situation, en générant angoisse et stress, nuit à la qualité de vie. Et elle précise que cette situation, en générant angoisse et stress, nuit à la qualité de vie. Ceci est constatable par le fait que ses clients n'ont pratiquement plus d'énergie pour entretenir des rêves et des idéaux personnels. On sait également par expérience, que : l'amour, le couple et la famille constituent des éléments fondamentaux. Rien n'est plus préjudiciable à la *qualité de vie* qu'une relation difficile.

Dans ce cas-là, tous les biens matériels ne sont pas d'un grand secours pour améliorer le bien-être. Nos exigences vis-à-vis du couple ont crû fortement, mais notre aptitude relationnelle n'a pas suivi le mouvement et demeure plutôt faible. Il en résulte une plus grande frustration dans les ménages !

### **Que seront les années à venir ?**

Qui croire ? Les enquêtes optimistes ou les spécialistes qui osent regarder derrière les belles façades ? Pour le chercheur en prospective, le lucernois Georges T. Roos, qui s'intéresse à la *qualité de vie* en Suisse, pour ces prochaines années, la question est ardue. Ses pronostics dépendent de l'évolution de la prospérité du pays. Que cette dernière accuse une baisse, et la qualité de vie se mesurera davantage à l'aune de la sécurité des ressources matérielles : « les critères déterminants seront alors les salaires, la garantie de l'emploi et... des loyers abordables. »

Dans le cas d'un accroissement des richesses, elle sera fonction de l'équilibre entre vie privée et vie professionnelle. « Quand une société traverse de telles phases, précise Georges T. Roos, les ingrédients d'une qualité de vie de haut niveau sont le temps dont nous disposons librement, l'attention portée aux autres et que les autres nous portent, les îlots de tranquillité dans un environnement submergé par les stimuli ainsi que les paysages non altérés par les constructions humaines et les déchets. »

### **Des rituels agréables et nécessaires**

Le philosophe **Wilhelm Schmid** a signé plusieurs ouvrages sur le « mieux vivre ». Il souligne l'importance de la famille, des vrais amis et des moments de plaisir pour la qualité de vie.

### **Comment le philosophe définit-il la qualité de vie ?**

C'est celle d'une vie qui me convient, d'une « *belle vie* ». Sinon, je dois réfléchir à la manière dont je pourrais la changer. Mais cela ne se fait pas du jour au lendemain. C'est là que la philosophie est utile, car elle incite à faire une pause, à réfléchir.

### **Les études sur la qualité de vie donnent l'impression que seuls les facteurs extérieurs comptent... Ne suis-je donc pas capable d'avoir un impact sur ma qualité de vie ?**

Les facteurs extérieurs, notamment les biens matériels, jouent un rôle jusqu'à un certain point. Mais cela ne suffit pas. Pour avoir une belle vie, nous avons besoin de personnes auxquelles nous pouvons faire confiance, c'est-à-dire de relations amoureuses, familiales et amicales.

### **La qualité de vie est déterminée par des jugements de valeur culturels et temporels. Mais selon vous, M. W. Schmid, existe-t-il un facteur dont l'importance est la même pour tous les hommes, quelle que soit l'époque ou la culture ?**

L'homme a peur de se sentir seul, d'où l'enthousiasme de la jeune génération pour Internet et les réseaux sociaux tels que Facebook.

Jour et nuit, ils trouveront toujours quelqu'un avec qui communiquer. Et l'on a tendance à penser que quantité est synonyme de qualité, les contacts s'additionnent.

En fait, le problème survient lorsque l'on veut éprouver la fiabilité de ces contacts en cas de pépin. Il est d'autant plus important de cultiver des relations

amoureuses, familiales et amicales dans le réel et non dans le monde virtuel. Heureusement, la majorité des jeunes en est consciente.

**En quoi se distingue la qualité de vie de la satisfaction, de la joie de vivre, voire même du bonheur ?**

On peut parfaitement avoir une belle vie même si on est insatisfait et sans joie. Il n'y a pas de gens perpétuellement heureux. De toute façon, nous ne sommes pas programmés comme ça, sinon nous serions encore assis sur un arbre, le sourire aux lèvres ! Il est donc conseillé de se mettre parfois en colère, c'est ce qui fait bouger les choses.

Avoir une belle vie, c'est également pouvoir affirmer qu'elle l'est, même si tout n'est pas rose !

**En tant que philosophe, axé sur la vie pratique, que pouvez-vous suggérer pour améliorer notre qualité de vie ?**

Il est essentiel de suivre certains rituels agréables. Je vais par exemple, tous les matins, au café pour boire un expresso. Les amis sont importants, on va boire un verre ensemble. Les femmes, elles, ont besoin de copines avec qui bavarder. Ne rien faire est aussi important, comme fixer le vide devant soi.

Personnellement, je vais au sauna, et c'est là que les meilleures idées me viennent. De plus, je ne peux m'imaginer une vie sans enfants (j'en ai quatre), même si ce n'est pas toujours simple !

Beaucoup de gens ne partagent pas cet avis, et c'est dommage !...

N.B.

Le philosophe allemand Wilhelm Schmid a publié plusieurs ouvrages sur la qualité de vie et les façons de l'améliorer. Il a également travaillé comme accompagnant philosophique à l'hôpital d'Affoltern am Albis, près de Zurich, pendant 9 années.

Amitiés.      CARDINI Renzo

*Version canadienne de la qualité de vie*

