

Pratiques prometteuses pour répondre à

L'EXODE DES CERVEAUX FEMINISTES

Charge de travail, équilibre entre travail et vie privée

Pratiques prometteuses pour aider le personnel à gérer sa charge de travail et à mieux concilier travail et vie privée:

### 3 Flexibilité

Plusieurs organisations ont essayé **d'apporter plus de flexibilité au travail**. Voici quelques exemples:

- **Un vendredi sur deux**, le personnel travaille à domicile et il s'agit souvent **d'une courte journée**
- **Travail hybride**, apprécié par le personnel lorsqu'il est légèrement malade, mais ne veut pas perdre une journée de salaire
- **Prendre en compte l'équilibre entre travail et vie privée** et offrir une certaine flexibilité des horaires. Des intervenantes de première ligne ont indiqué pouvoir adapter leurs horaires ou prendre le temps de faire des choses personnelles, comme se rendre à des rendez-vous ou à des événements familiaux.
- Si le personnel a besoin de travailler des heures supplémentaires ou une fin de semaine, celles-ci peuvent être reprises comme **temps personnel** pendant la semaine
- Permettre au **personnel d'établir son propre emploi du temps**, à condition qu'il soit en mesure de continuer à soutenir ses clientes
- **Prendre des temps d'arrêt ou des pauses**. Cela s'est avéré particulièrement important après avoir travaillé sur une situation ou une affaire difficile. Ces pauses peuvent être brèves, mais elles constituent une remise à zéro nécessaire et appréciée.

### 1 Semaine de travail de quatre jours

Malgré l'idée répandue que cela est incompatible avec le travail de première ligne, voici deux exemples:

- Une **semaine condensée de 40 heures**, ce qui signifie une fin de semaine plus longue, mais aussi des heures quotidiennes plus longues.
- Une **semaine de travail de 32 à 35 heures**.

### 2 Quarts de travail

Le personnel veut des **horaires stables**. Voici quelques moyens d'y arriver:

- Mettre fin aux rotations d'équipes pour que les gens aient toujours le même horaire. Notamment en:
  - Créant un horaire de travail de trois jours et d'un après-midi, offrant plus de temps libre et de cohérence
  - Trois jours de travail, trois jours de repos, par quarts de 12 heures. Ceci est similaire aux horaires de soins infirmiers.
  - S'adaptant autant que possible aux horaires préférés du personnel (jours, soirs, fins de semaine)
- Importance d'une **double dotation** en personnel pour assurer soutien et sécurité, en particulier pour les quarts de soir et de fin de semaine