

# EQUILIBRE DES TEMPS

Et si le juste équilibre entre vie privée et vie professionnelle devenait une réalité ?

Toutes les enquêtes sur le travail démontrent que notre activité professionnelle déborde sur la vie privée. Les horaires élastiques, la surcharge de travail et l'utilisation des NTIC tendent à gommer la frontière entre la sphère privée et la sphère professionnelle.

## ► Epanouissement professionnel, bien sûr, mais...

L'équilibre des temps renvoie à la question du rapport au travail, au sentiment d'autonomie et au parcours professionnel auxquels nous sommes attachés. Le travail est un moyen de réalisation sociale. Pour autant, ces aspirations ne doivent pas masquer le véritable enjeu pour les entreprises; celui du gain de productivité, au travers du temps et de la charge de travail. Comment promouvoir une mesure du temps réellement travaillé pour garantir l'équilibre de vie des salariés.es ?

## ► Organisation du travail

La question du temps de travail ne peut pas être décorrélée des questions d'organisation du travail. L'adéquation charge/moyens dans les missions confiées est essentielle et doit faire l'objet d'un véritable diagnostic. Une réelle réflexion d'organisation créant les conditions de travail collectif doit être engagée. La création d'emplois d'appui, par exemple, permettrait de libérer les cadres d'activités chronophages.

## ► NTIC et télé travail

L'accès aux nouvelles technologies peut apparaître comme une réponse à notre désir de mieux concilier vie privée et vie professionnelle. Soit, mais elles imposent leur rythme, nous entraînant vers l'immédiateté, la disponibilité permanente et contribuent à intensifier le travail. Leur utilisation doit être régulée, le droit à la déconnexion devenir réalité, le temps de travail à distance être rémunéré.

Il en va de même pour le télétravail : la possibilité d'y accéder donne le sentiment de mieux maîtriser son temps, réduit le temps passé dans les transports. La contrepartie est le possible isolement, la perte de lien social, l'effacement des frontières entre vie personnelle et professionnelle. Cette évolution doit être accompagnée et encadrée pour éviter les dérives.

► **POUR NE PLUS AVOIR À CHOISIR**  
les réponses individuelles ne suffisent pas,  
des réponses collectives sont nécessaires.



L'Ufict-CGT, un espace de confiance pour agir

✉ [ufict@ufict.fnme-cgt.fr](mailto:ufict@ufict.fnme-cgt.fr)

🖥 <http://www.energict-cgt.fr>

