

La santé  
GAGNE  
l'entreprise

SPECIMEN

Zoom prévention

# Concilier vie professionnelle et vie personnelle

[www.lasantegagnelentreprise.fr](http://www.lasantegagnelentreprise.fr)



**Harmonie  
mutuelle**

GRUPE **vyv**

# Enjeux et bénéfices

# SPÉCIMEN

## Conciliation vie pro/vie perso : un enjeu de qualité de vie au travail

Concilier vie professionnelle et vie personnelle : pourquoi est-ce si compliqué ?

### PARCE QU'EN FRANCE...

#### LA PRESSION TEMPORELLE EST FORTE EN ENTREPRISE



#### LES TEMPS DE TRAJET DOMICILE-TRAVAIL S'ALLONGENT



#### LES FRANÇAIS SONT LES CHAMPIONS EUROPÉENS DE LA NATALITÉ



+ DE 800 000 naissances par an.

+ DE 8 FEMMES SUR 10 entre 25 à 49 ans travaillent.<sup>(2)</sup>

1,5 MILLION DE FAMILLES MONOPARENTALES avec au moins 1 ENFANT mineur. Dans 85 % DES CAS, LE PARENT EST UNE FEMME.<sup>(3)</sup>

#### LA POPULATION VIEILLIT



Aujourd'hui, 16 % DES SALARIÉS accompagnent un PROCHE DÉPENDANT.<sup>(4)</sup>

25 % DES SALARIÉS âgés de + DE 50 ANS s'occupent d'un PROCHE DÉPENDANT.<sup>(5)</sup>

La proportion de PERSONNES ÂGÉES DE 80 ANS pourrait passer DE 5 À 9 % EN 2040.

(1) DARES, Les temps de déplacement entre domicile et travail 2015. (2) Chiffres clés 2016 du ministère des Familles, de l'Enfance et des Droits des femmes. (3) INSEE, enquête Couples et famille, 2015. (4) Baromètre Responsage 2015. (5) Haut Conseil de la famille, 2011.

## SPÉCIMEN

## Un risque à ne pas négliger

- ⚡ Les difficultés d'articulation des temps de vie peuvent avoir des **conséquences sur le bien-être et la santé des salariés** : stress, fatigue, problèmes de sommeil et de concentration, dépression, burn-out, etc.
- ⚡ Si 9 salariés sur 10 considèrent la conciliation vie pro/vie perso comme un sujet de préoccupation majeur\*, c'est aussi parce qu'une mauvaise articulation des temps de vie peut **nuire à leur activité professionnelle** : rupture de carrière, temps partiel subi, difficulté d'accès à des postes à responsabilités ou à des formations, stagnation du niveau de rémunération et à long terme faible niveau de retraite, etc.

\* Chiffres clés du baromètre OPE de la conciliation entre vie professionnelle, vie personnelle et familiale (édition 2016 du volet « salariés »).

## Chiffres clé

En France,  
**40 %**  
 des **jeunes mères**  
 de famille nombreuse  
 (3 enfants et plus)  
 arrêtent de travailler,  
 en raison des difficultés  
 d'articulation  
 des temps de vie\*.

\* Chiffres clé 2016 du ministère des Familles, de l'Enfance et des Droits des femmes.

Parmi les salariés  
 qui aident régulièrement  
 un proche dépendant,  
**8 sur 10**  
 ont modifié leurs  
 horaires de travail,  
 et plus d'un tiers est  
 passé à temps partiel\*.

\* Haut Conseil de la famille, 2011.





## Un retour sur investissement de 8%

100 € investis par une entreprise dans des actions d'aide à la conciliation entre vie professionnelle et vie personnelle rapportent 108 € d'économies, grâce à la baisse de l'absentéisme et à la diminution des coûts de recrutement liés au turn-over.

*Analyse coûts-bénéfices d'une politique d'entreprise favorable à la famille - étude auprès d'un échantillon d'entreprises suisses : Migros, La Poste Suisse, Novartis, Groupe Raiffeisen 2005.*

## Pour les entreprises, un enjeu de performance économique et sociale

Nous venons de voir que les dispositifs d'aide à la conciliation entre vie professionnelle et vie personnelle permettent aux salariés de s'épanouir dans leurs différents temps de vie. Pour les entreprises, ils constituent un véritable levier de performance économique et sociale.

### Un moyen d'action pour favoriser l'égalité professionnelle hommes/femmes

- ‡ Les difficultés d'articulation des temps de vie constituent un frein majeur à l'égalité professionnelle entre les femmes et les hommes.
- ‡ Favoriser une meilleure conciliation entre vie professionnelle et vie personnelle, c'est permettre aux femmes **d'éviter de réduire ou de suspendre leur activité professionnelle et d'accéder à des postes à responsabilité.**

### Un levier pour la qualité de vie au travail

- ‡ Les salariés qui bénéficient de flexibilité en termes d'horaires et d'organisation du travail sont **moins stressés et moins fatigués**. Ils ont une activité physique ou sportive plus régulière et bénéficient d'un meilleur suivi médical.
- ‡ Aider les salariés à trouver un équilibre dans leurs différents temps de vie, c'est **œuvrer pour la qualité de vie et la santé au travail.**

### Des gains de productivité

- ‡ Proposer aux salariés des solutions pour concilier vie professionnelle et vie personnelle permet de **réduire l'absentéisme et le présentéisme, de renforcer l'engagement des salariés, d'améliorer la relation client et la créativité.**