

Auteur : Natacha Jean

Présidente-directrice générale, Concours québécois en entrepreneuriat

### ET SI ON REVENAIT À L'ESSENTIEL?

**Nombreux sont ceux qui aspirent à disposer de plus de temps. Selon les experts, notre rythme de vie entraîne de multiples ennuis dont le prix à payer collectivement est phénoménal.** Stress, dépression, baisse de productivité au boulot, progression des divorces, décrochage scolaire, etc. La plupart de ces problèmes découleraient de notre difficulté à concilier le travail et la famille.

Résistants ou non à ce courant, conscients ou non de cette réalité, peu d'entre nous y échappent. L'Institut national de santé publique du Québec et le Collège des médecins du Québec sonnent l'alarme depuis longtemps. Quatre travailleurs sur dix auraient connu un épisode de détresse psychologique entre 1994 et 2001, et 54 % des jours d'absence seraient attribués au stress. Au Canada, on estime à 14 milliards de dollars les coûts annuels liés au stress au travail. Les personnes qui ne vivent pas de conflit travail-famille seraient satisfaites de leur travail à 80 %, alors que les autres ne le sont qu'à 27 %. Révélateur, non ?

Comment ralentir un rythme de vie infernal dans une société où les niveaux de consommation et d'endettement personnel atteignent des sommets ? Nous sommes confrontés à un puissant cercle vicieux. Aurions-nous perdu le sens des priorités ? C'est la culture du milieu du travail qui doit être modifiée, mais aussi notre niveau de consommation.

#### Imposons un nouveau rythme

Récemment, le ministère de la Famille du Québec a lancé une norme Conciliation travail-famille. Une reconnaissance de type ISO pour les employeurs qui favorisent la flexibilité des horaires, le télétravail, les congés familiaux, les horaires compressés, etc. Très inspirant. Malheureusement, ces mesures ne sont adoptées qu'à titre volontaire. Face au mini baby-boom actuel, l'équilibre travail-famille doit devenir la priorité de nos organisations. Ce nouvel équilibre personnel et familial entraînera une considérable réduction des effets dévastateurs sur notre système social. Les entreprises y gagneront aussi, et plus vite qu'elles ne le pensent.

Nous devons innover, provoquer les choses et offrir des incitatifs financiers aux entreprises qui élaborent ce type de politique, sans quoi, les changements s'effectueraient trop lentement. Nos entreprises découvriront que les employés heureux, bénéficiant d'une vie plus équilibrée, sont plus productifs.

Plusieurs entreprises ont déjà emboîté le pas : «Les mesures de conciliation travail-famille mises en oeuvre m'ont permis d'obtenir un meilleur engagement des employés envers l'entreprise», dit Martin Thibault, président et cofondateur d'Absolunet, une entreprise d'une cinquantaine d'employés du secteur des médias interactifs. Loin de penser qu'il faut imposer aux entreprises la norme Conciliation travail-famille, ce dernier estime que les entreprises qui la respectent attireront les meilleures ressources.

Ayons le courage de casser le rythme infernal qui ne profite ni aux individus ni aux entreprises. Le Québec doit devenir le chef de file dans ce domaine. Devrons-nous aller aussi loin que le Bhoutan, pays voisin du Népal, reconnu pour son Bonheur national brut (BNB) ? Cet indice révèle qu'il veille au bonheur de ses habitants sans perdre de vue l'importance de la prospérité économique. Une utopie ou un changement de cap incontournable ? De grâce, revenons à l'essentiel.