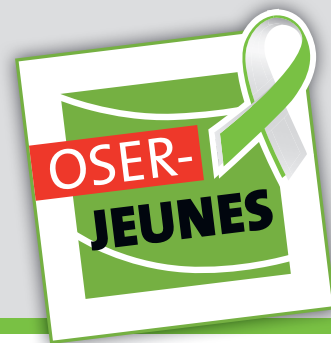


# Réflexion conciliation!

## Activité éducative sur la conciliation études-travail

🕒 Durée : 15 minutes 📦 Matériel : aucun



## Sensibiliser les étudiants en six questions pratiques

**Description :** L'activité comporte six questions visant à sensibiliser les jeunes travailleurs à une bonne conciliation études-travail. Pour chacune des questions, des éléments de réponse vous seront fournis sous forme de données.

Demandez à vos étudiants de répondre à haute voix et à main levée.

**Le but de l'activité :** Le but final est que les étudiants et étudiantes reconnaissent les gestes favorables à la réussite posés par leur employeur.

1

### À main levée, qui occupe un emploi actuellement?



#### Bon à savoir

Dans notre région, plus d'un élève du secondaire sur deux (**53,2 %**) occupe un emploi durant l'année scolaire. (Marquis et Bellehumeur, 2019)

2

### À main levée, combien d'heures travaillez-vous par semaine?

- A) 5 heures et moins      C) De 11 à 20 heures  
B) De 6 à 10 heures      D) Plus de 20 heures



#### Bon à savoir

Près de **80 %** des étudiants cumulent **plus de 40 heures** par semaine de cours, de travaux scolaires et de travail rémunéré. (Bonin, S., et S. Girard (2017). *Enquête ICOPE 2016. Rapport d'enquête*. Institut de la statistique du Québec (ISQ). (2018). *Enquête québécoise sur la santé des jeunes au secondaire 2016-2017*)

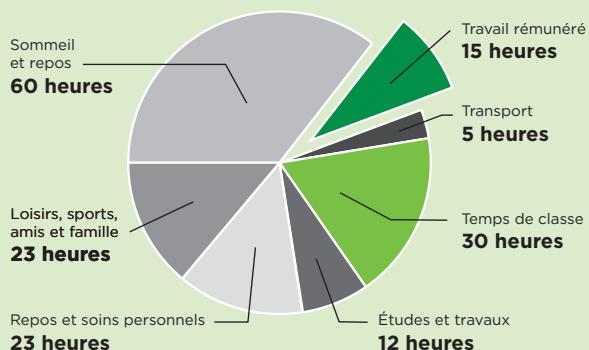
3

### Outre les heures de cours et de travail, combien d'heures consacrez-vous à vos activités parascolaires (en temps normal), à vos études et travaux scolaires, ainsi qu'à votre sommeil et à des périodes de repos?



#### Bon à savoir

Ce graphique circulaire représente une semaine typique d'un étudiant qui concilie études et vie personnelle sur une semaine de **168 heures (sept jours)**. On remarque que le sommeil et les activités familiales et de loisir représentent la moitié de la semaine pour un jeune à l'emploi.



Bonin, S., et S. Girard (2017)

4

**Selon vous, qu'est-ce qu'une bonne conciliation études-travail (CET)?  
Demandez aux participants de nommer ce qui favorise une bonne CET.**



**Bon à savoir**

Selon le Comité régional pour la valorisation de l'éducation (CREVALE), la conciliation études-travail est l'équilibre entre le temps travaillé par un jeune et les tâches liées à sa scolarisation : études, transport, activités parascolaires, stages, etc. On peut parler d'une **bonne conciliation** lorsque la priorité est accordée aux études et que le jeune consacre le temps nécessaire à sa réussite scolaire. On parle plutôt d'une **mauvaise conciliation** lorsqu'il y a retards, échecs, démotivation scolaire ou, pire encore, décrochage scolaire.

En fait, il n'existe pas de consensus par rapport à un seuil critique associé au nombre d'heures de travail. Cependant, au-delà du seuil de **20 heures** de travail par semaine, les inconvénients pour l'étudiant sont plus importants. Le nombre d'heures de travail doit varier en fonction :

- De l'âge et du sexe du jeune;
- De la période de l'année (période d'examens, remise de travaux, relâche scolaire);
- Du niveau scolaire (secondaire, collégial, universitaire ou formation professionnelle);
- Des contraintes liées au travail (fatigue, stress, manque d'énergie, horaire, mauvaises relations, contraintes physiques).

5

**Selon vous, quels gestes un bon employeur pose-t-il pour faciliter la conciliation études travail?**

**Donner en exemple les gestes énumérés ci-dessous, après les réponses des étudiants.**



**Bon à savoir**

Un employeur peut être un allié de la réussite scolaire de ses employés. Voici des exemples de gestes qu'il peut poser :

- Il adapte l'horaire de travail selon les périodes d'examens, d'études ou de travaux;
- Il s'informe de la réussite scolaire de ses employés;
- Il les encourage dans leurs projets scolaires et souligne leurs bons coups;
- Il offre des bourses d'études;
- Il aménage un coin pour l'étude, disponible durant les pauses;
- Il permet à ses employés d'étudier à certains moments de la journée;
- Il finance des projets ou des organismes oeuvrant en éducation;
- Etc.

6

**Votre employeur pose-t-il des gestes facilitant votre réussite scolaire?**

**Inviter les jeunes à répondre à la question à main levée.**