

La charge de travail des cadres

Les frontières de l'entreprise n'existent plus car les cadres travaillent partout - car de plus en plus nomades - et tout le temps, y compris le soir et le week-end. Leur charge de travail augmente : gestion croissante des imprévus, immédiateté de l'information, utilisation intensive de la messagerie. Les tâches opérationnelles se cumulent avec celles de management.

Charge de travail

Leurs équilibres de vie sont de moins en moins satisfaisants : temps de travail, de repos et vie privée s'entremêlent. **Le risque de burn-out se généralise** : tous les salariés sont concernés. Les femmes cadres vivent de manière exacerbée ces situations. Le syndicalisme a la responsabilité d'innover et de construire de nouvelles régulations. La CFDT Cadres revendique :

Un droit au repos effectif

- L'employeur doit pouvoir produire le **décompte des jours de travail, du temps de repos** entre deux jours et des jours de repos.
- La mise en œuvre **d'un droit d'alerte** doit être négociée pour permettre l'expression des situations de dérives et des risques qui en découlent pour les salariés.
- **L'entretien annuel** sur la question des équilibres de vie doit intégrer **les enjeux de vie privée** dans l'organisation du travail et dans les pratiques de management.
- **Le droit au repos et à la santé** nécessite des mesures concrètes de régulations collectives.

La mise en place d'espaces de dialogue sur le travail pour :

- **créer la coopération**, échanger et décider collectivement de son organisation ;
- **renégocier les objectifs fixés** et les moyens alloués s'ils sont responsables de dépassements d'horaire importants ;
- **Inciter les managers de proximité** à évoquer leurs marges de manœuvre, l'expression des tensions et des injonctions contradictoires ;
- **instaurer des groupes de pairs** afin d'échanger et de fédérer les bonnes pratiques managériales.

Lutter contre les inégalités faites aux femmes

- Intégrer dans les négociations sur l'égalité professionnelle les questions liées à l'organisation d'une journée de travail. L'évolution des conditions de travail en vue d'améliorer l'articulation entre temps professionnel et personnel se fait au bénéfice de tous, hommes et femmes.

Documents

[Droit et devoir de déconnexion](#)

[Travail et temps, maintenir les équilibres](#)

[Équilibre des temps](#)

[Vers un équilibre travail et temps](#)

[Stress, ça casse sans prévenir](#)

[Forfait jour : l'investissement responsable](#)

Liens utiles

[Toutes les publications CFDT Cadres](#)