



TRAVAILLER EN HORAIRES DÉCALÉS

En France, l'horaire standard de travail est lundi au vendredi, entre 7 heures et 20 heures. Mais 36 % des Français des horaires décalés : ils travaillent très tôt le matin, le soir, la nuit ou le week-end. Ce rythme est difficile pour la santé et la vie .

Qui travaille en horaires décalés ?

Le samedi et le dimanche, ce sont surtout les femmes. Elles sont infirmières, serveuses, réceptionnistes, vendeuses et agentes de nettoyage. Tôt le matin, tard le soir et la nuit, ce sont des hommes. Ils sont chauffeurs, livreurs, cuisiniers, policiers, agents de .



TÉMOIGNAGES



Hubert, livreur de nuit

Je travaille cinq jours semaine. Je commence toujours à minuit et je termine à 6 h. J'aime travailler la nuit : il n'y a pas voitures dans les rues, c'est très calme et je gagne d'argent. les quinze jours, je travaille le samedi.



Lluc, pompier professionnel

Mes jours de congé changent toutes les semaines. Je travaille pendant 24 heures, puis j'ai deux jours de . Je vais parfois chez ma copine mes jours de repos. Mon rythme de vie est difficile, mais j'ai du pour moi.



Ivana, hôtesse d'accueil un casino

Je travaille tous les week-ends du jeudi samedi de 21 h à 4 h et un mercredi deux. Le lundi, c'est mon jour de , je vais toujours à la piscine. En semaine, je des cours d'anglais. Le week-end, je travaille, donc je ne sors avec mes amis.