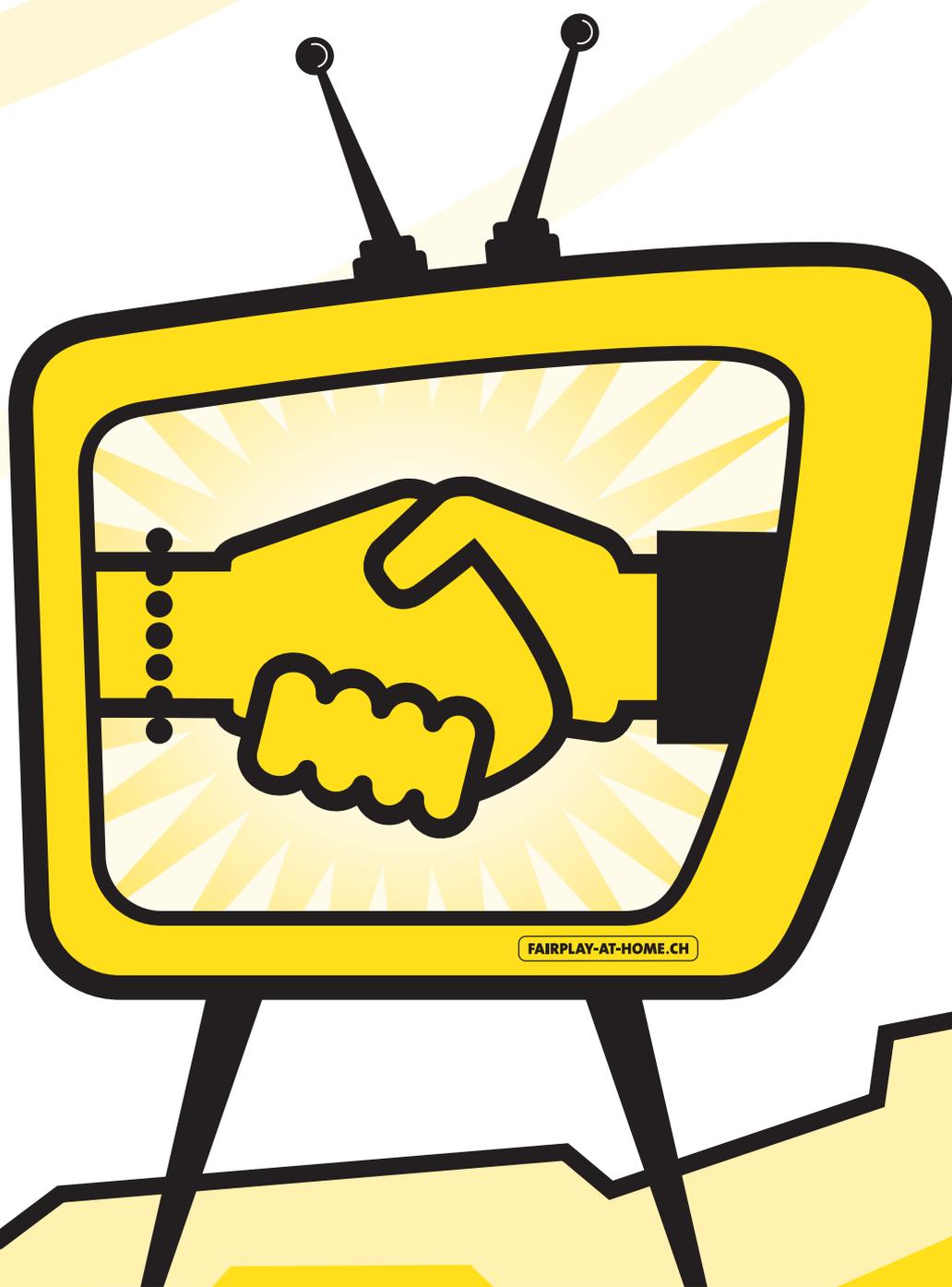


FAIRPLAY-AT-HOME.CH

UNE IMPULSION



IMPRESSUM:R

R

Edition/Direction de projet:

Bureau fédéral de l'égalité entre femmes et hommes
Elisabeth Ryter, Marianne Geisser, Verena Laedrach-Feller

Conception/Mise en page/Rédaction:R

Contexta AG, Berne

Traduction:R

Martine Chaponnière, Genève

Impression:R

Merkur Druck SA, Langenthal

Diffusion:R

OFCL/EDMZ-Diffusion, 3003 Berne
N° de commande: 301.962.f

Berne, janvier 2002

01.02 8'000 30308111

FAIRPLAY-AT-HOME

Une brochure pour les jeunes pères et mères.R Et aussi pour celles et ceux qui veulent le devenir.R R

Vous désirez des enfants ou peut-être en avez-vous déjà? Outre la joie qu'apporte l'enfant au père et à la mère, il y a aussi un certain nombre d'exigences! Le bébé n'a pas seulement besoin de jeux et de câlins, il doit aussi être nourri, langé et mis au lit. Parfois, il peut vous tenir éveillé toute la nuit! Ainsi, au ménage et à une journée normale de travail viennent s'ajouter un certain nombre de choses.



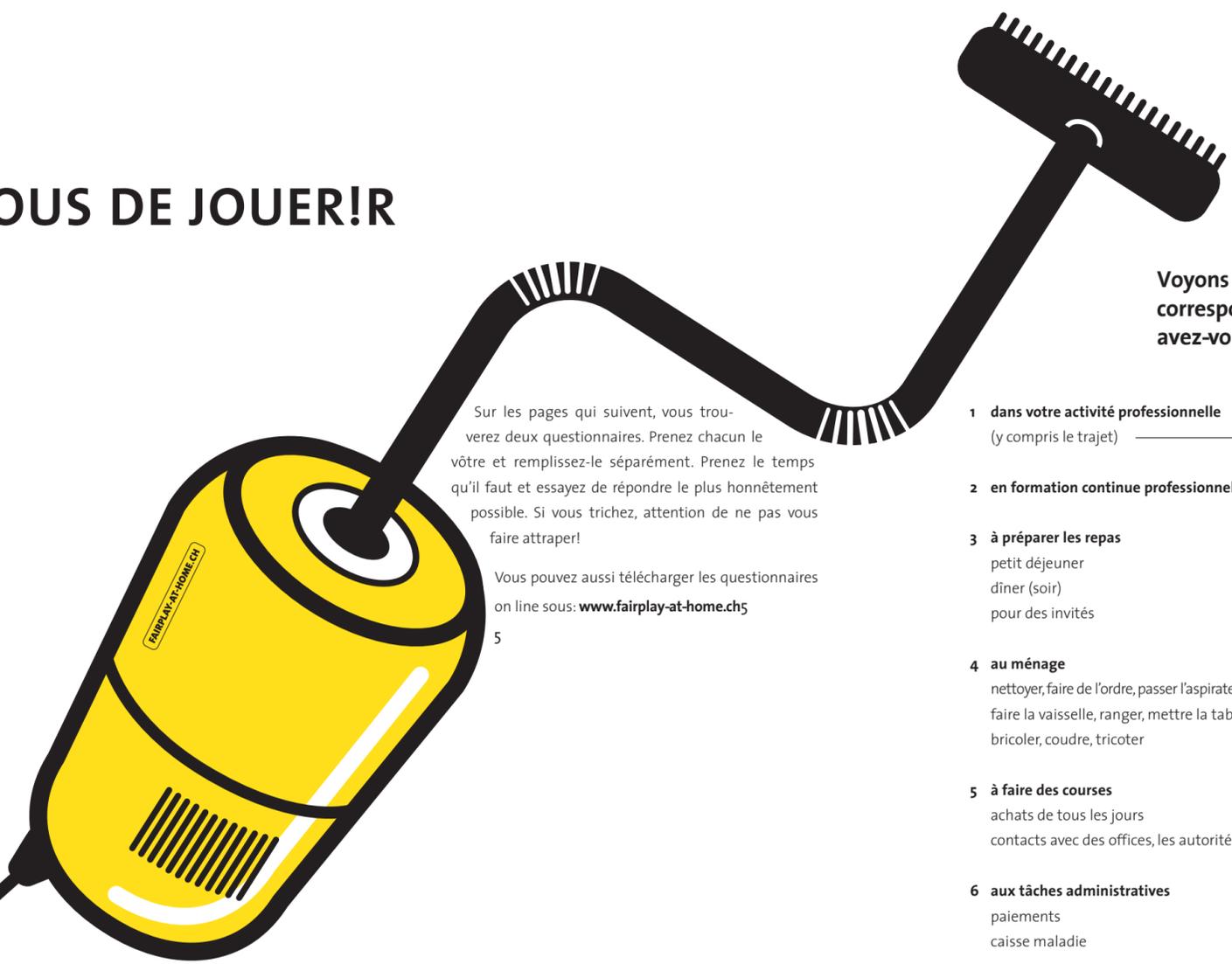
Les statistiques montrent qu'en Suisse, environ les deux tiers du travail non payé (surtout le travail familial et domestique) sont accomplis par les femmes. Les mêmes enquêtes montrent encore que c'est justement après la naissance de l'enfant que les hommes se font plus rares à la maison, laissant ainsi à la mère le gros du travail qu'occasionne le bébé. On s'habitue malheureusement très vite à de tels schémas, et quand son congé maternité est fini, la femme voit son retour au travail entravé par une montagne de travail domestique.

C'est ici que FAIRPLAY-AT-HOME entre en jeu, pour vous montrer qu'on peut aussi répartir le travail rémunéré et le travail domestique de façon plus équitable; qu'après la naissance de l'enfant, les femmes peuvent reprendre leur travail et, inversement, les hommes peuvent passer plus de temps auprès de leurs enfants. Nous n'avons pas l'intention de vous fournir des recettes patentées (il n'y en a d'ailleurs pas) mais plutôt de vous encourager à discuter ensemble de la répartition des tâches à la maison. Notre but est que vous puissiez d'abord établir ce partage et ensuite l'appliquer.

Le premier pas dans cette direction est très simple:
Tournez la page!



A VOUS DE JOUER! R



Sur les pages qui suivent, vous trouverez deux questionnaires. Prenez chacun le vôtre et remplissez-le séparément. Prenez le temps qu'il faut et essayez de répondre le plus honnêtement possible. Si vous trichez, attention de ne pas vous faire attraper!

Vous pouvez aussi télécharger les questionnaires en ligne sous: www.fairplay-at-home.ch

PETITE APPRECIATION PERSONNELLE R

Avant de vous y mettre, évaluez d'emblée, sans trop réfléchir, combien d'heures par semaine vous consacrez aux tâches nécessaires et utiles dans le ménage ou avec les enfants.

5
5
5
R

 _____ heures

Un petit conseil : R
Surévaluer vos heures de ménage ne vous attirera pas que des sympathies!

 _____ heures

Un petit conseil : R
Sous-évaluer vos heures ne vous rendra pas service!

QUESTIONS POUR LUI R

Voyons maintenant dans le détail si votre première appréciation R correspond à la réalité. La semaine dernière, combien d'heures R avez-vous passées:

5

1 dans votre activité professionnelle (y compris le trajet) _____ heures: 5

2 en formation continue professionnelle _____ heures:

3 à préparer les repas

petit déjeuner	h.: ____	déjeuner (midi)	h.: ____
dîner (soir)	h.: ____	collations	h.: ____
pour des invités	h.: ____		heures: _____

4 au ménage

nettoyer, faire de l'ordre, passer l'aspirateur	h.: ____	faire la lessive, repasser	h.: ____
faire la vaisselle, ranger, mettre la table	h.: ____	sortir les poubelles, éliminer le verre, etc.	h.: ____
bricoler, coudre, tricoter	h.: ____	prendre soin des plantes, du jardin	h.: ____
			heures: _____

5 à faire des courses

achats de tous les jours	h.: ____	achats particuliers	h.: ____
contacts avec des offices, les autorités	h.: ____		heures: _____

6 aux tâches administratives

paiements	h.: ____	assurances	h.: ____
caisse maladie	h.: ____	budget familial	h.: ____
			heures: _____

7 avec les enfants

Pour le cas où vous n'auriez pas encore d'enfants, prenez comme point de référence le nombre d'heures indiqué entre parenthèses, et imaginez ce que ce pourrait être pour vous. Les estimations concernent des nourrissons et indiquent le nombre d'heures par semaine.

Réveiller et habiller (3 h.)	h.: ____	faire la lessive (3 h.)	h.: ____
langer (7 h.)	h.: ____	allaiter (10 h.)	h.: ____
préparer les repas (5 h.)	h.: ____	nourrir (5 h.)	h.: ____
jouer (4 h.)	h.: ____	mettre au lit (7 h.)	h.: ____
se promener (7 h.)	h.: ____	accompagner (par ex. chez le pédiatre, 1 h.)	h.: ____
			heures: (52) _____

8 temps libre (activités régulières auxquelles vous ne pouvez pas renoncer)

_____ h.: ____ _____ h.: ____ heures: _____

REPORT R

Reportez ici les résultats intermédiaires obtenus.

1SAktivité professionnelle (trajet compris)R _____ heures: _____

2SFormation continue professionnelleR _____ heures: R _____

TOTAL TRAVAIL REMUNERER _____ heures: R _____

3SPréparation des repasR _____ heures: _____

4SMénageR _____ heures: _____

5SCoursesSR _____ heures: _____

6SAAdministrationR _____ heures: _____

7SEenfantsSR _____ heures: 5 _____

TOTAL TRAVAIL NON REMUNERER _____ heures: R _____

TOTAL D'HEURES PAR SEMAINE _____ heures: R _____

Temps libre individuelSR _____ heures: _____

5

Vous avez maintenant devant les yeux tout ce qu'il y a à faire dans votre ménage et le temps que vous-même y consacrez. Et aussi ce que ça représente par rapport au travail rémunéré. Maintenant, quels sont vos propres souhaits? A quoi passeriez-vous volontiers plus (ou moins) de temps? Inscrivez au verso vos désirs de répartition du temps.

VOS SOUHAITS POUR LE FUTUR

Si vous avez de la peine à évaluer en heures le temps souhaité, prenez comme point de référence les heures indiquées dans le Report de la page précédente.

5
5

1 **SA**ctivité professionnelle (trajet compris) R _____ heures:

2 **S**Formation continue professionnelle R _____ heures:

TOTAL TRAVAIL REMUNERER R _____ heures:

3 **S**Préparation des repas R _____ heures:

4 **S**Ménage R _____ heures:

5 **S**Courses R _____ heures:

6 **S**Aministration R _____ heures:

7 **S** Enfants \$ _____ heures:

TOTAL TRAVAIL NON REMUNERER _____ heures:

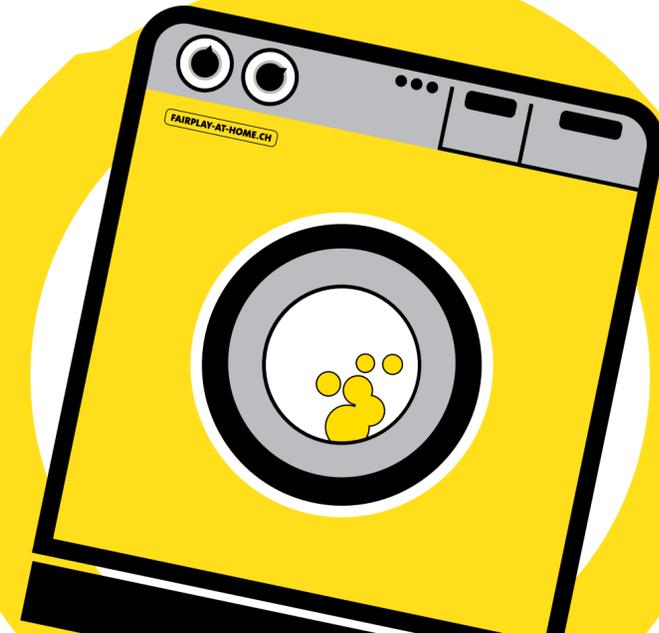
TOTAL D'HEURES PAR SEMAINE R _____ heures:

Temps libre individuels _____ heures:

Comparez vos souhaits avec ceux de votre partenaire et remplissez ensuite ensemble le questionnaire FAIRPLAY-AT-HOME.

Quelqu'un a été plus vite que vous! Ici, vous auriez dû trouver l'autocollant FAIRPLAY-AT-HOME qui vous aurait servi de pense-bête.

Commandez-en une réserve sous www.fairplay-at-home.ch ou info@fairplay-at-home.ch



QUESTIONS POUR ALLER L'EN

Voyons maintenant dans le détail si votre première appréciation R correspond à la réalité. La semaine dernière, combien d'heures R avez-vous passées:

5

1 **dans votre activité professionnelle** (y compris le trajet) _____ heures:

2 **en formation continue professionnelle** _____ heures:

3 **à préparer les repas**
 petit déjeuner h.: ____ déjeuner (midi) h.: ____
 dîner (soir) h.: ____ collations h.: ____
 pour des invités h.: ____ heures:

4 **au ménage**
 nettoyer, faire de l'ordre, passer l'aspirateur h.: ____ faire la lessive, repasser h.: ____
 faire la vaisselle, ranger, mettre la table h.: ____ sortir les poubelles, éliminer le verre, etc. h.: ____
 bricoler, coudre, tricoter h.: ____ prendre soin des plantes, du jardin h.: ____ heures:

5 **à faire des courses**
 achats de tous les jours h.: ____ achats particuliers h.: ____
 contacts avec des offices, les autorités h.: ____ heures:

6 **aux tâches administratives**
 paiements h.: ____ assurances h.: ____
 caisse maladie h.: ____ budget familial h.: ____ heures:

7 **avec les enfants**
 Pour le cas où vous n'auriez pas encore d'enfants, prenez comme point de référence le nombre d'heures indiqué entre parenthèses, et imaginez ce que ce pourrait être pour vous. Les estimations concernent des nourrissons et indiquent le nombre d'heures par semaine.
 Réveiller et habiller (3 h.) h.: ____ faire la lessive (3 h.) h.: ____
 langer (7 h.) h.: ____ allaiter (10 h.) h.: ____
 préparer les repas (5 h.) h.: ____ nourrir (5 h.) h.: ____
 jouer (4 h.) h.: ____ mettre au lit (7 h.) h.: ____
 se promener (7 h.) h.: ____ accompagner (par ex. chez le pédiatre, 1 h.) h.: ____ heures:

8 **temps libre** (activités régulières auxquelles vous ne pouvez pas renoncer)
 h.: ____ heures:

REPORT

Reportez ici les résultats intermédiaires R obtenus.

1 **SA**ctivité professionnelle (trajet compris) R _____ heures:

2 **S**Formation continue professionnelle R _____ heures:

TOTAL TRAVAIL REMUNERER R _____ heures:

3 **S**Préparation des repas R _____ heures:

4 **S**Ménage R _____ heures:

5 **S**Courses R _____ heures:

6 **S**Aministration R _____ heures:

7 **S** Enfants \$ _____ heures:

TOTAL TRAVAIL NON REMUNERER _____ heures:

TOTAL D'HEURES PAR SEMAINE R _____ heures:

Temps libre individuels _____ heures:

Vous avez maintenant devant les yeux tout ce qu'il y a à faire dans votre ménage et le temps que vous-même y consacrez. Et aussi ce que ça représente par rapport au travail rémunéré. Maintenant, quels sont vos propres souhaits? A quoi passeriez-vous volontiers plus (ou moins) de temps? Inscrivez au verso vos désirs de répartition du temps.

VOS SOUHAITS POUR LE FUTUR

Si vous avez de la peine à évaluer en heures le temps souhaité, prenez comme point de référence les heures indiquées dans le Report de la page précédente.

1. **Activité professionnelle (trajet compris)** heures:

2. **Formation continue professionnelle** heures:

TOTAL TRAVAIL REMUNERER heures:

3. **Préparation des repas** heures:

4. **Ménager** heures:

5. **Courses** heures:

6. **Administration** heures:

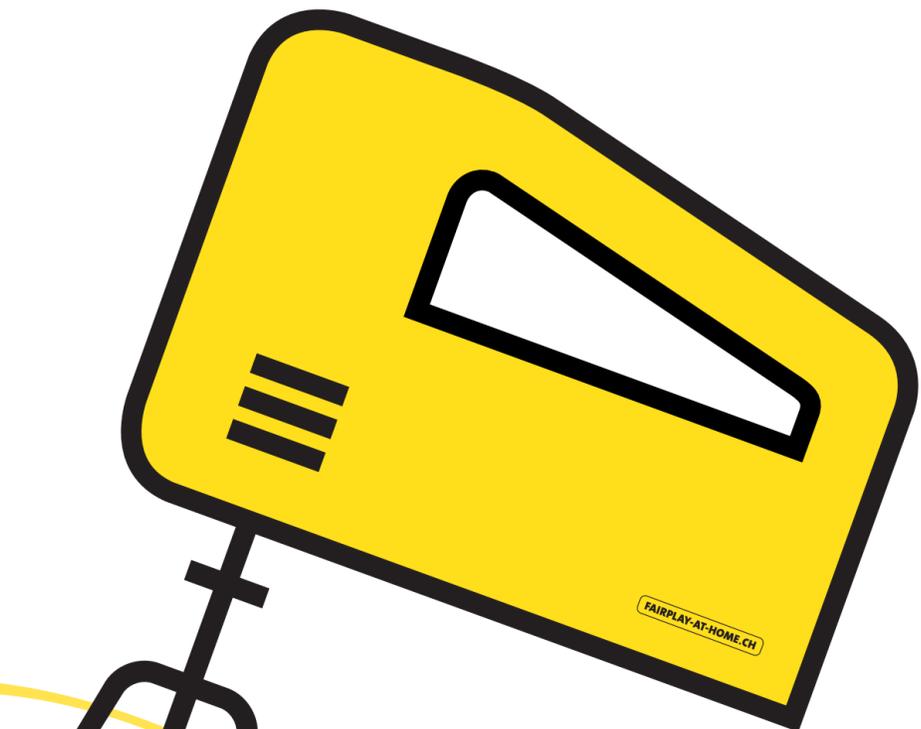
7. **Enfants** heures:

TOTAL TRAVAIL NON REMUNERER heures:

TOTAL D'HEURES PAR SEMAINE heures:

Temps libre individuels heures:

Comparez vos souhaits avec ceux de votre partenaire et remplissez ensuite ensemble le questionnaire FAIRPLAY-AT-HOME.



Quelqu'un a été plus vite que vous! En fait, vous auriez dû trouver ici un autocollant FAIRPLAY-AT-HOME à coller partout où il pourrait oublier que c'est aussi son affaire (lave-linge, table à langer, aspirateur, lave-vaisselle, etc.).

Commandez-en une réserve sous www.fairplay-at-home.ch ou info@fairplay-at-home.ch

DU SOUHAIT A LA REALITE

Voici sans doute l'étape la plus difficile de la route FAIRPLAY-AT-HOME. Avec les questionnaires sur vos souhaits, vous avez maintenant une base de négociations: vous savez comment votre partenaire imagine la vie commune et quels changements il ou elle souhaite.

Normalement, les représentations de la vie commune se recoupent. Vous devriez donc être en mesure de remplir le questionnaire FAIRPLAY-AT-HOME au verso avec une répartition équitable des tâches. Pour ce faire, un seul moyen: en parler.

Ne discutez pas seulement le détail de chaque point, parlez aussi de vos visions respectives de l'avenir ensemble. Essayez d'accorder la même importance aux désirs de votre partenaire qu'aux vôtres. Prenez le temps qu'il faut et soyez honnêtes l'un envers l'autre.

ET SI ÇA NE MARCHE PAS:

FAIRPLAY-AT-HOME.CH

FAIRPLAY-AT-HOME

Le planning est fait? Parfait, mais pas pour l'éternité. Rediscutez-le régulièrement sur la base de vos expériences. Voyez grand de manière à pouvoir aussi intégrer l'imprévu. Et si, à un moment donné, vous vous trouvez bloqués, vous trouverez plus loin quelques conseils qui pourront vous aider.

COMBIEN D'HEURES PAR SEMAINE VOULEZ-VOUS R
DORENAVANT CONSACRER AUX TACHES SUIVANTES:R



1SAktivité professionnelle (trajet compris)R

heures:

heures:

2SFormation continue professionnelleR

heures:R

heures:R

TOTAL TRAVAIL REMUNERER

heures:R

heures:R

R

3SPréparation des repasR

heures:

heures:

4SMénager

heures:

heures:

5SCourses R

heures:

heures:

6SAministrationR

heures:

heures:

7SEnfants

heures:5

heures:5

TOTAL TRAVAIL NON REMUNERER

heures:R

heures: R

TOTAL D'HEURES PAR SEMAINE R

heures:R

heures:R

Temps libre individuel

heures:

heures:

5

5

ET MAINTENANT?

Soit vous avez réussi à vous mettre d'accord sur une répartition qui vous R satisfait tous les deux, soit vous n'y êtes pas arrivés.R

R

VOUS AVEZ TROUVE ENSEMBLE UNE BONNE REPARTITION.R

R

Félicitations! Affichez le questionnaire FAIRPLAY-AT-HOME sur le frigo et tâchez de vous y tenir. Si vous n'arrivez pas trop bien à respecter vos plans, parlez-en ensemble ou reprenez cette brochure. La page suivante peut vous aider...

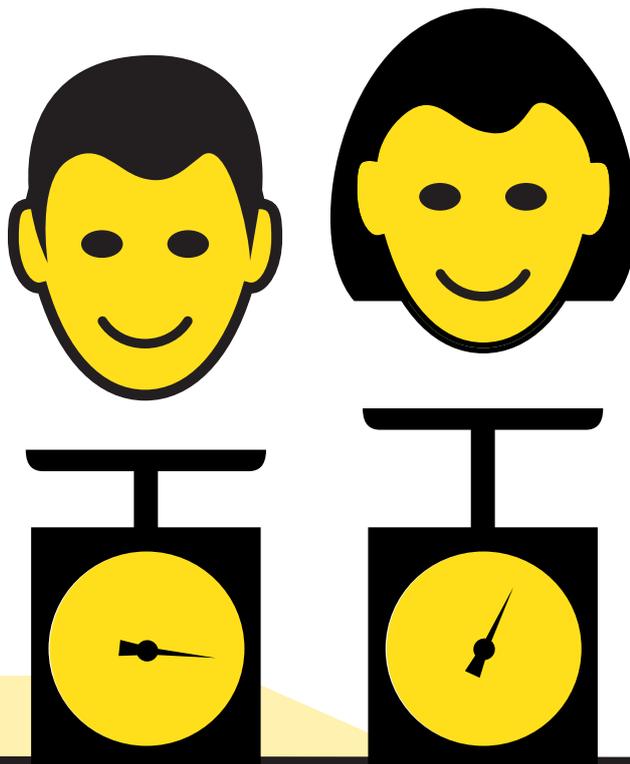
VOUS N'AVEZ PAS PU VOUS METTRE D'ACCORD.R

R

C'est tout sauf simple que d'assumer seule, ou même à deux, à la fois une activité professionnelle, le ménage et les enfants. Surtout ne perdez pas courage! Vous avez déjà fait un grand pas en discutant de ce pénible sujet qu'est la répartition des tâches à la maison, en partageant avec l'autre vos désirs et – le plus important – en reconnaissant les problèmes qui se posent à tous les deux. Tournez la page, peut-être y trouverez-vous la solution de votre problème.

On dit toujours que «quand on veut, on peut». Eh bien non. Parfois, on a besoin des autres, même quand on est deux. Les pages qui suivent vous indiquent qui voir et quoi lire. Sans exhaustivité, bien sûr.5

5



CONSEILS R

|SRetirez-vous. Discutez dans un endroit où vous ne serez pas dérangés... ni entendus: dans les discussions sérieuses, il faut avoir le droit d'élever parfois le ton...

|SFormulez clairement et distinctement vos souhaits. Votre partenaire ne peut répondre à vos désirs que si vous lui dites clairement ce que vous désirez.

|SVoyez grand. Les enfants peuvent chambouler tous vos plans. Prévoyez donc suffisamment de marge de manœuvre pour intégrer l'imprévu...

|SCommencez par le plus facile. Répertoirez d'abord les choses qui marchent bien ou dont la solution peut être vite trouvée. Attaquez-vous ensuite aux problèmes plus compliqués.

|SProcédez par ordre de préférence. Certaines tâches sont restées «en l'air». Inscrivez-les chacun pour vous sur une liste, en les classant par ordre de préférence, et faites la répartition après.

|SFixez des priorités. Pour créer des capacités supplémentaires, il se peut que vous deviez sacrifier quelques activités de temps libre. Classez-les en ordre de préférence et de nécessité. A quoi pouvez-vous renoncer sans problème, ou pendant un temps déterminé, ou en aucun cas?

|Sne planifiez pas pour l'éternité. Les enfants grandissent vite, ce qui fait que la situation change tout le temps. Ne décidez donc pas pour l'éternité des mesures à prendre dans votre vie privée et professionnelle.

|SDéterminez les responsabilités. La personne qui prend en charge un domaine en porte la complète responsabilité. L'autre, en contrepartie, s'abstient de dispenser toute espèce de conseils sur comment il ou elle ferait ce travail plus simplement ou plus rapidement.

|SFixez des normes standard. On peut économiser beaucoup de temps en laissant tomber des activités inutiles. La vaisselle s'essuie très bien avec des linges non repassés et on a aussi le droit, de temps à autre, de poser sur la table un plat acheté tout fait.

|SNe vous laissez pas décourager. Il se peut que vous partagiez une tâche que votre partenaire sait beaucoup mieux faire que vous. N'abandonnez pas: vous avez déjà, dans votre vie, appris des choses autrement plus difficiles que de repasser une chemise ou laver les vitres.

|SRegardez autour de vous. Les possibilités d'aide extérieure sont nombreuses, mais la plupart sont payantes. Réfléchissez bien à ce que vous voulez déléguer et ce que cela représente pour vous.

| Discutez avec vos connaissances et avec vos voisins et voisines. S'il n'y a pas de places disponibles à la crèche, peut-être connaissez-vous quelqu'un qui peut s'occuper de votre enfant? Ou alors, avec d'autres parents du voisinage, vous pouvez prendre des tours pour vous occuper des enfants? Sachez que votre enfant ne souffrira pas de cette diversité.

| Réévaluez votre taux d'activité. Si vous désirez changer votre situation de travail, parlez-en le plus rapidement possible à votre employeur. Préparez-vous bien à cet entretien. Réfléchissez à ce que vous voulez obtenir concrètement et élaborer des propositions de solutions. Selon les métiers et les entreprises, le temps de déplacement peut aussi, dans certaines circonstances, être utilisé efficacement et du coup, être inclus dans les heures de travail.

|SInformez-vous sur les assurances et autres dispositions juridiques. Sur bien des points, le système suisse d'assurances est encore basé sur un modèle traditionnel de répartition des rôles. Mais là aussi, il y a des voies et des solutions aptes à soutenir une division équitable des rôles.

UN PEU DE LITTERATURER

R

Margret Bürgisser | Concilier le travail et la famille

Brochure n° 13 de la Société suisse des employés de commerce, 2000. Vous pouvez commander la brochure par téléphone au 032 721 21 37 ou via ssec@skv.ch.

En cinquante pages, cette brochure permet une vue d'ensemble rapide et globale de tout ce qui est en rapport avec FAIRPLAY-AT-HOME. L'auteure démonte le champ de tension travail-famille, elle donne un aperçu des modèles familiaux et de temps de travail courants, de la prise en charge extérieure des enfants et de certains problèmes du domaine des assurances sociales. De nombreux exemples tirés de travaux statistiques et d'enquêtes viennent illustrer le texte.

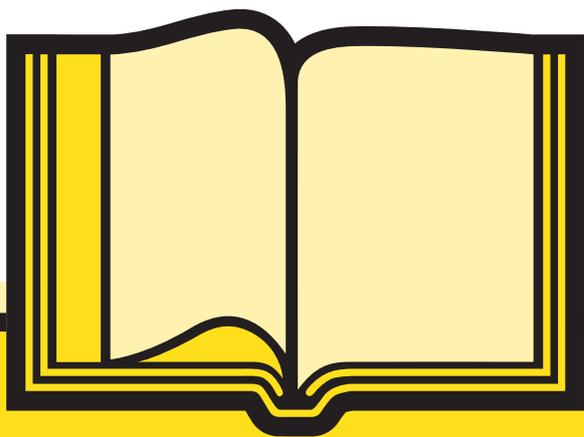
R

R

Irène Meier | Profession – famille – partenariat: utopie ou réalité?

Manuel pour l'organisation d'une famille partenariale, 1995. Vous pouvez commander la brochure par téléphone au 031 381 90 30 ou via info@profamilia.ch.

Dans cette brochure, l'auteure présente un couple désireux d'organiser la famille sur le mode du partenariat et qui tente donc activement de répondre à toutes les questions qui en découlent. La brochure traite avant tout des aspects «techniques» comme les finances et les assurances sociales. Les informations données ne sont peut-être plus toutes actuelles mais la démarche fait toujours du sens.



ADRESSES UTILES

SPour de la documentation supplémentaire sur le thème FAIRPLAY-R AT-HOME, adressez-vous auR

| Bureau fédéral de l'égalité
entre femmes et hommes
Schwarztorstrasse 51, 3003 Berne
Tél. 031 322 68 43; Fax 031 322 92 81
E-Mail: ebg@ebg.admin.ch
Internet: www.fairplay-at-home.ch

Pour des informations au niveau cantonal et communal, adressez-vous directement aux bureaux de l'égalité cantonaux et municipaux. Vous trouverez les adresses des différents bureaux sur le site Internet de la Conférence suisse des déléguées à l'égalité: www.equality.ch (mot-clé: membres)

SIrformations générales sur le thème de la conciliation travail-famille

| Pro Familia Suisse
Laupenstrasse 45, 3008 Berne
Tél. 031 381 90 30; Fax 031 381 91 31
E-Mail: info@profamilia.ch
Internet: www.profamilia.ch

SIrformations sur le thème de la prise en charge des enfantsR

www.familienplattform.ch est un site Internet alimenté conjointement par Pro Familia Suisse, l'Union patronale suisse et pro juventute. Vous y trouverez des informations sur les crèches, les garderies, familles de jour, écoles à horaire continu, cantines, baby-sitting, ainsi que d'autres liens utiles. Le site informe aussi sur les coûts de ces différents lieux.

| Association des crèches suisses
Rennweg 23, 8001 Zurich
Tél. 01 212 24 44; Fax 01 212 24 45

| Association pour une école à horaire continu en Suisse
Rötelstrasse 11, 8006 Zurich
Tél. 01 361 42 88; Fax 01 361 42 90
E-Mail: info@tagesschulen.ch
Internet: www.tagesschulen.ch

| pro juventute, Fachstelle Tagesfamilien
Seehofstrasse 15, 8008 Zurich
Tél. 01 256 77 55; Fax 01 256 77 78
E-Mail: tagesfamilien@projuventute.ch
Internet: www.projuventute.ch

SIrformations sur le thème des assurances socialesR

| Office fédéral des assurances sociales
Effingerstrasse 20, 3003 Berne
Tél. 031 322 90 11; Fax 031 322 78 80
Consultez en particulier le site Internet:
Internet: www.bsv.admin.ch

VOTRE CONTRIBUTION À FAIRPLAY-AT-HOMER

Nous serions très intéressés de savoir ce que vous pensez de FAIRPLAY-AT-HOME: quelles sont vos expériences à ce propos, quels obstacles vous avez rencontrés et comment vous les avez surmontés.

Votre avis facilitera l'entrée de FAIRPLAY-AT-HOME dans le plus grand nombre possible de ménages. A long terme, un partenariat ne fonctionne que s'il est organisé sur une base équitable et que chacun des deux peut, à parts égales, réaliser ses désirs personnels.

Faites-nous part de votre vision et de vos attentes de FAIRPLAY-AT-HOME, de préférence par écrit.

Bureau fédéral de l'égalité R

entre femmes et hommes

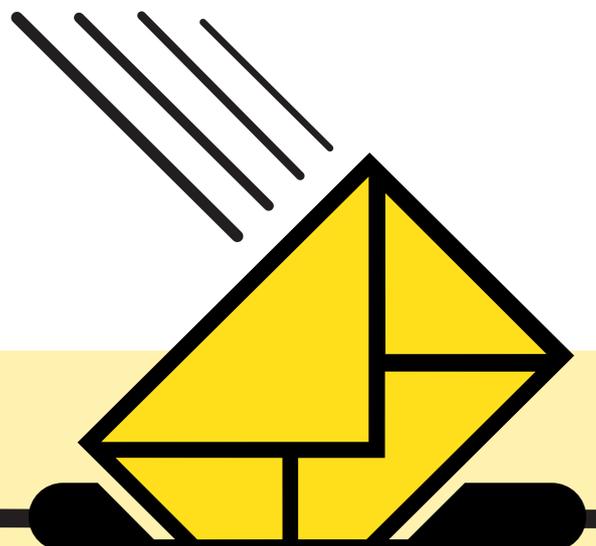
Schwarztorstrasse 51

3003 Berne

Fax: 031 322 92 81

E-Mail: info@fairplay-at-home.ch

Internet: www.fairplay-at-home.ch





Schwarztorstr. 51 CH-3003 Bern5
Telefon 031 322 68 435
Fax 031 322 92 815
e-mail ebg@ebg.admin.ch



Eidg. Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann5
Bureau fédéral de l'égalité entre femmes et hommes5
Ufficio federale per l'uguaglianza fra donna e uomos
Uffizi federal per l'egualitad tranter dunna ed um