

# Mettre la routine au goût de l'été!

C'est l'été et vous travaillez... Qu'à cela ne tienne, qui a dit qu'on ne pouvait pas joindre l'utile à l'agréable? Voici comment profiter de la belle saison d'un point de vue professionnel et... social!



JOSIANNE HASPECK  
COLLABORATION SPÉCIALE

Pour bien des entreprises, l'été est une période plus calme. Belle occasion d'adopter une attitude «estivale». «Avec une telle attitude, les employés vont vivre une pression différente du reste de l'année», estime Catherine Privé, présidente et chef de direction d'Alia Conseil, un bureau de consultants en développement organisationnel. Il s'agit d'un moment propice pour établir des relations avec des collègues. «On va dîner avec une personne avec qui on est moins habitué de le faire ou on explore de nouveaux sujets de conversation avec un collègue à la pause-café», suggère Éveline Marci-Denault, psychologue organisationnelle.

Plusieurs activités peu coûteuses et qui demandent peu de temps d'organisation peuvent être mises en branle: lunch d'équipe à l'extérieur, de l'activité physique en équipe comme un club de marche ou de balle-molle, des 5 à 7, etc. «C'est coûteux et nocif d'être dans une posture physique statique prolongée. Ça peut vouloir dire de prendre l'habitude de faire de fréquentes petites pauses en posant une question à son collègue directement plutôt qu'en envoyant un courriel, ou encore de faire de l'activité physique sur l'heure du dîner», suggère-t-elle.



PHOTO MARCO CAMPANOZZI, LA PRESSE

Pour que la routine ne soit pas abrutissante, certains prennent leur pause dans un parc pour terminer un roman; pour d'autres, ce sera d'aller discuter avec un collègue qui les fait rire.

## Une période de ressourcement

Juste le fait de se vêtir de vêtements aux motifs colorés, par exemple, peut amener une dynamique de travail différente et plus détendue, ajoute Catherine Privé, également psychosociologue. De cette

les gens reviennent plus en forme et avec de nouvelles idées. Il s'agit d'une période à valeur ajoutée où on se déconnecte des urgences et du quotidien pour réfléchir à ce qui est important et non urgent, fait-elle remarquer. L'été est, selon moi, une période de

conseille la psychologue organisationnelle. Ce n'est pas tout le monde qui est stimulé par la même chose. Pour certains, c'est de prendre une pause sur un banc de parc à terminer un roman; pour d'autres, ce sera d'aller jaser avec un collègue qui les fait rire. L'important, c'est de trouver ce qui nous détend le plus dans une journée. Multiplier ces moments permet d'atténuer le niveau d'intensité de stress, de gagner un sentiment de contrôle par rapport à notre journée. «Plus les gens ont du recul, plus ils prennent de saines habitudes de vie au travail. Ça prévient les conflits relationnels et permet de gérer avec doigté les situations délicates», fait-elle remarquer, en ajoutant que ces conseils valent autant pour l'employé que pour le gestionnaire.

## Et l'employeur?

Du côté de l'entreprise, l'employeur doit jouer un rôle de soutien à ces initiatives pour permettre aux employés de se régénérer l'esprit. «Quand l'environnement de travail le permet, il est bon d'installer une terrasse, des tables à pique-nique et de permettre d'ouvrir les fenêtres. C'est intéressant de créer des lieux pour permettre aux employés de prendre l'air. C'est bénéfique sur la productivité des employés», insiste M<sup>me</sup> Privé. On met l'accent sur les résultats à attendre plutôt que sur les heures de travail. «Le gestionnaire est le gardien d'un milieu de travail sain. S'il instaure un dîner communautaire le vendredi, c'est génial! Il démontre par ses gestes qu'il y a une place pour ça, le valoriser et c'est souhaitable», conclut M<sup>me</sup> Marci-Denault.

## « On pourrait profiter de l'été pour se sortir la tête de l'eau et prendre une grande inspiration organisationnelle. »

— Catherine Privé, psychosociologue

façon, les employés vont arriver à faire le plein d'énergie pour atteindre les objectifs du reste de l'année. «On pourrait profiter de l'été pour se sortir la tête de l'eau et prendre une grande inspiration organisationnelle. C'est bénéfique pour l'organisation parce que

ressourcement comme les fêtes du Nouvel An sont une époque de bilan », ajoute M<sup>me</sup> Marci-Denault.

«On veut faire en sorte que la routine ne soit pas abrutissante. Ça peut être aussi simple que de varier le type de lunch pour se faire plaisir,

## RECONNAISSANCE DES ACQUIS

# Décrocher un diplôme grâce à son expérience

Obtenir un diplôme du ministère de l'Éducation sans nécessairement retourner sur les bancs d'école? C'est possible grâce à l'éventail de plus en plus grand de programmes offerts en reconnaissance des acquis (RAC) par les commissions scolaires et les cégeps.



MARTINE LETARTE  
COLLABORATION SPÉCIALE

Luc Michaud a dû commencer à travailler très jeune et il n'a pas terminé ses études secondaires. Très manuel et influencé par son père mécanicien, il fait de la mécanique automobile depuis toujours. Il a travaillé 15 ans dans l'Ouest canadien avant de revenir au Québec, il y a quelques années, et découvrir qu'il ne pouvait pas travailler comme mécanicien dans un garage sans certificat de qualification. Au mieux, on le faisait faire des vidanges d'huile pour un salaire de crève-faim. Il a attendu que la commission scolaire des Bois-Francs mette en place les outils d'évaluation en RAC pour le diplôme d'études professionnelles (DEP) en mécanique automobile, puis il s'est inscrit en janvier. Il a commencé ses évaluations en février; en mars, il obtenait son diplôme.

Trop beau pour être vrai? Pour évaluer les chances de succès d'une personne avant d'entreprendre une démarche

de RAC, elle rencontre un conseiller.

« Ses compétences doivent être actuelles et être maîtrisées depuis un certain temps; on ne peut pas obtenir un nouveau type d'emploi et deux semaines après, entreprendre un processus de RAC », explique Josée Lachance, conseillère d'orientation, responsable de la RAC au Centre de formation professionnelle Vision 2020, à Victoriaville.

« Il faut aussi toujours questionner le besoin de la personne, se demander si l'obtention du diplôme est nécessaire pour éviter de faire entrer quelqu'un dans le processus si le besoin n'est pas réel », ajoute Catherine Dagenais, conseillère d'orientation et conseillère RAC au cégep Marie-Victorin. Parfois, la personne peut seulement avoir besoin d'un bilan de compétences, ou d'une démarche d'orientation. »

## Évaluation et formation manquant

Dans le cas de Luc Michaud, le besoin était clair et, rapidement, il a rencontré l'enseignant spécialiste de contenu formé pour faire l'évaluation. Elle peut se faire dans les établissements de formation ou en milieu de travail.



PHOTO ULYSSE LEMERISE, COLLABORATION SPÉCIALE

Grâce à sa grande expérience de travail en mécanique automobile, Luc Michaud a obtenu son DEP en un mois en se rendant quelques fois par semaine au Centre de formation professionnelle Vision 2020, à Victoriaville, pour des évaluations.

Il arrive souvent que des compétences soient maîtrisées partiellement, alors le candidat est invité à suivre la formation manquante pour réussir la démonstration de sa compétence.

« Je n'ai pas eu à aller en classe pour faire de la formation manquante, mais l'évaluateur m'a prêté des livres pour me rafraîchir la mémoire », raconte Luc Michaud.

Avec la RAC, on peut être créatif pour permettre à la personne d'aller chercher sa formation manquante et réussir ses évaluations.

« L'objectif est toujours d'éviter de faire asseoir la personne sur les bancs d'école pour lui faire apprendre quelque chose qu'elle sait déjà »,

explique Catherine Dagenais, qui a participé avec Josée Lachance à une présentation sur la RAC lors d'un congrès international au début du mois à Québec, organisé entre autres par l'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation.

Le processus de RAC se fait au rythme de chacun.

« Souvent, la personne travaille à temps plein, remarque Josée Lachance. Parfois, l'employeur est au courant de la démarche et il libère l'employé sur son temps de travail, mais parfois, la personne ne veut pas que son employeur soit au courant. Généralement, en formation professionnelle, le processus dure de six mois à un an. »

## Gagnant-gagnant

À 41 ans, Luc Michaud a vu sa vie changer complètement depuis qu'il a obtenu son DEP. Il travaille maintenant comme apprenti mécanicien dans le garage Jean-Yves Martel, à Warwick.

« Ma situation financière, mon estime de moi, ma confiance se sont améliorées de 200 %, dit-il. En plus, avant, il n'était pas question que j'aie un bébé parce que je pouvais toujours me retrouver avec un emploi au salaire minimum. Maintenant, même si je perds mon emploi, avec mon diplôme, je peux toujours me virer de bord et aller dans un autre garage. Je n'aurai plus besoin de repartir à zéro, de refaire mes preuves. Et là, ma conjointe est enceinte! »

La RAC peut aussi être avantageuse pour l'employeur. Souvent, l'employé va chercher des compétences supplémentaires pour obtenir son diplôme.

« Ensuite, il est plus autonome, plus polyvalent, explique Josée Lachance. C'est bon aussi pour la planification de la relève; un plus grand champ de compétences peut ouvrir la porte à des postes de gestion. Puis, lorsqu'un travailleur obtient son diplôme, il a tendance par la suite à rester plus fidèle à son employeur qui l'a aidé. »

Pour obtenir des renseignements sur la RAC et voir les services offerts, on consulte le site gouvernemental à: <http://reconnaissanceacquis.ca>