

A



## La pause déjeuner au travail, c'est du passé?

**Traditionnellement, le déjeuner entre collègues était un rituel et servait à améliorer l'ambiance de travail dans l'entreprise. Avec l'évolution des modes de vie, cette habitude s'est perdue. La loi suisse sur le travail ordonne qu'en entreprise, le temps de travail soit interrompu en son milieu par une pause. L'employé n'a donc pas le droit de sauter cette pause pour rentrer plus tôt à la maison. Mais, sauf exception, il peut faire ce qu'il veut de ce moment, qui ne compte pas comme du temps de travail.**

❶ Les Suisses prennent de moins en moins le temps de déjeuner. Fini le temps où l'on sortait du bureau à midi pour prendre le lunch avec les collègues: plat du jour, pizza ou même fondue parfois avant de commencer l'après-midi de travail. De plus en plus, la pause de midi est devenue un moment solitaire. Terminés aussi les longs repas d'affaires avec fromage et dessert, où l'on concluait une affaire sur un coin de table.

❷ Depuis dix ans, la pause de midi devient toujours plus courte, car les employés cherchent à gagner du temps pour la soirée. Les gens vivent toujours plus loin de leur lieu de travail, font plus de trajets, ce qui limite le temps disponible pour la vie privée. Nadia, par exemple, préfère avaler une soupe ou un sandwich devant son ordinateur tout en continuant son travail. Dans la start-up où travaille Xavier, la pression professionnelle est telle que même boire un café au distributeur est considéré quelquefois comme du temps gaspillé.

❸ En 2016, les Suisses ont dépensé près de 7,5 milliards de francs pour leurs repas de midi au restaurant ou dans les cantines des entreprises. Ce montant représente plus de la moitié du chiffre d'affaires global des établissements spécialisés dans la restauration. En moyenne, les salariés dépensent 14,57 francs pour se nourrir à midi. Mais cette somme est dépensée de préférence dans un fast-food ou un supermarché. Aux États-Unis, cette tendance existe depuis longtemps déjà. Ces dernières années, les restaurateurs américains ont enregistré d'énormes pertes sur le segment des repas de midi. En Suisse, selon le président de GastroVaud, la tendance serait la même.

❹ Pour remédier à cette situation, il conseille aux restaurateurs de proposer à midi un service à emporter. Mais pour attirer à nouveau la clientèle dans les restaurants, il faudrait non seulement lui offrir une nourriture de qualité, mais surtout améliorer la rapidité du service. Par ailleurs, si les gens sont prêts à payer 15 francs pour un hamburger dans un food truck, alors ils peuvent en mettre 19 pour un bon plat chaud. Cette solution serait préférable aux tickets restaurant qu'il est possible d'échanger contre un sandwich dans une boulangerie.

D'après Le Temps

**B**

## Les Suisses en manque de loisirs

**En Suisse, près de 90% des adultes n'ont pas assez de temps. Selon un sondage de l'institut de recherche Sotomo, 52% des personnes ont renoncé avec regret à des projets de voyage, 39% à la pratique d'un sport et 37% à l'apprentissage d'une langue étrangère ou d'un instrument de musique.**

En semaine, un adulte consacre en général un peu moins de huit heures par jour à son activité professionnelle et dort environ sept heures. En moyenne, les trajets domicile-travail prennent une heure et les tâches domestiques trois heures. Ces dernières sont source de stress pour un adulte sur deux. En outre, un tiers des actifs se plaignent de la pression résultant des heures supplémentaires ainsi que des appels et courriels à effectuer après le travail. De plus, les personnes qui ont un long trajet domicile-travail souffrent assez souvent d'un manque de sommeil.

S'ils avaient le choix, la majorité des employés à plein-temps réduiraient leur nombre d'heures de travail. Et même parmi les travailleurs employés à temps partiel (50–80% d'occupation), seule une moitié est satisfaite de sa situation. Pour l'autre moitié, 9% aimeraient augmenter leur temps de travail contre 39% qui préféreraient le réduire. Si ces personnes ne réalisent pas leur désir, c'est pour des raisons financières et peut-être aussi pour répondre à certaines attentes sociales.

**D'après Le Nouvelliste**