

Rechercher

 Se connecter

MOT DE PASSE PERDU ? S'INSCRIRE

Femmes au travail: conseils utiles

| 08:14 Cap est une association soutenue par la Confédération suisse. Sa mission? aider, soutenir et conseiller les femmes. Entretien avec Christelle Maier.



La maternité, un exemple d'une étape clé à négocier pour un parcours professionnel qui vous appartienne et réponde à vos besoins. © CAP

Adélita Genoud | 13-09-2011 | 08:14

CAP, c'est quoi exactement ?

CAP donne la possibilité aux femmes de s'appuyer sur un accompagnement professionnel et/ou un conseil juridique pour faire face aux questions qui surgissent dans leur parcours professionnel. Et cela à un tarif accessible. Soutenu par la Confédération et reconnu d'intérêt public, le service de Conseil & Accompagnement professionnel CAP a ouvert ses portes en automne 2008 à Neuchâtel. Depuis, deux antennes ont été ouvertes, l'une à Yverdon-les-Bains, l'autre à la Chaux-de-Fonds.

Les femmes qui viennent à CAP bénéficient de la large pratique de l'équipe de conseil, d'outils reconnus issus principalement du coaching, du bilan de compétences, et des techniques et recherches d'emploi. S'ajoute une expertise juridique du droit du travail et des assurances sociales.

L'accompagnement est personnalisé et se déroule généralement en face-à-face à travers des entretiens individuels. Pour un renseignement ponctuel et spécifique, il est possible de s'informer par téléphone ou par e-mail.

Une association de plus ?

D'avantage qu'une association, CAP permet à chaque femme en Suisse-romande de bénéficier de prestations qui existent en Suisse-allemanique depuis de nombreuses années et avec une plus-value démontrée par l'expérience. CAP est ainsi né de la volonté conjugée de personnes travaillant sur le terrain et du Bureau fédéral de l'égalité entre femmes et hommes.

Qu'a-t-elle de très particulier ?

Un excellent rapport qualité/prix sur le plan financier. Le soutien de la Confédération permet de faire bénéficier les femmes de prestations de qualité à un tarif largement accessible (Fr. 40.- l'heure, Fr. 20.- pour les personnes à bas revenus). L'investissement personnel de chaque femme conseillée est par contre important et essentiel pour un accompagnement abouti.

Une deuxième particularité, c'est que chaque femme peut venir à CAP, à chaque étape et tout au long de son parcours professionnel. Cette amplitude se reflète dans le public et les problématiques abordées. Les femmes conseillées travaillent à temps partiel, à 100% ou sont à la recherche d'un emploi. Elles se situent en tout début de carrière ou sont déjà avancées dans leur parcours professionnel. Elles possèdent des niveaux de formation variés, tout comme les responsabilités qu'elles assument dans leur travail. Elles veulent se réinsérer après une pause éducative, négocier avec leur employeur une formation continue, connaître leurs droits au travail, changer d'emploi et en profiter pour se réorienter, faire le point de leur situation professionnelle, cerner leurs compétences, parfois reprendre confiance en elles.

LE DÉBAT

DSK doit-il se tenir à l'écart de la campagne?
63% des Français estiment que Dominique Strauss-Kahn ne devrait pas intervenir dans la campagne aux élections présidentielles de 2012. Êtes-vous du même avis?

- Oui
 Non
 Je ne sais pas

EDMÉE SORT SES GRIFFES

CHRISTIAN CONSTANTIN



Elle égratigne les stars du sport.

Lire les chroniques

FINANCE: FICHES PRATIQUES



Chaque semaine, une nouvelle thématique !

PUBLICITÉ

BLACKBERRY 9780



Retour aux sources avec un smartphone monobloc à clavier complet

LES DERNIERES CHRONIQUES

- Election du Conseil fédéral par le peuple, une « Schnapsidee » !
Martine Brunschwig Graf
- Qui pourra encore se payer le luxe de vieillir ?
Valérie Garbani

LES CHRONIQUES



LE CURÉ OUBLIE LA NOCE. MAIS QUELLE IMPORTANCE ?

Etienne Dumont, journaliste

La petite chronique insolite féminine de la Planète



CINÉMA: LE FORMIDABLE COMBAT DE VALÉRIE DONZELLI

Edmée

La jeune et jolie actrice-réalisatrice raconte comment elle et Jérémie ...



MA MICHELINE

Liliane Maury Pasquier et Maria Roth-Bernasconi

La chronique à quatre mains de Maria Roth-Bernasconi et Liliane Maury Pasquier.



OUVRIR DES PORTES

Fabienne Alfandari

La chronique d'une coach et formatrice d'adultes.



OVALE: ENFIN UN VRAI BON MATCH

Annick Chevillot

Durant le championnat du monde, une experte ès rugby commente

Toutes, elles choisissent de s'appuyer sur un soutien extérieur pour continuer d'avancer professionnellement. L'équipe de conseil de CAP s'adapte à chaque femme en plaçant ses besoins et ses attentes au centre de toute démarche.

Une dernière particularité : Outre le conseil individuel, CAP travaille de manière proactive pour sensibiliser les femmes à des problématiques ou à des enjeux parfois méconnus ou sous-estimés. De la prise de conscience peut ensuite déboucher l'action. Par exemple, dans le cas de couples mariés avec deux enfants, les frais de garde et d'impôts peuvent être tels qu'un taux d'occupation au-delà de 60% pour le second revenu peut être financièrement préjudiciable.

Comment fonctionne-t-elle ?

Le service de Conseil & Accompagnement professionnel CAP s'appuie sur une équipe de cinq personnes pour assurer l'activité de conseil, la gestion du service, ainsi que le travail de communication et de sensibilisation. L'équipe de conseil est quant à elle composée de deux conseillères et d'un conseiller, dont une juriste exclusivement chargée du conseil juridique.

Le bureau à Neuchâtel est ouvert le lundi de 13h30 à 17h et les mardis et jeudis de 8h30 à 12h15 et de 13h30 à 17h. A Yverdon, le mardi après-midi de 13h30 à 17h30, et à La Chaux-de-Fonds, le jeudi de 12h15 à 18h.

Le premier contact se fait généralement par téléphone ou par e-mail. La conseillère ou le conseiller fait le point sur la situation actuelle de la personne et clarifie ses besoins pour ensuite y répondre au mieux. Ce premier contact débouche parfois sur un ou plusieurs entretiens individuels. Tous les entretiens sont sur rendez-vous.

Combien de femmes ont pu bénéficier de son aide ?

Près de 260 femmes ont bénéficié du soutien de CAP. Un peu moins de deux heures ont été consacrées en moyenne à chaque personne. Le bouche à oreilles grandissant, combiné à des témoignages de satisfaction contribuent à un taux de fréquentation qui augmente chaque année, et d'autant plus fortement que CAP a peu d'années d'existence au compteur.

Plus d'une femme sur deux qui vient en conseil est confrontée à une réorientation professionnelle, soit dans l'optique d'un développement professionnel, soit en lien avec la reprise d'un emploi après une période consacrée à la famille.

Parfois, le choix de venir en entretien découle d'un problème sur le lieu de travail. Les sujets abordés reflètent alors la diversité et la variété de chaque situation : conditions d'engagement, contrat de travail, mobbing, maternité.

Témoignage

« Chez CAP j'ai trouvé une oreille attentive, objective et encourageante. Je m'y suis rendue à chaque fois que j'avais besoin de faire le point sur ma situation, mes capacités et mes droits, et à chaque fois je suis repartie avec des outils, des solutions et des directions possibles pour continuer d'avancer. Un service précieux pour nous les femmes! »

Pourquoi les femmes ont-elles plus que les hommes besoin d'un soutien ? Quelles sont les difficultés auxquelles elles sont confrontées dans le monde du travail ? Et leurs freins psychologiques ?

Il y a aujourd'hui une inégalité flagrante entre femmes et hommes sur le marché du travail. Les statistiques en Suisse montrent clairement les différences en termes de choix de formation, de profession, de niveau de salaire, de taux d'activité, de partage des tâches domestiques et familiales, de développement de carrière ou encore d'accès à des postes à responsabilité. D'où la nécessité de soutenir les femmes pour parvenir à une équité en terme de développement professionnel, mais aussi en terme d'équilibre entre travail et famille.

CAP intervient justement à ce niveau en apportant un soutien aux femmes. Et parce que l'arrivée d'un enfant est clairement un déclencheur en terme d'inéquité entre femmes et hommes, CAP offre aussi un conseil et un accompagnement aux hommes pour tout ce qui touche à l'équilibre entre travail et famille. Le public des pères est malheureusement quasi inexistant actuellement. Un soutien est pourtant le bienvenu quand il s'agit de négocier avec son employeur un temps partiel ou un congé paternité, ou encore de vérifier ses droits si des heures supplémentaires entrent en conflit avec la vie familiale. Les représentations mentales sont tenaces.

De la même manière qu'une femme en Suisse est vite perçue comme manquant à ses devoirs de mère si elle travaille au-delà d'un 60%, de la même manière, un collaborateur qui diminue son temps de travail pour s'occuper de ses enfants est rapidement catégorisé comme manquant d'engagement vis-à-vis de son entreprise et pénalisé dans son développement professionnel. Dans le domaine de l'équilibre entre travail et famille, le défi de l'égalité s'adresse aux femmes comme aux hommes.

Les représentations actuelles de la place et du rôle des femmes et des hommes dans la vie professionnelle et dans la dynamique familiale entrent souvent en conflit avec les besoins individuels de chacun. La mosaïque constitue une belle métaphore des mentalités. Pour que le motif global évolue, il faut qu'une quantité incroyable d'éléments aient été modifiés.

Les femmes ont un rôle essentiel à jouer pour que la mosaïque change de visage – en commençant par changer leur perception d'elles-mêmes et par là-même l'image qu'elles en donnent.

La perception de soi, la confiance en soi et en ses compétences se retrouvent au centre de nombre d'entretiens individuels menés à CAP. Faire le point sur sa situation, clarifier ses besoins et ses attentes, reconnaître et valoriser ses compétences sont autant d'étapes pragmatiques pour prendre confiance en soi et en son parcours. Des choix individuels et personnalisés sont possibles, qui tiennent compte des aspirations, des aptitudes et des motivations de chacun. Il faut oser les saisir.



LA GRENOUILLE ET LE MOUCHERON

Mélanie Richoz

Page de vie



AMOURS RATÉES : CELUI QUI EST MALADROIT (35)

Adelita Genoud

Si, on a tous en nous des prétendues love stories qui tournent au vinaigre. ...



QUELS FACTEURS PARTICIPERONT À LA BULLE IMMOBILIÈRE LÉMANIQUE? LOYER DU PROPRIÉTAIRE ET REVENUS REQUIS (6/6)

Assimina Walther, architecte

Assimina Walther, architecte EPFL. est experte en immobilier.

NEWSLETTER

Inscrivez-vous à la newsletter des Quotidiennes