

À l'envers du monde

Anne Drolet

Collaboration spéciale
adrolet@lesoleil.com

Les travailleurs de nuit vivent à l'envers du reste de la société... et de leurs proches. Une situation dont certains tirent profit au maximum, alors qu'elle peut devenir un véritable cauchemar pour d'autres.

Si quelques personnes trouvent l'âme sœur parmi leurs collègues de travail et partagent ainsi la même routine, la plupart des gens vivent en désynchronisation avec les membres de leur famille. Mais ce n'est pas nécessairement négatif.

« Au niveau de l'organisation familiale, c'est l'idéal », lance Jean-Baptiste Collet, fin trentaine. L'infographiste a dressé une liste de pour et de contre. Et la balance penche lourdement d'un côté.

PAS MAL DE POUR

Lorsqu'il revient du boulot, vers 7h20, sa femme et ses deux filles, âgées de 7 et 10 ans, sont debout. Il déjeune avec elles. Lorsqu'elles partent pour le bureau et l'école, lui va dormir. Et quand il se réveille, les deux petites sont sur le point d'arriver. Un devoir de math par-ci, une leçon de piano par-là, M. Collet passe un temps précieux avec ses enfants. Sa conjointe rentre alors du travail et la famille soupe ensemble avant qu'il parte pour l'imprimerie. « En cas de maladie des enfants, pas besoin de prendre congé », fait-il valoir. Une seule auto suffit à leurs déplacements.

Et il voyage dans le sens contraire du trafic. Il a aussi une prime de nuit à son salaire et beaucoup de temps libre puisqu'il fait des quarts de 12 heures. Puis il préfère l'ambiance de travail, plus décontractée la nuit. Sans compter qu'il connaît mieux ses collègues, vu l'équipe réduite.

Infirmière, Marie (nom fictif) aussi a choisi de travailler la nuit

il y a 29 ans, loin du brouhaha d'un hôpital en plein jour. « Il y a moins de relations à gérer entre les divers intervenants », comme les médecins, les spécialistes et les proches des malades. Il faut dire que Marie est une « fille de nuit ». La femme de 50 ans explique que lorsque ses trois enfants étaient jeunes, elle les faisait garder pendant la journée, pour mieux dormir. Exactement comme si elle avait eu un horaire de jour. Marie relève tout de même que pour les sorties et les jours fériés, son horaire n'est pas facile.

Opérateur de nuit dans une usine, Francis voit sa vie sociale grandement affectée par son travail. Pas en raison de l'horaire, plutôt à cause de la fatigue qui en résulte. « Tu te sens toujours lourd, comme si tu avais une grosse grippe. Tu vis avec d'autres gens qui se demandent pourquoi tu as la grippe tout le temps, pourquoi tu es si fatigué. Et là tu te forces. Et souvent ces efforts-là ne sont pas vus (par les autres), ce qui amène de la frustration », raconte l'homme de 26 ans.

Plusieurs de ses collègues vivent des problèmes de couple ou familiaux. À la longue, la conjointe ne

peut simplement plus supporter la fatigue de l'autre, dit-il. Surtout qu'une personne exténuée devient irritable, ont noté tous les intervenants. Le taux de divorce est habituellement plus élevé chez les travailleurs de nuit, confirme le psychologue Charles Morin.

ET LE SOIR ?

Jean (nom fictif) travaille à la mise en page du journal, entre 16h et minuit. Il a voulu faire entendre une autre voix : celle des travailleurs de soir. « L'école de ma fille est assez proche pour qu'elle vienne dîner. Sinon, je ne

la verrais pas entre le mardi soir et le samedi matin. C'est comme si je travaillais à l'extérieur de la ville », constate-t-il.

Puisqu'il est en poste les vendredis et samedis soir, il doit ainsi prendre congé pour un souper entre amis ou pour avoir une fin de semaine en amoureux.

Bien sûr, il y a des avantages à travailler le soir, indique Jean. Pas trop compliqué de prendre rendez-vous chez le dentiste par exemple. « Mais je les échangerais bien contre le plaisir de débiter ma fin de semaine à 17h le vendredi, comme tout mon entourage. »