

# Travailleur(-euse)s exerçant des responsabilités familiales

Édition 2025

Une initiative du

## La conciliation famille-travail : une clé de fidélisation

**80 %**

Le désir d'obtenir de meilleures conditions de conciliation famille-travail a compté dans la décision de 8 personnes sur 10 ayant changé d'emploi au cours des deux dernières années

**32 %**

Pour le tiers, leur désir d'obtenir de meilleures conditions de conciliation s'agissait d'ailleurs de **la principale motivation** à changer d'emploi

**85 %**

Parmi celles et ceux pour qui **la CFT est une source de stress**, 85 % disent que le désir de meilleures conditions a compté dans leur décision de changer d'emploi

## Communication des mesures

**46 %**

Mon employeur m'informe clairement des mesures ou ressources disponibles pour m'aider à concilier mes responsabilités familiales et mes obligations professionnelles

## Évaluation des mesures

**31 %**

Mon employeur évalue régulièrement les besoins des employé(e)s en matière de CFT

## Formule de télétravail

**79 %**

des travailleur(-euse)s qui sont en mode hybride mentionnent que ce mode de travail rend leur conciliation famille-travail plus facile

**49 %**

des répondant(e)s en télétravail qui considèrent que cela rend la déconnexion plus difficile

# Travailleur(-euse)s exerçant des responsabilités familiales

Édition 2025

Une initiative du



Réseau pour un  
Québec Famille

## La conciliation, mais à quel prix?

58 % des travailleur(-euse)s disent qu'il est facile pour eux de concilier famille et travail la plupart du temps. Toutefois, on remarque que cela se fait au coût d'un impact négatif sur divers aspects de leur vie. Les exigences liées à leur travail :

**52 %** ... affectent leur santé mentale (stress, épuisement, fatigue, tension, dépression, etc.)

**48 %** ... affectent leur santé physique (maux de dos ou douleurs musculaires, migraines, hypertension artérielle, etc.)

**44 %** ... les empêchent de faire des choses qu'ils(-elles) aimeraient faire à la maison

**42 %** ... exigent de faire des changements à leurs activités familiales

**39 %** ... causent de la difficulté à s'acquitter de leurs responsabilités familiales en raison de manque de temps

**33 %** ... nuisent à leur vie sociale et 32 % à leur relation de couple

## Intéressé(e) à aller plus loin en matière de CFT?

**Le Sceau Conciliivi : une démarche simple, personnalisée à votre organisation et les besoins de votre personnel et accompagnée par notre équipe d'expertes en CFT**

- Reconnaissez formellement votre engagement envers votre personnel
- Positionnez votre marque employeur et soyez plus attractifs, la CFT étant un critère important dans le choix d'emploi des travailleur(-euse)s
- Renforcez le sentiment d'appartenance et la mobilisation de vos employé(e)s



### Méthodologie du sondage

L'étude a été réalisée par Léger au moyen d'un sondage Web auprès de 3 014 travailleur(-euse)s québécois(es) étant soit parents, soit proches aidant(e)s, et pouvant s'exprimer en français ou en anglais. Les données ont été collectées du 2 au 18 mai 2025 afin de comprendre leur réalité en matière de conciliation famille-travail. Les résultats ont été pondérés selon le genre, l'âge, la langue maternelle, la région, la scolarité et la présence d'enfants âgés de 0-5 ans et de 6-17 ans dans le ménage, afin de les rendre représentatifs de la population à l'étude. À titre comparatif, un échantillon probabiliste de 3 014 répondant(e)s comporterait une marge d'erreur maximale de  $\pm 1,79\%$ , et ce, 19 fois sur 20.

Pour citer ces données : Conciliivi, (2025). Sondage auprès des travailleur(-euse)s du Québec, Réseau pour un Québec Famille