



Journal numérique

C'est le temps du dodo, arrêtez de travailler !

Publié à 13 h 15 - 2025-04-17



Georges Ibrahim

Journaliste du journal L'IRIS
École secondaire de l'île



Liam Prosper Mbonyingabo

Journaliste du journal L'IRIS
École secondaire Saint-Luc

Le Parlement des jeunes est une simulation des travaux à l'Assemblée nationale du Québec qui rassemble 135 jeunes adolescents et adolescentes venant de 37 écoles québécoises. Elle permet aux élèves du secondaire de vivre les étapes du processus législatif, de comprendre les bases du fonctionnement des institutions parlementaires et de débattre sur des sujets qui leurs tiennent à cœur tout en acquérant des compétences en communication à l'oral et à l'écrit et en développant certaines aptitudes intellectuelles et civiques.

Rassemblés pour un événement annuel, les accompagnateurs et accompagnatrices des étudiants et étudiantes ont fait une simulation en débattant autour d'un projet de loi sur l'obligation des siestes dans les milieux de travail. Beaucoup de points, lors de ce débat, ont été abordés et partagés tout en étant justifiés sur la charte des droits de l'individu.

Comme le disait si bien René Lévesque : « N'est-ce pas dans le rêve, cependant, que naissent la plupart des projets qui en valent la peine ? »

À René Lévesque, nous répondons : Alors dormez !

Respect de tous et toutes

L'idée d'une sieste au travail sonne bien quand on l'explore en surface, cependant en l'explorant davantage nous pouvons observer quelques problématiques. Laissez-nous vous expliquer. Selon la députée d'un jour Jessica Louis, enseignante de l'École secondaire Paul-Gérin-Lajoie, imposer une sieste obligatoire irait à l'encontre du respect des choix de l'individu, autrement dit cela irait à l'encontre de la Charte des droits et libertés de la personne.

Même si cette loi rentre en vigueur, plusieurs problèmes surviendront. Par exemple, les employés et employées souffrant de conditions médicales comme l'apnée de sommeil devront être accommodés avec des coussins ergonomiques. Il y a aussi les personnes qui se sentent mal à l'aise de dormir en public à cause de leurs problèmes de ronflements : celles-ci doivent être accommodées d'une façon ou d'une autre ! L'opinion de Mme Louis n'est pas fermée. Remplacer la sieste par des activités sportives et aussi enlever l'obligation serait des termes, que si ajoutés, la ferait reconsidérer son choix.

De plus, « Dormons comme eux » ne devrait pas être la première réaction face à ce projet de loi. En tant qu'humain, nous pouvons changer pour le mieux, même si cela embête plusieurs personnes, nous devons nous adapter. Suivez la théorie de Baldwin : il faut évoluer avec le temps.

Une opinion nuancée

D'un autre côté, monsieur le député Michel Demers présente une opinion nuancée. En effet, même s'il était pour ce projet de loi, il ne supporte pas l'idée d'en faire une obligation. Pour lui, ce projet de loi est en lien avec la productivité des employés et employées, mais tout le monde ne devrait pas avoir à suivre le même horaire. Chaque personne est maître de ses minutes de sieste. Ainsi, un employé ou une employée peut décider de reprendre ce temps de sieste au début, pendant ou à la fin de sa journée. De plus, M. Demers ajoute que les emplois essentiels, tels que les soins hospitaliers, ne pourraient pas prendre ce temps de pause au moment souhaité.

Pour conclure, malgré leur opposition, Mme Jessica Louis et M. Michel Demers partagent un point de vue en commun : la sieste ne devrait pas être imposée, mais optionnelle. Ce projet de loi mérite définitivement de dormir là-dessus.