



Rythme et horaires de travail : travail posté, travail de nuit

Selon l'article L. 3121-1 du Code du travail, le temps de travail effectif est le temps pendant lequel le salarié est à la disposition de l'employeur et doit se conformer à ses directives sans pouvoir vaquer librement à des occupations personnelles.

D'une manière générale, est considéré comme du temps de travail effectif tout temps qui répond aux 2 critères légaux : disponibilité + absence de liberté.

Les **rythmes et horaires de travail** influencent la qualité des conditions de travail. Leurs effets sont nombreux, notamment sur la vie sociale et sur la santé. Le travail est le plus fréquemment effectué durant la journée mais certains métiers et postes impliquent des horaires atypiques. Les employeurs organisent le temps de travail dans l'entreprise en fonction des impératifs de l'activité. Si la production l'exige, ils peuvent faire travailler leurs salariés la nuit.

La durée légale du travail

La durée légale du travail est de 35 heures par semaine ([article L. 3121-10 du Code du travail](#)). La loi du 17 janvier 2003 retient 1600 heures par an pour le calcul de la durée de travail.

C'est une durée de référence, à partir de laquelle sont calculées les heures supplémentaires. Il ne s'agit ni d'une durée minimale (les salariés peuvent être employés à temps partiel), ni d'un maximum : des heures supplémentaires peuvent être accomplies dans le respect des durées maximales au-delà desquelles aucun travail ne peut être demandé.

Cette durée légale peut cependant être dépassée dans le cadre de la réglementation sur les heures supplémentaires.

La durée quotidienne de travail maximum est de 10 heures (sauf exceptions : 8 heures pour les apprentis et jeunes travailleurs de moins de 18 ans).

Un salarié ne peut effectuer plus de 48 heures par semaine et ce maximum est porté à 44 heures en moyenne mensuelle sur 12 semaines.

L'employeur doit accorder un repos minimal entre deux journées de travail d'au moins 11 heures consécutives (sauf accord collectif de branche ou d'entreprise avec un minimum de 9 heures).

Dès que le temps de travail quotidien atteint six heures, le salarié bénéficie d'un temps de pause d'une durée minimale de vingt minutes ([article L. 3121-33 du Code du travail](#)).

Le travail posté

Le **travail posté** ou travail en équipes successives alternantes désigne « tout mode d'organisation du travail en équipe selon lequel des travailleurs sont occupés successivement sur les mêmes postes de travail, selon un certain **rythme**, y compris

rotatif, de type continu ou discontinu, entraînant pour les travailleurs la nécessité d'accomplir un travail à des heures différentes sur une période donnée de jours ou de semaines » ([Directive européenne du 4 novembre 2003](#)).

Il s'agit d'une organisation du travail qui assure la continuité de la production, grâce à la présence d'équipes se succédant sans interruption sur les lieux de travail.

On distingue différentes sortes de **travail posté** en fonction des **horaires**, de la continuité ou de l'alternance des équipes : le travail posté continu, semi-continu, discontinu, avec rotation d'équipes, équipes de week-end et travail de nuit :

- Le *travail posté discontinu* (souvent en deux équipes : 2x8) : deux équipes se relaient le matin et l'après-midi.

- Le *travail posté semi-continu* (en trois équipes : 3x8) : trois équipes se succèdent le matin, l'après-midi et la nuit et ne travaillent pas le week-end.

- Le *travail posté continu* (en trois équipes ou plus : 4x8, 5x8) : trois équipes se relaient pendant qu'une quatrième (voire une cinquième) équipe se repose. Ce fonctionnement permet un fonctionnement ininterrompu, 24 h sur 24h.

Le travail posté perturbe les rythmes biologiques, en particulier le sommeil et l'alimentation.

Le travail de nuit

Le travail de nuit : L'[article L. 3122-29 du Code du travail](#) établit que tout travail ayant lieu entre 21 h et 6 h est considéré comme travail de nuit (ou entre 24 h et 7 h pour certaines activités).

Selon la [loi du 9 Mai 2001](#), est considéré comme **travailleur de nuit** un employé qui :

- accomplit habituellement au moins trois heures de travail quotidien pendant ces périodes, au moins deux fois par semaine,
- accomplit un nombre minimal d'heures de travail de nuit pendant une période de référence fixée par une convention ou un accord collectif de travail étendu (art.L.3122-31). En l'absence de convention ou d'accord, le **travailleur de nuit** est défini réglementairement comme celui qui accomplit 270 heures sur une période de douze mois consécutifs (R. 3122-8).

Le **travail de nuit** constitue un cas à part, puisque sa durée ne doit pas excéder huit heures en moyenne par vingt-quatre heures. **Les travailleurs de nuit** doivent bénéficier d'un niveau de protection en matière de santé et de sécurité adapté à la nature de leur travail. Le **travail de nuit** comportant des risques particuliers ou des tensions physiques ou mentales est régi par des législations ou des pratiques nationales, ou des conventions collectives ([Directive européenne du 4 novembre 2003](#)).

Quelques chiffres

- 18 % des salariés travaillent plus de 40 h par semaine (1)
- 31 % des salariés du secteur privé travaillent le dimanche et les jours fériés, même occasionnellement (1)
- 14 % des salariés travaillent en **travail posté** (1)
- Les horaires variables d'un jour sur l'autre concernent 22 % des salariés (1)

- En 2012, 15,4 % des salariés (21,5 % des hommes et 9,3 % des femmes), soit 3,5 millions de personnes, travaillent la nuit, habituellement ou occasionnellement. C'est un million de salariés de plus qu'en 1991, l'augmentation

étant particulièrement forte pour les femmes (2)

- Le travail de nuit est le plus répandu dans le tertiaire : il concerne 30 % des salariés dans la fonction publique et 42 % dans les entreprises privées de services (2)

- Près de deux salariés sur trois travaillent selon des horaires que l'on qualifie habituellement « d'atypiques » (3)
- 19 % des salariés ont des horaires caractérisés par le fait de travailler la nuit ou le week-end de façon habituelle, et 10 % de façon occasionnelle, particulièrement dans le secteur public et dans le commerce (3)

(1) [Sumer 2010](#)

(2) [Le travail de nuit en 2012 - Etude de la Direction de l'animation de la recherche, des études et des statistiques \(Dares\) - 2014](#)

(3) [Horaires atypiques et contraintes dans le travail : une typologie en six catégories - Etude Dares 2009](#)

Écrit par Docteur Vincent Bonniol
Créé le Samedi, 10 Janvier 2009 00:00
Mis à jour le Mercredi, 03 Septembre 2014 14:32