



**Conseil – Accompagnement professionnel**  
Femme et Travail

Neuchâtel – La Chaux-de-Fonds – Yverdon-les-Bains

Inscriptions et désinscriptions à la newsletter à : [info@cap-pro.ch](mailto:info@cap-pro.ch)

## >> EDITO

---

Aujourd'hui marque pour la Suisse le **100e anniversaire de la Journée internationale de la femme**. En 1911, femmes et hommes s'étaient rassemblés pour revendiquer le droit de vote pour les femmes, mais également le droit au travail, à la formation professionnelle et la fin de toute discrimination sur le lieu de travail.

Il a fallu attendre plus d'un demi-siècle, 1971, pour que les hommes accordent à leurs compatriotes féminines leurs pleins droits de vote aux élections fédérales, et 1990 pour que le Tribunal fédéral juge anticonstitutionnel le suffrage exclusivement masculin pratiqué dans le demi-canton d'Appenzell Rhodes-intérieures.

Aujourd'hui, si le droit de vote est acquis, les femmes continuent à rencontrer de multiples difficultés pour mener à bien une vie professionnelle. Leur insertion et leur développement professionnels diffèrent encore largement de celui des hommes, de même que leur implication dans la vie familiale.

**Et caP dans tout cela ?** A caP, les femmes bénéficient d'un service de conseil et d'accompagnement professionnel pour toute problématique en lien avec le monde du travail. Les hommes en bénéficient également lorsqu'il s'agit d'équilibrer travail et vie privée.

A travers ses prestations, caP contribue à une meilleure équité entre femmes et hommes dans la vie professionnelle et au sein de la famille, mais surtout donne les moyens à chacun de vivre au mieux sa vie professionnelle.

## >> NOUVEAUX COLLABORATEUR/TRICE

---

caP a le plaisir de vous annoncer l'engagement d'une nouvelle collaboratrice et d'un nouveau collaborateur. Ce développement permet d'asseoir les compétences et l'expertise de caP dans le domaine du conseil et de l'accompagnement professionnel, ainsi qu'en droit du travail et des assurances sociales.

### **David Girardier, conseil et accompagnement professionnel**

Formateur d'adultes et coach de formation, David Girardier possède une large expertise dans le domaine de l'accompagnement professionnel. Il dispose d'une expérience pratique et d'outils méthodologiques étendus en lien avec la réorientation, la (ré)insertion et le développement professionnels. Sa vision du monde du travail s'enrichit d'une formation de gestion de PME et d'une expérience de responsable des ressources humaines.

## Sarah Maran, conseil juridique

Juriste de formation, Sarah Maran a développé à travers son parcours professionnel une pratique et des connaissances approfondies en droit du travail. Elle a récemment complété ce bagage par une formation continue en droit de la santé, y compris le droit des assurances sociales. Formée à la médiation, elle apporte expertise juridique et compétences en matière d'entretien, de conseil et d'accompagnement.

## >> EXPERTISE JURIDIQUE

---

Afin de répondre à des problématiques complexes et des questions juridiques récurrentes, caP s'appuie désormais sur une expertise juridique à l'interne. Cette expertise est concentrée en deux domaines, le droit du travail et celui des assurances sociales. Découvrez ci-dessous quelques exemples de problématiques :

### Droit du travail

- Quels sont les droits et les obligations qui découlent de mon **contrat de travail** ? Et si je n'ai pas de contrat de travail écrit ?
- Que faire si je suis harcelée ou **mobbée** sur mon lieu de travail ?
- Est-ce que mes **conditions de travail** sont correctes ?
- Quel doit être mon **salaire** ? Comment sont fixées et rémunérées les vacances ?
- Quel est mon revenu en cas de **maternité** ? De quelle protection est-ce que je bénéficie en cas de congé éventuel – si je suis enceinte ou après l'accouchement ?
- Comment faire si je veux résilier mon contrat de travail ? Et si c'est mon employeur qui procède au **licenciement** ? Est-ce que je peux m'y opposer ? Comment ? Le congé doit-il être motivé ?
- Quand puis-je demander un **certificat de travail** ? Que doit-il contenir ? Est-il possible d'en contester le contenu s'il ne me convient pas ?

### Droit des assurances sociales

- A quoi correspondent les **déductions sociales** ?
- Que se passe-t-il si je suis en **incapacité de travail** pour des raisons de santé (accident, maladie, invalidité) ?
- Qui peut percevoir des **allocations familiales** ?
- Comment fonctionne mon **2<sup>ème</sup> pilier** ? Qu'est-ce qu'une prestation de libre passage ?

## >> ASSEMBLEE GENERALE

---

Réservez d'ores et déjà la date du mercredi 11 mai prochain pour l'Assemblée générale annuelle de l'association caP.

L'assemblée se déroulera à l'Hôtel des Associations à Neuchâtel. La partie statutaire débutera à 18h30. Des informations détaillées suivront.

Vous souhaitez devenir membre à titre individuel ou collectif ? Contactez-nous : [info@cap-pro.ch](mailto:info@cap-pro.ch)

## >> REVUE DE PRESSE

---

[Trouver un équilibre entre vie privée et professionnelle](#) RTN, 22 février 2011

Travail, enfants, loisirs: dans la vie quotidienne, qui ne doit pas jongler avec de multiples activités ? Pas toujours facile de s'organiser et de trouver un équilibre entre vie privée et professionnelle. Une problématique qui se conjugue d'ailleurs au féminin comme au masculin. **Comment identifier les facteurs qui posent problème? Quelles sont les bonnes questions à se poser pour faire le point?** [à écouter >>](#)

[Retravailler : un scénario... à réécrire parfois](#) L'Express/ L'Impartial/ Le Journal du Jura, 12 février 2011

Après un éloignement plus ou moins long du monde professionnel, il est parfois difficile de se relancer dans un processus de réintégration. Doutes, perte de confiance, réticences d'un employeur qui se demande si nous sommes à la hauteur de ses attentes après cette interruption professionnelle, sont très souvent des obstacles à surmonter. **Pour réintégrer le monde de la vie professionnelle, il est souhaitable de se poser quelques questions afin d'éviter de mauvaises surprises.** [à lire >>](#)

[Qu'en est-il de votre 2<sup>ème</sup> pilier ?](#) L'Express/ L'Impartial/ Le Journal du Jura, 30 octobre 2010

AVS et 2e pilier combinés devraient garantir un revenu minimum à l'âge de la retraite. **Veiller au bon développement de sa prévoyance professionnelle est essentiel, mais constitue bien souvent une véritable gageure.** Qui par exemple a jamais entendu parler de la déduction de coordination, pourtant déterminante pour un travailleur sur trois en Suisse – celles et ceux qui exercent à temps partiel ? **A quoi être attentif ?** [à lire >>](#)

[Le sexe des parcours professionnels](#) L'Express/ L'Impartial/ Le Journal du Jura, 30 octobre 2010

Femmes et hommes vivent différemment leur rapport au travail. Dans le modèle masculin, la gestion de carrière domine largement, alors que les femmes mettent en balance leur développement professionnel avec leurs aspirations personnelles et leurs responsabilités familiales. **Les représentations véhiculées par la société conditionnent largement les décisions de chacune et chacun sans que soient pesées les conséquences à long terme. Comment prendre du recul ?** [à lire >>](#)

Retrouvez la revue de presse complète sous : [www.cap-pro.ch/actualite\\_index.html](http://www.cap-pro.ch/actualite_index.html)

## >> SERVICE DE CONSEIL : HORAIRES ET TARIFS

---

>> Informations ponctuelles gratuites

>> Consultation sur rendez-vous au tarif horaire de Fr. 40.- (Fr. 20.- bas revenus)

**CAP Neuchâtel** – Rue Louis-Favre 1, Hôtel des Associations, 2000 Neuchâtel

lundi 13h30 – 17h

mardi 8h30 – 17h

032 724 21 36

jeudi 8h30 – 12h15 / 13h30 – 17h

info@cap-pro.ch

**CAP La Chaux-de-Fonds** – Rue de la Serre 24, 2300 La Chaux-de-Fonds

jeudi 12h15 – 18h00

032 724 21 36

info@cap-pro.ch

**CAP Yverdon** – CSR Yverdon-Grandson, Rue des Pêcheurs 8A, 1400 Yverdon

mardi 13h30 – 17h

Prise de rendez-vous tous le jours :

024 557 20 00

info@cap-pro.ch

**Nous vous recevons volontiers sur rendez-vous en dehors des heures de permanence.**

---

*Le service de conseil caP est soutenu par le Bureau fédéral de l'égalité entre femmes et hommes dans le cadre des aides financières prévues dans la loi sur l'égalité.*