



Une initiative du



Réseau pour un
Québec Famille

Travail des jeunes

EMPLOYEURS



Rédaction : Yarledis Coneo, M. Sc., CRHA

Relecture : Maude Viger-Meilleur, M. Sc., CRHA;
Julie Guilbault Cournoyer

Révision juridique : Me Sabrina St-Gelais, LL.B;
Me Inaara Haydari, LL.B., AssociaLEX Service juridique

Révision linguistique : Anik Lapointe

Graphisme : Mangue vitaminée

Avis d'utilisation	4
À qui s'adresse cette fiche?	5
Introduction	5
Définitions	6
Enfant	6
Obligation de fréquentation scolaire	6
Questions - réponses	7
L'âge pour commencer à travailler	8
À partir de quel âge puis-je embaucher une personne mineure?	8
L'horaire de travail	9
Quels sont les éléments à respecter lorsque je planifie l'horaire de travail d'un jeune?	9
Qu'arrive-t-il à l'horaire de travail d'un jeune pendant sa période d'examens?	10
Puis-je faire travailler un jeune tard le soir ou la nuit?	11
Les autres conditions de travail	11
Existe-t-il des règles particulières pour les jeunes en matière d'heures supplémentaires, de pauses, de vacances et d'absences pour obligations familiales?	11
Les bons réflexes pour appliquer la LNT ...	13
Pour aller plus loin	14
Outils Concilivi pour passer de la compréhension à l'action	14
Autres ressources complémentaires	15
Références	16

Avis d'utilisation

Elle vise à vous aider à mieux comprendre les principales dispositions de la **Loi sur les normes du travail**, R.L.R.Q. ch. N-1.1 (ci-après la « **LNT** ») en matière de conciliation famille-travail (ci-après la « **CFT** »), grâce à des réponses concrètes aux questions les plus fréquentes.

Cet outil ne remplace pas un avis juridique ni les interprétations officielles de la **Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail** (ci-après la « **CNESST** »). En cas de doute ou si votre situation présente des particularités, il est recommandé de consulter la CNESST ou un(e) professionnel(le) qualifié(e).

À qui s'adresse cette fiche?

Cette fiche s'adresse aux employeurs, aux gestionnaires et aux responsables des ressources humaines qui embauchent ou encadrent des travailleur(-euse)s mineur(e)s. Elle répond aux questions concrètes que vous pouvez vous poser lorsqu'un jeune fait partie de votre équipe. Elle vous aide à mieux comprendre vos obligations et à adapter vos pratiques d'embauche et de gestion des horaires.

À noter:

Une fiche complémentaire destinée aux parents, grands-parents, tuteur(-trice)s et autres adultes qui accompagnent un jeune en emploi est également disponible. Elle présente les mêmes dispositions dans une perspective adaptée à leur rôle d'accompagnement.



Introduction

De plus en plus de jeunes occupent un emploi tout en poursuivant leurs études. Selon un sondage Léger réalisé en 2023 pour le compte du Réseau pour un Québec Famille, 74 % des jeunes de 12 à 16 ans travaillent notamment pour couvrir leurs dépenses personnelles, tandis que 55 % souhaitent apprendre à mieux gérer leur argent.

Le travail constitue souvent une expérience enrichissante qui permet aux jeunes de développer leur autonomie, leurs compétences et leur sens des responsabilités. Toutefois, l'équilibre entre les études et le travail demeure essentiel pour favoriser leur réussite scolaire et leur bien-être.

Selon le Réseau québécois pour la réussite éducative, le travail peut avoir des effets positifs lorsqu'il est exercé dans de bonnes conditions. À l'inverse, des horaires inadaptés ou un nombre trop élevé d'heures de travail peuvent nuire à la persévérance scolaire, augmenter la fatigue et compliquer la conciliation études-travail.

Dans ce contexte, les employeurs jouent un rôle important. En offrant des horaires souples, adaptés aux réalités scolaires des jeunes, et en demeurant attentifs à leurs besoins, ils contribuent à créer un environnement favorable à la réussite éducative tout en respectant les exigences prévues par la loi.

Définitions

■ Enfant

Dans la LNT, le terme « enfant » n'a pas de définition spécifique. Selon l'interprétation retenue, il désigne toute personne de moins de 18 ans. C'est donc ce terme que la loi utilise, même pour parler d'un(e) adolescent(e), dans les articles 84.2 à 84.7 qui encadrent le travail des jeunes.

■ Obligation de fréquentation scolaire

Un enfant qui réside au Québec est soumis, en vertu de la **Loi sur l'instruction publique**, (RLRQ, ch. I-13.3), à l'obligation de fréquentation scolaire à partir du premier jour du calendrier scolaire de l'année scolaire suivant celle où il a atteint 6 ans, jusqu'au dernier jour du calendrier scolaire de l'année scolaire où il atteint 16 ans, ou jusqu'à l'obtention d'un diplôme, selon la première de ces situations. Des limites quant au nombre d'heures de travail et l'interdiction de travailler durant les heures de classe s'appliquent en vertu de la LNT aux enfants assujettis à l'obligation de fréquentation scolaire.





QUESTIONS

RÉPONSES

L'âge pour commencer à travailler

À partir de quel âge puis-je embaucher une personne mineure?

Au Québec, **l'âge minimal pour travailler est de 14 ans**. Un employeur ne peut embaucher une personne de moins de 14 ans, sous réserve de [certaines exceptions](#). Avant de procéder à l'embauche, vous devez donc vérifier l'âge de la personne.

Si l'enfant a moins de 14 ans, vous devez :

- vous assurer que l'emploi fait partie des [exceptions prévues](#);
- obtenir le consentement écrit de la personne titulaire de l'autorité parentale sur cet enfant ou du(-de la) tuteur(-trice) de celui-ci en utilisant le formulaire [Consentement pour le travail d'un enfant de moins de 14 ans](#). Vous devez le conserver pendant 3 ans, comme s'il s'agissait d'une mention au registre de votre entreprise.

Vous souhaitez embaucher Alex, 13 ans, pour travailler quelques heures par semaine dans votre épicerie. Comme l'emploi en question ne fait pas partie de ceux autorisés à titre d'exceptions, vous ne pouvez pas l'embaucher.

EXEMPLE



Références légales

Loi sur les normes du travail, art. 29(3) et 84.3

Règlement sur les normes du travail, RLRQ, ch. N-1.1, r.3, art. 35.0.3.

Règlement sur la tenue d'un système d'enregistrement ou d'un registre, RLRQ, ch. N-1.1, r.6 : art. 2

L'horaire de travail

Quels sont les éléments à respecter lorsque je planifie l'horaire de travail d'un jeune?

Si le jeune est soumis à l'obligation de fréquentation scolaire, son horaire doit être établi de façon à ne pas nuire à la réussite de ses études. Pendant l'année scolaire, vous devez respecter certaines limites :

- Maximum 17 heures par semaine;
- Maximum 10 heures du lundi au vendredi;
- **L'interdiction de travailler durant les heures de classe** pendant toute la durée du calendrier scolaire.

Ces limites ne s'appliquent pas pendant une période de congé scolaire de plus de **7 journées consécutives**, comme les vacances d'été, le temps des Fêtes ou la semaine de relâche. Durant ces périodes, l'adolescent(e) peut travailler davantage.

L'horaire doit tout de même respecter le repos prévu entre 23 h et 6 h, heures durant lesquelles il(-elle) doit pouvoir être à sa résidence. Certaines exceptions sont toutefois prévues par la loi, notamment pour certains types d'emplois.



Vous embauchez Léa, 15 ans, qui fréquente l'école secondaire. Pendant l'année scolaire, vous lui proposez trois quarts de travail : deux de 4 heures en semaine et un de 6 heures la fin de semaine. Son horaire totalise 14 heures et respecte les limites prévues par la LNT.

EXEMPLE

Références légales

Loi sur les normes du travail, art. 84.4, 84.5 et 84.6

Qu'arrive-t-il à l'horaire de travail d'un jeune pendant sa période d'examens?

La LNT ne prévoit pas de réduction automatique des heures de travail pendant une période d'examens. Toutefois, **la conciliation études-travail repose aussi sur la capacité des milieux de travail à s'adapter aux réalités scolaires des jeunes**. Le Réseau québécois pour la réussite éducative reconnaît d'ailleurs le rôle crucial des employeurs et recommande notamment d'offrir des horaires souples et adaptés, ainsi que des congés pour les examens.

Lorsque les besoins de l'entreprise le permettent, vous pouvez donc convenir avec le jeune d'un **horaire temporairement allégé ou adapté** pendant sa période d'examens. Cette flexibilité peut lui permettre de consacrer suffisamment de temps à ses études, tout en maintenant son lien d'emploi.

Camille travaille 15 heures par semaine dans votre entreprise. À l'approche de ses examens finaux, elle vous informe qu'elle aurait besoin de réduire temporairement son horaire. Vous convenez de réduire ses heures pendant 2 semaines, puis de rétablir son horaire habituel après ses examens.

EXEMPLE

Références légales

Aucune disposition spécifique de la LNT n'encadre cette situation.

Puis-je faire travailler un jeune tard le soir ou la nuit?

Cela dépend de son statut scolaire. Tant que le jeune est soumis à l'obligation de fréquentation scolaire (généralement jusqu'à 16 ans), il(-elle) doit pouvoir être à sa résidence entre **23 h et 6 h et ne pas travailler entre ces mêmes heures**, et ce, même durant l'été, les fins de semaine et les périodes de congé. Vous ne pouvez donc pas planifier un quart de travail qui empiète sur cette période, et vous devez tenir compte de son lieu de résidence familiale. Certaines exceptions s'appliquent.

Une fois que le jeune n'est plus soumis à cette obligation de fréquentation scolaire, cette limite ne s'applique plus. Il peut alors travailler le soir ou la nuit, comme n'importe quel autre membre de votre équipe. Restez toutefois à l'affût des signes de fatigue : un horaire tardif peut nuire à sa concentration et à sa sécurité au travail.

Références légales

Loi sur les normes du travail, art. 84.6 et 84.7

Règlement sur les normes du travail, RLRQ. ch. N-1.1, r.3 : art. 35.1 et 35.2

■ Les autres conditions de travail

Existe-t-il des règles particulières pour les jeunes en matière d'heures supplémentaires, de pauses, de vacances et d'absences pour obligations familiales?

Non. Les mêmes règles de la LNT s'appliquent aux jeunes. Une nuance existe pour les heures supplémentaires : tant que le jeune est soumis à l'obligation de fréquentation scolaire, son horaire est déjà plafonné à 17 heures par semaine (voir la section Horaire de travail de cette fiche).

Pour les détails — taux de majoration, durée des pauses, calcul des vacances, journées d'absence payées — consultez notre [Collection de fiches de vulgarisation juridique sur la conciliation famille-travail et la LNT](#).

À RETENIR

Ce que dit la LNT

- ✓ Le travail confié doit toujours être adapté à l'âge et aux capacités des jeunes salariés.
- ✓ Un employeur ne peut embaucher un jeune de moins de 14 ans, sauf dans [certains cas d'exception](#) et s'il dispose d'une autorisation écrite de la personne titulaire de l'autorité parentale sur cet enfant ou du(-de la) tuteur(-trice) de celui-ci.
- ✓ Lorsque le jeune est soumis à l'obligation de fréquentation scolaire, son horaire de travail doit respecter certaines limites : 17 h au maximum par semaine, dont 10 h au maximum du lundi au vendredi, aucun travail durant les heures de classe, présence à la résidence entre 23 h et 6 h et interdiction de travailler entre 23 h et 6 h, le tout sous réserve de certaines exceptions.

Les bons réflexes pour appliquer la LNT ... et favoriser la conciliation études-travail¹

Offrez un travail flexible et adapté. Privilégiez des horaires qui tiennent compte des engagements scolaires, notamment en réduisant les heures de travail pendant la période d'examens.

Adaptez les tâches et les responsabilités. Assurez-vous que les tâches confiées sont adaptées à l'âge des jeunes et compatibles avec leur parcours scolaire.

Restez à l'affût des signes de fatigue. Identifiez les signes de manque de sommeil, qui peuvent nuire à la concentration et à la vigilance au travail.

Sensibilisez les équipes. Informez les gestionnaires et le personnel de l'importance de la conciliation études-travail et encouragez des pratiques qui tiennent compte des engagements scolaires.

Encouragez une réflexion sur la conciliation. Invitez les jeunes salariés à réfléchir à la qualité de leur conciliation études-travail et à trouver avec vous des pistes d'amélioration.

¹ Adapté de Réseau québécois pour la réussite éducative <https://reussiteeducative.quebec/fr/reussite-educative/conciliation-etudes-travail>

Pour aller plus loin

Outils Concilivi pour passer de la compréhension à l'action

Cette fiche résume les principales dispositions de la LNT sur le travail des jeunes. Concilivi propose aussi des **outils complémentaires** pour mieux comprendre vos obligations, appliquer la loi de façon cohérente et renforcer vos pratiques en conciliation famille-travail.

Choisissez l'outil qui répond à votre besoin :

Vous souhaitez...	Outil Concilivi
Comprendre l'ensemble des obligations légales liées à la conciliation famille-travail. Répondre à la question : Que prévoit la loi?	Guide – Obligations légales en conciliation famille-travail : Focus sur les conditions de travail
Approfondir une disposition (thématique) précise de la LNT facilitant la CFT. Répondre à la question : Comment appliquer la loi dans une situation concrète?	Collection de fiches de vulgarisation juridique sur la conciliation famille-travail et la LNT
Approfondir un thème à votre rythme à partir d'exemples et d'explications de spécialistes en CFT.	Webinaire de vulgarisation juridique

Autres ressources complémentaires

Pour approfondir un sujet, valider une interprétation ou consulter les dispositions applicables, référez-vous aux ressources suivantes :

- [CNESST : Je pense à embaucher de jeunes travailleur\(-euse\)s](https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/evenements-vie/je-pense-embaucher-jeunes-travailleurs) : Information nécessaire pour accueillir adéquatement vos jeunes travailleuses et travailleurs.
<https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/evenements-vie/je-pense-embaucher-jeunes-travailleurs>
- [CNESST : Jeunes travailleuses et travailleurs](https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/jeunes-travailleuses-travailleurs-0) : Affiche pour sensibiliser les employeurs qui embauchent de jeunes travailleuses et travailleurs sur leurs obligations à respecter en matière de normes du travail et de santé et sécurité du travail.
<https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/jeunes-travailleuses-travailleurs-0>
- Réseau québécois pour la réussite éducative - Conciliation études-travail
<https://reussiteeducative.quebec/fr/reussite-educative/conciliation-etudes-travail>

Références

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail. (s. d.).

Fréquentation scolaire et horaire de travail d'un jeune.

<https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/statuts-particuliers/travail-jeunes/frequentation-scolaire-horaire-travail-jeune>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail. (s. d.). *Zone jeunesse.* <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/jeunes/zone-jeunesse>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail. (s. d.). *Jeunes de moins de 14 ans.* <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/statuts-particuliers/travail-jeunes/jeunes-moins-14-ans>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail. (s. d.).

Travailleuses et travailleurs de 14 ans et plus. <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/statuts-particuliers/travail-jeunes/travailleuses-travailleurs-14-ans-plus>

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail. (s. d.). *Guide d'interprétation et jurisprudence des normes du travail Section VI.2 - Le travail des enfants (Art. 84.2 à 84.7)* <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/acces-linformation/documents-servant-prise-decision/normes-travail/loi-sur-normes-travail/chapitre-iv-normes-travail-art-391-97/section-iv-conges-annuels-payes-art-66-77>

Loi sur les normes du travail, RLRQ, c. N-1.1.

https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/n-1.1/20210101?langCont=fr#ga:l_iv-gb:l_v_1-h1



Une initiative du



Avec la participation
financière de la



Ce projet est réalisé grâce au soutien financier de la CNESTT par son Programme d'aide financière pour l'information, la sensibilisation et la formation en matière de normes du travail.