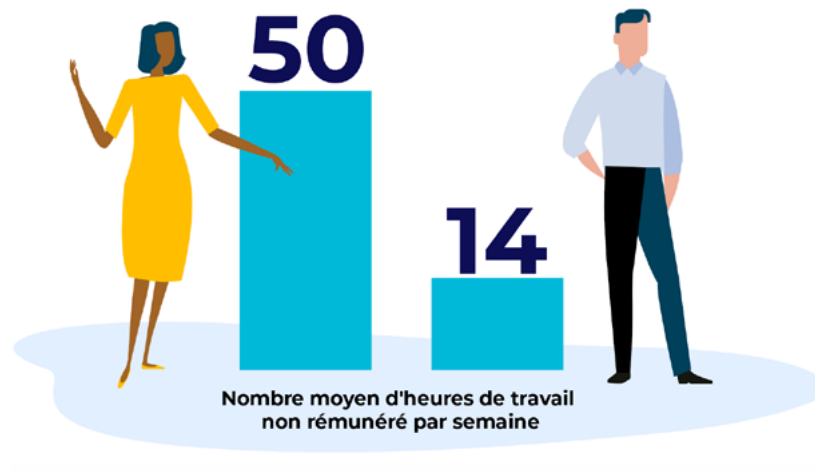


5.7 Maîtriser l'équilibre vie-travail



TEMPS DE LECTURE: 3 MIN

Encore aujourd'hui, les femmes portent le gros du fardeau pour le travail non rémunéré, incluant le soin des enfants, le soin des parents plus âgés, les tâches domestiques ainsi que le bénévolat communautaire.¹ En moyenne, les femmes passent trois heures de plus par jour que les hommes sur des tâches domestiques.² Si l'on ajoute le soin des enfants et des proches, les femmes passent en moyenne 50 heures par semaine à accomplir du travail non rémunéré alors que pour les hommes, cette moyenne serait seulement à environ 14 heures.³



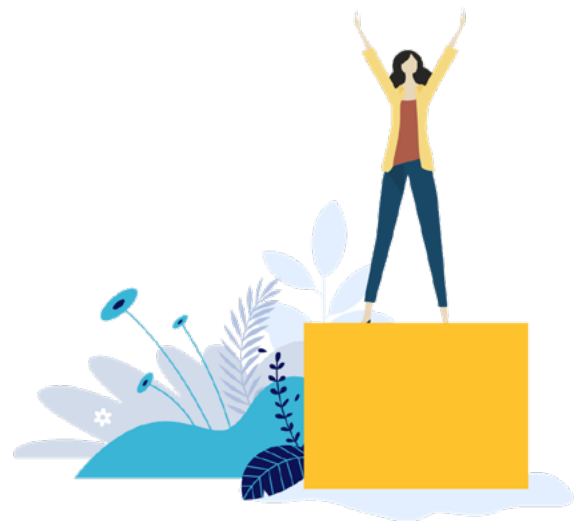
preteursnovateurs.ca • leadinglenders.ca

Mais il n'y a pas que du négatif! La division du travail non rémunéré s'est beaucoup améliorée dans les familles alors que de plus en plus d'hommes s'impliquent davantage avec le soin des enfants et les tâches domestiques. Effectivement, les hommes reconnaissent désormais l'importance d'être impliqué au sein de leur famille et ils veulent passer plus de temps avec elles.⁴ Malheureusement, des tabous persistent encore pour les hommes qui occupent des rôles traditionnellement associés aux femmes. Comment perçoit-on un homme qui prend un congé de maternité? Quelle perception la société et les proches vont-ils avoir si un homme décide d'être père à domicile ou de rester à la maison pour s'occuper de ses parents plus âgés? Est-ce que l'on poserait ce même genre de questions s'il s'agissait d'une femme?

Être présente

Généralement, les absences et les interruptions au travail sont plus nombreuses pour les femmes que les hommes. Ces absences ou interruptions peuvent être à court terme ou à long terme, incluant notamment les soins de membres de la famille qui sont malades, les réparations à la maison, les rendez-vous des enfants et les congés de maternité.⁵

Ainsi, avec toutes les heures additionnelles qu'elles passent à faire du travail non rémunéré comparativement aux hommes, trouver un équilibre entre la vie personnelle et la vie professionnelle n'est pas toujours facile pour les femmes entrepreneures, sentant qu'elles doivent prouver qu'elles peuvent être aussi présentes pour leurs entreprises que pour leurs familles.⁶



Équilibrer les responsabilités

Est-ce que l'entrepreneuriat affecte négativement l'équilibre vie-carrière des femmes? Il est peut-être surprenant d'apprendre que les études tendent à démontrer le contraire!

L'une des raisons principales qui poussent les femmes vers l'entrepreneuriat est l'occasion qu'offre cette avenue professionnelle en ce qui concerne la flexibilité du temps et de l'équilibre personnel.⁷ En effet, les femmes entrepreneures vivent souvent moins de conflits vie-travail que les femmes actives sur le marché du travail.

Voici quelques faits ressortis par les études servant à expliquer pourquoi les femmes entrepreneures auraient généralement un meilleur équilibre vie-travail:⁸

- Elles ont plus de flexibilité au niveau du temps à consacrer à leurs vies professionnelles et personnelles.
- Elles se sentent moins stressées par rapport à leur travail.
- Elles ont un salaire plus élevé, ce qui atténue la pression financière pour l'ensemble du ménage.
- Elles se sentent plus épanouies en poursuivant un projet ou une passion.

L'impact pandémique

La pandémie de la COVID-19 a provoqué des changements sans précédent qui ont eu un impact important sur la vie familiale, notamment avec la fermeture des écoles et garderies, le travail à domicile et les restrictions imposées sur les interactions sociales et familiales. En sachant que les femmes ont en général plus de responsabilités que les hommes à la maison, imaginez l'impact de cette nouvelle normalité pour les entrepreneures.

Selon les résultats d'études réalisées dans les premiers mois de la pandémie, 53% des femmes entrepreneures estiment que la pandémie représente un défi important pour l'équilibre vie-carrière; ce pourcentage est à 12% chez les hommes.⁹ Les femmes entrepreneures s'inquiètent également des répercussions que la pandémie pourrait avoir sur leur santé mentale et sur celle des membres de leurs familles.¹⁰

En plus des répercussions de la pandémie sur la vie familiale, maintenant plus que jamais, les femmes entrepreneures font aussi face à plusieurs défis au travail. Pour plus d'informations sur l'impact de la pandémie sur les femmes entrepreneures, voir **l'outil 9.1**.

Références

- 1 Julie Cafley, Katie Davey, Tania Saba, Simon Blanchette et al. (Septembre 2020). L'égalité économique dans un monde en évolution: éliminer les obstacles à l'emploi des femmes, Toronto, Diversity Institute, Toronto Metropolitan University, https://www.ryerson.ca/diversity/reports/RemovingBarriersToEmploymentForWomen_FR.pdf, p. 7.
- 2 McKinsey & Company (Juin 2019). Women Matter, The present and future of women at work in Canada, <https://www.mckinsey.com/~media/mckinsey/featured%20insights/gender%20equality/the%20present%20and%20future%20of%20women%20at%20work%20in%20canada/the-present-and-future-of-women-at-work-in-canada-vf.ashx>, p. 14.; Melissa Moyser (Mars 2017). Les femmes et le travail rémunéré, Statistique Canada, <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/89-503-x/2015001/article/14694-fra.htm> (page consultée le 2 novembre 2020).
- 3 Anne Milan, Leslie-Anne Keown et Covadonga Robles Urquijo (Décembre 2011). Les familles, la situation dans le ménage et le travail non rémunéré, Statistique Canada, https://www150.statcan.gc.ca/n1/fr/pub/89-503-x/2010001/article/11546-fra.pdf?st=a5f0b3D_ (page consultée le 23 novembre 2020).; Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat (2020). État des lieux de l'entrepreneuriat féminin au Canada 2020. Toronto, Diversity Institute, Toronto Metropolitan University, p. 24.

- 4 BMO for Women (Août 2018). They Are All Entrepreneurs But They Are Not All The Same, <https://bmoforwomen.com/business-ownership/starting/they-are-all-entrepreneurs-but-they-are-not-all-the-same/> (page consultée le 30 septembre 2020).
- 5 Réseau d'égalité des genres Canada (Janvier 2018). L'égalité des femmes au Canada, Une analyse environnementale, <https://canadianwomen.org/wp-content/uploads/2018/04/GENC-Environmental-Scan-Report-Final-FR.pdf>, p. 34.
- 6 Souha R. Ezzedeen et Jelena Zikic, « Entrepreneurial experiences of women in Canadian high technology », International Journal of Gender and Entrepreneurship, vol. 4, n° 1 (2012), p. 44-64.; Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat (2020). État des lieux de l'entrepreneuriat féminin au Canada 2020. Toronto, Diversity Institute, Toronto Metropolitan University, p. 43.
- 7 Guiseppina Maria Cardella, Brizeida Raquel Hernandez-Sanchez et José Carlos Sanchez-Garcia (Juillet 2020). "Women Entrepreneurship: A Systematic Review to Outline the Boundaries of Scientific Literature", Frontiers in Psychology, <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.01557/full> (page consultée le 25 septembre 2020).
- 8 Guiseppina Maria Cardella, Brizeida Raquel Hernandez-Sanchez et José Carlos Sanchez-Garcia (Juillet 2020). "Women Entrepreneurship: A Systematic Review to Outline the Boundaries of Scientific Literature", Frontiers in Psychology, <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.01557/full> (page consultée le 25 septembre 2020).
- 9 Canadian Women's Chamber of Commerce (Mai 2020). Failing Through The Cracks: Immediate needs of Canada's Underrepresented Founders, https://canwcc.ca/wp-content/uploads/2020/05/Falling-through-the-Cracks_CanWCC_May2020.pdf (page consultée le 19 novembre 2020).; Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat (2020). État des lieux de l'entrepreneuriat féminin au Canada 2020. Toronto, Diversity Institute, Toronto Metropolitan University, p. 55.
- 10 Heather Gillis, « Working from home while trying to parent? Feel like you're failing at both? You're not alone », CBC News, 2 juin 2020, <https://www.cbc.ca/news/canada/newfoundland-labrador/parenting-and-working-from-home-1.5595495> (page consultée le 14 octobre 2020).; Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat (2020). État des lieux de l'entrepreneuriat féminin au Canada 2020. Toronto, Diversity Institute, Toronto Metropolitan University, p. 55.

Déclaration

Tous les documents préparés pour le projet PRÊTEURS NOVATEURS ont été conçus avec l'objectif de respecter la terminologie la plus appropriée et la plus à jour que possible. Cependant, nous réalisons que cette terminologie est toujours sujette à changement au fil du temps. Au meilleur de nos connaissances, nous avons cherché à utiliser des termes qui sont respectueux de la dignité et des droits de tous les individus.