



PARO

FEMMES ENTREPRENEURES
ET SANTÉ MENTALE :
UNE QUESTION D'ÉQUILIBRE



TABLE DES MATIÈRES

- 3** *Remerciements*
- 4** *Introduction*
- 6** *Méthodologie*
- 7** *Aperçu*
- 9** *Résultats : domaines d'incidence*
- 14** *Conclusions et recommandations*





REMERCIEMENTS

En 2023, PARO Centre pour l'entreprise des femmes (PARO) a obtenu du financement de la part du gouvernement du Canada par l'intermédiaire d'un programme de Femmes et Égalité des genres Canada (FEGC), qui s'efforce de faire progresser l'égalité en ce qui concerne le sexe, l'orientation sexuelle et l'identité ou l'expression de genre par l'inclusion des personnes de tous les genres, dont les femmes, à tous les aspects de la vie économique, sociale et politique du Canada¹.

PARO a ensuite reçu l'autorisation de consacrer ce financement à une étude sur l'incidence des lacunes en matière de santé mentale et de bien-être et les difficultés que doivent affronter les femmes entrepreneures. Il est essentiel de s'intéresser aux préoccupations liées à la santé mentale des femmes entrepreneures pour la prospérité économique de l'Ontario. Certaines ressources peuvent grandement contribuer à atténuer les difficultés, par exemple le soutien en santé mentale, l'accès à des réseaux de pairs et à du mentorat d'affaires, les techniques de gestion du stress et la promotion de l'équilibre entre le travail et la vie personnelle.

L'étude vise à créer des recommandations à l'intention des différents ordres de gouvernement et des organisations qui s'intéressent aux obstacles que doivent affronter les femmes entrepreneures. PARO utilisera également les renseignements recueillis pour renforcer efficacement le volet de sensibilisation dans ses plans stratégiques et ses programmes à venir.

Le projet de recherche sur la santé mentale de PARO n'aurait pas été possible sans le soutien du gouvernement du Canada par l'intermédiaire du programme de FEGC, et surtout sans le soutien inébranlable des femmes qui ont participé aux entrevues, aux discussions en groupe et aux enquêtes. Enfin, ce projet n'aurait pu être réalisé sans l'engagement et le dévouement des femmes en Ontario.





INTRODUCTION

APERÇU

Le mandat principal de PARO consiste à aider les femmes à augmenter leur indépendance économique en exploitant leurs propres microentreprises. Le centre propose un ensemble de programmes conçus pour les femmes qui en sont à diverses étapes de l'élaboration ou de la mise en œuvre de concepts d'affaires. PARO offre également de l'aide financière et du mentorat par l'entremise de cercles de prêts entre pairs, des groupes de femmes composés de quatre à sept femmes qui se soutiennent pour obtenir de petits prêts commerciaux. La nécessité d'offrir ces types de services découle des difficultés économiques dans le nord de l'Ontario, où on observe un taux de chômage élevé au sein d'une économie chancelante axée sur les ressources. En plus de ces difficultés, les femmes portent le double fardeau d'un accès limité aux emplois bien rémunérés traditionnellement réservés aux hommes et doivent composer avec des obstacles liés au sexe au moment de fonder une entreprise. Ce sont ces difficultés auxquelles PARO s'est donné le mandat de remédier.

PARO Centre pour l'entreprise des femmes est une organisation de développement commercial qui soutient les femmes souhaitant démarrer des entreprises et en élargir les activités. Fondé sur une approche unique qui privilégie d'aller à la rencontre des femmes là où elles en sont dans leur parcours d'entrepreneuriat, PARO a élaboré et offre des programmes et des services de soutien aux femmes d'affaires, du démarrage de leur entreprise à l'élargissement de leurs activités.

De la planification d'entreprise à la commercialisation, en passant par les stratégies d'exportation à l'échelle internationale, PARO agit pour renforcer les entreprises détenues par des femmes qui privilégient l'entraide entre femmes au sein d'un réseau interprovincial qui est devenu le plus grand réseau de prêts entre pairs en Amérique du Nord.

Comptant plus de 200 cercles à l'échelle de l'Ontario, PARO est devenu une source d'inspiration pour les femmes qui souhaitent progresser sur les plans personnel et entrepreneurial en suivant des cours et des formations et en recevant dans chacun des cercles un soutien constant qui leur donne naturellement les moyens de réussir.

Pour soutenir les femmes pendant leur parcours, PARO privilégie le bien-être à l'aide d'un modèle qui favorise l'épanouissement et la réussite en misant sur les forces. PARO aide chaque femme, quelle que soit l'étape où elle en est, sa région, sa situation socioéconomique ou son cheminement entrepreneurial. Dans le cadre de l'engagement de PARO à susciter la fierté chez les femmes, son approche de soutien transversale de toutes les femmes reconnaît et valorise la diversité des communautés locales et régionales de femmes entrepreneures.

Les services de PARO sont conçus pour souligner et promouvoir cette diversité au moyen de stratégies qui visent à donner aux femmes les moyens de renforcer leur résilience sur le plan entrepreneurial et personnel. Outre les conseils individuels offerts par son équipe, PARO propose des services de mentorat et de soutien par les pairs, de l'aide financière, de l'apprentissage en ligne, des activités emballantes qui comprennent des renseignements, des outils stratégiques et des conférences inspirantes à intervalles réguliers, ainsi que des programmes personnalisés pour aider les femmes à fonder leur entreprise et à élargir leurs activités.



MODÈLE DES MOYENS D'EXISTENCE DURABLES

Le modèle des moyens d'existence durables est une théorie du changement qui utilise une approche axée sur les éléments d'actif pour le développement économique et la sortie de la pauvreté. PARO utilise ce modèle depuis 1995 pour orienter ses processus de planification stratégique. Particulièrement utile, il fournit un aperçu des éléments d'actif d'une personne en explorant ses composantes du point de vue des forces en plus de comprendre les forces fondamentales qui contribuent au potentiel de résilience de la femme, et donc à sa réussite à long terme. Le modèle des moyens d'existence durables donne lieu à une démarche individuelle complète. Il contient cinq catégories de facteurs à partir desquelles sont schématisées les forces et révèle les lacunes qui deviennent ultérieurement des objectifs à atteindre par l'élaboration et l'exécution d'un plan stratégique complet.

Les éléments d'actif sont décrits ci-dessous :

BIENS PERSONNELS	BIENS MATÉRIELS	RESSOURCES HUMAINES	BIENS SOCIAUX	ACTIF FINANCIER
<p>FORTE IDENTITÉ ORGANISATIONNELLE</p> <p>SENS DE L'ENTREPRENEURIAT</p> <p>CRÉATIVITÉ, VISION</p> <p>MOTIVATION</p> <p>CLARTÉ DE LA MISSION ET DES VALEURS</p>	<p>SOUCI DE LA SANTÉ ET DE LA SÉCURITÉ</p> <p>ACCÈS À L'INFORMATION ET AUX RESSOURCES</p> <p>FOURNISSEURS (SERVICES BANCAIRES ET CONNEXES)</p> <p>ÉQUIPEMENT</p> <p>INSTALLATIONS ADÉQUATES</p>	<p>CONSEIL D'ADMINISTRATION SOLIDE</p> <p>PERSONNEL COMPÉTENT ET HAUTEMENT QUALIFIÉ</p> <p>VISION</p> <p>LEADERSHIP</p> <p>BÉNÉVOLES</p> <p>PERFECTIONNEMENT PROFESSIONNEL</p>	<p>SOUTIEN COMMUNAUTAIRE</p> <p>PARTENARIATS ET RÉSEAUX</p> <p>ACCÈS AUX POUVOIRS POLITIQUES</p> <p>COOPÉRATION</p> <p>RELATIONS DE CONFIANCE</p>	<p>CAPACITÉ À COLLECTER DES FONDS</p> <p>FONDS DE RÉSERVE</p> <p>ACCÈS À DU FINANCEMENT OPÉRATIONNEL</p> <p>GESTION FINANCIÈRE RIGOREUSE</p> <p>MARGE DE CRÉDIT</p> <p>FINANCEMENT DE DIVERS BAILLEURS DE FONDS À INTERVALLES RÉGULIERS</p>

En ce qui a trait au projet de recherche en santé mentale de PARO, le modèle des moyens d'existence durables met l'accent sur l'interdépendance entre la santé mentale, le bien-être et la réussite des femmes entrepreneures. Il examine les divers éléments qui exercent une incidence sur les moyens d'existence d'une femme, notamment le bien-être personnel, physique, humain, social et financier. Au moment d'évaluer ces éléments, le modèle des moyens d'existence durables tient compte du fait que la santé mentale ne repose pas seulement sur la prospérité d'une entreprise, mais aussi sur des facteurs qui contribuent à un écosystème d'entreprise positif. Le modèle examine les écosystèmes au moyen d'une approche holistique et globale des réussites d'une entreprise. Par conséquent, tous les ordres de gouvernement et les organisations doivent tenir compte de plusieurs facteurs au moment de soutenir des femmes entrepreneures afin qu'elles puissent participer activement à l'économie de l'Ontario.

MÉTHODOLOGIE

La présente étude vise à examiner l'incidence des diverses lacunes et difficultés auxquelles se heurtent les femmes entrepreneures en matière de santé mentale et de bien-être en mettant l'accent sur les mesures de soutien en santé mentale, l'accès à des réseaux de pairs et à du mentorat d'affaires, l'accès à du soutien et à des ressources et la promotion de l'équilibre entre le travail et la vie personnelle. Elle repose sur une méthodologie mixte qui comporte des données et des renseignements quantitatifs et qualitatifs.

Une enquête structurée a été conçue pour recueillir des données quantitatives sur l'utilisation et l'efficacité perçue des ressources en santé mentale chez les femmes entrepreneures. L'enquête comprenait des questions sur la fréquence de l'accès à du soutien en santé mentale, la participation à des programmes de réseautage entre pairs et l'importance de ces programmes et l'incidence sur l'équilibre entre le travail et la vie personnelle.

Des entrevues et des discussions en groupe ont été organisées pour recueillir des renseignements qualitatifs sur la vie des femmes entrepreneures. Plusieurs questions ouvertes ont été posées dans un espace sécuritaire et respectueux. Les femmes qui ne pouvaient pas se rendre en personne aux discussions en groupe se sont vues offrir la possibilité d'y participer en ligne. Les données qualitatives recueillies ont fourni des renseignements sur les facteurs contextuels qui exercent une incidence sur les femmes entrepreneures.

Les femmes entrepreneures qui ont participé aux entrevues et aux discussions en groupe ont été choisies parmi une population diversifiée en Ontario et comprenaient des propriétaires d'entreprise nouvelles et chevronnées ainsi que des femmes autochtones et provenant de groupes diversifiés.



APERÇU

Selon la Banque de développement du Canada (BDC), les Canadiennes et les Canadiens sont fortement d'accord pour dire que les entrepreneures et les entrepreneurs sont des personnes passionnées qui créent de la richesse et des emplois pour la collectivité et qui contribuent au développement économique². Un grand nombre de Canadiennes et de Canadiens considèrent en outre les propriétaires d'entreprise comme des modèles pour la collectivité, et une bonne proportion d'entre elles et eux ont du respect pour les gens d'affaires qui ont subi un revers³. Enfin, les Canadiennes et les Canadiens comprennent que l'entrepreneuriat exige de faire des sacrifices personnels, de surmonter de nombreuses difficultés et de s'exposer à un énorme risque financier. Pendant une discussion en groupe, plusieurs femmes entrepreneures ont déclaré qu'avoir leur propre entreprise exige énormément de temps, ce qui les expose à l'isolement social et met leurs relations personnelles à rude épreuve⁴. Ces difficultés s'additionnent et entraînent des conséquences sur la santé mentale et le bien-être.

Le présent rapport, publié en français et en anglais, résume les réponses à l'enquête de 100 femmes entrepreneures des quatre coins de l'Ontario. Les répondantes présentent les caractéristiques suivantes :

Trente-huit pour cent vivent dans le nord de l'Ontario (y compris le nord-ouest et le nord-est).

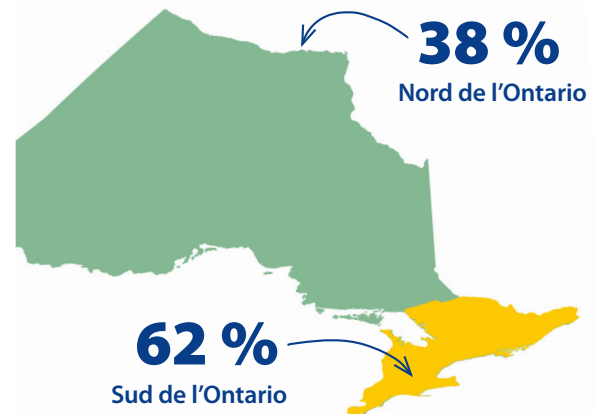
Soixante-deux pour cent vivent dans le sud de l'Ontario (corridor est, ouest, centre et région du Grand Toronto).

Cinquante-quatre pour cent ont répondu à partir d'une région métropolitaine de recensement (population totale de 100 000 habitants, dont au moins 50 000 vivent au centre-ville).

Vingt-sept pour cent ont répondu à partir d'un petit centre de population (entre 1 000 et 30 000 habitants) ou d'une agglomération de recensement (population d'au moins 10 000 habitants et à distance de navettage d'une région métropolitaine).

Dix-neuf pour cent ont répondu à partir d'une communauté rurale, éloignée ou située dans le Nord (population de moins de 1 000 habitants), y compris les communautés autochtones.

RÉPONDANTES DE L'ONTARIO



PROPORTION DE LA POPULATION



54 %
Régions métropolitaines de recensement

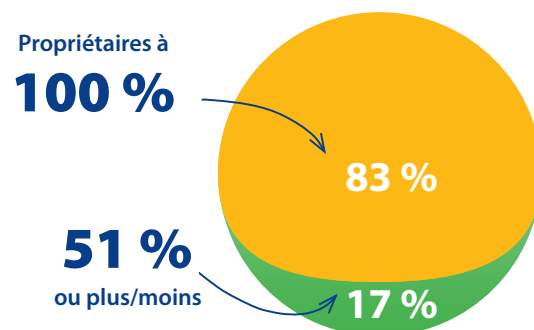


27 %
Petits centres de population + agglomérations de recensement



19 %
Communautés rurales, éloignées ou situées dans le Nord (y compris les communautés autochtones)

PROPRIÉTÉ DE L'ENTREPRISE



Quatre-vingt-trois pour cent des femmes interrogées ont indiqué être propriétaires à part entière (100 %) de leur entreprise, alors que 17 % en étaient copropriétaires à 51 % ou plus ou à moins de 51 %.

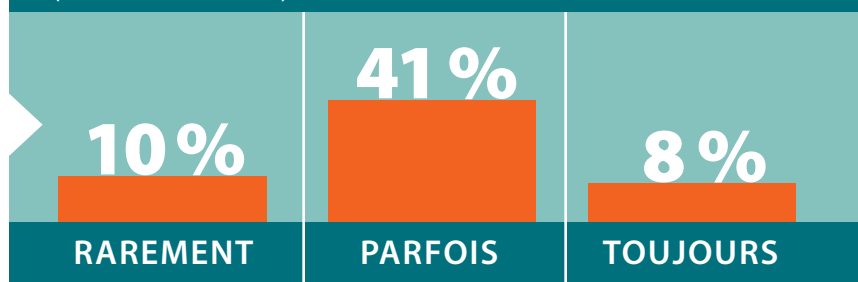
PRINCIPAUX RÉSULTATS

Dans le cadre de l'enquête, 41 % des participantes ont déclaré avoir parfois été satisfaites de leur santé mentale au cours du dernier mois (des 30 derniers jours), 10 %, en avoir rarement été satisfaites au cours du dernier mois et 8 %, avoir toujours été satisfaites de leur santé mentale en général.

Quatre-vingt-six pour cent (86 %) des participantes ont mentionné des facteurs financiers liés à leur situation personnelle et à leur entreprise comme principales sources de stress et d'anxiété. Au deuxième rang suivent des facteurs personnels comme la santé physique, spirituelle, mentale et émotionnelle.

Soixante-treize pour cent des participantes ont affirmé s'être heurtées à une lacune ou à un obstacle quand elles ont tenté d'accéder à des fonds, par exemple du capital, des subventions ou des prêts.

SATISFACTION À L'ÉGARD DE LA SANTÉ MENTALE (30 DERNIERS JOURS)



ÉTUDE DE CAS :

Pendant une discussion en groupe, une propriétaire d'entreprise chevronnée cumulant 15 années d'expérience dans son secteur d'activité a exprimé ses problèmes de santé mentale. Elle a admis ouvertement que, malgré sa réussite, elle doit régulièrement composer avec des problèmes de santé mentale. Il lui arrive souvent de se sentir dépassée et incapable de répondre aux exigences que comporte l'exploitation de son entreprise. Ses problèmes de santé mentale se manifestent sous la forme de moments pendant lesquels elle se sent incapable de continuer. Elle décrit qu'elle s'assoit alors à son bureau ou à la maison, paralysée par le poids de ses responsabilités. En dépit de ses années d'expérience, elle reconnaît que ses difficultés n'ont pas diminué au fil du temps.

DOMAINES D'INCIDENCE

ACCÈS AU FINANCEMENT

L'accès au financement arrive en tête de liste des difficultés auxquelles se heurtent les femmes entrepreneures et qui exercent une incidence sur leur santé mentale et leur bien-être. Selon une étude menée par la Fédération canadienne de l'entreprise indépendante et intitulée « Donner aux femmes les moyens de réussir en affaires : observations et recommandations », plus de la moitié des femmes propriétaires (51 %) interrogées ont déclaré que l'obtention de financement pour leur entreprise constituait un défi. En outre, 22 % des demandes de financement provenant d'entreprises détenues uniquement par des femmes ont été refusées d'emblée, comparativement à la moyenne de 15 % pour l'ensemble des entreprises. En ce qui concerne les programmes de soutien gouvernementaux, un plus grand nombre de femmes ont déclaré avoir eu de la difficulté à trouver (45 %) ou à présenter une demande ou à répondre aux exigences (38 %) de ces programmes, comparativement aux hommes (34 % et 30 %, respectivement)⁵. Par ailleurs, selon Statistique Canada, les entreprises appartenant majoritairement à des femmes (56,6 %) et l'ensemble des entreprises du secteur privé (58,2 %) ont indiqué au premier trimestre de 2023 des attentes semblables en lien avec la hausse de l'inflation comme un obstacle à surmonter au cours des trois prochains mois. Le stress supplémentaire lié à l'accès au financement et les répercussions de la hausse de l'inflation exerceront également une incidence sur la santé mentale et le bien-être des femmes entrepreneures⁶. Notre enquête reflète des résultats semblables.

En effet, 86 % des femmes entrepreneures qui y ont répondu ont déclaré que les aspects financiers leur causent un stress important et 73 %, qu'elles se sont heurtées à une lacune ou à un obstacle quand elles ont tenté d'accéder à des fonds (capital, subventions, prêts, etc.). Quand on lui a demandé des précisions, une participante a émis la réponse suivante : « Je manque de temps pour accomplir tout ce que je dois faire, à la fois avec ma famille, à la maison, sur le plan professionnel et dans mon entreprise. Je dois jongler avec de nombreuses responsabilités. » Au bout du compte, en plus de subir des incohérences importantes au moment de présenter des demandes et de répondre aux critères de financement, les femmes entrepreneures ont beaucoup de mal à trouver le temps de présenter de telles demandes.

Il convient de noter qu'à ce jour, PARO a offert du soutien à 30 952 entreprises détenues par des femmes, dont 12 777 014 \$ en subventions à des clientes. Les entreprises détenues par des femmes demeurent toutefois sous-représentées par rapport au financement accordé en Ontario⁷. Dans le balado « Venturing Out: Closing the Funding Gap for Female Entrepreneurs » (en anglais), présenté par Les innovateurs, Jennifer Marron affirme que pour créer des occasions



« Je manque de temps pour accomplir tout ce que je dois faire, à la fois avec ma famille, à la maison, sur le plan professionnel et dans mon entreprise. Je dois jongler avec de nombreuses responsabilités. »

Il convient de noter qu'à ce jour, PARO a offert du soutien à 30 952 entreprises détenues par des femmes, dont 12 777 014 \$ en subventions à des clientes.

égales pour les femmes, nous devons non seulement changer ceux qui obtiennent les emplois ou le financement, mais aussi ceux qui prennent les décisions. Selon le rapport du Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat, les entreprises détenues par les hommes ont quatre fois plus tendance que celles détenues par les femmes à rapporter qu'elles reçoivent du capital de risque, le marché étant dominé par les hommes. Par ailleurs, Jennifer Marron ajoute que si nous souhaitons vraiment faire croître notre économie, nous devons nous attaquer sérieusement aux obstacles qui empêchent les femmes d'y participer⁸.

Pendant une discussion en groupe, une participante a exprimé l'importance que les femmes améliorent leur compréhension des finances et qu'elles aient accès à différentes options de financement : « **ainsi, nous n'aurions pas à nous appuyer excessivement sur le crédit, qui peut avoir une incidence négative sur notre bien-être mental.** »

« **Selon le rapport du Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat, les entreprises détenues par les hommes ont quatre fois plus tendance que celles détenues par les femmes à rapporter qu'elles reçoivent du capital de risque, le marché étant dominé par les hommes.** »

– Jennifer Marron

RÉSEAUTAGE ET MENTORAT

L'entrepreneuriat comporte un cheminement difficile qui peut parfois devenir accablant, surtout dans un contexte d'incertitude économique, avec les conséquences de l'inflation et dans le sillage d'une pandémie. Les femmes entrepreneures doivent en plus composer avec d'autres difficultés complexes qui peuvent comprendre la gestion des enfants et de la garde des enfants, la planification de moments pour prendre soin d'elles-mêmes et la tâche ardue de prendre soin d'un membre de la famille âgé ou vieillissant.

Lors de la discussion en groupe sur la santé mentale de Thunder Bay, en Ontario, un grand nombre des 26 femmes qui ont participé à la séance en personne et en ligne ont affirmé que les fournisseurs de services de santé mentale offrent assez de ressources adaptées à leurs besoins. Elles ont toutefois exprimé un besoin d'appartenir à une communauté de femmes qui se réunissent pour s'entraider.

Dans le cadre de l'enquête, 36 % des répondantes ont mentionné la formation de réseaux de soutien comme obstacle ou difficulté auxquels se heurtent occasionnellement les femmes entrepreneures. Une participante a émis la réflexion suivante : « ...ce serait merveilleux si je n'étais pas seule dans mon travail. » Si le soutien pour avoir les moyens de réussir et le mentorat peuvent coûter cher, ils sont essentiels pour obtenir des conseils sur l'entrepreneuriat. Les femmes ont mentionné la nécessité d'un système d'entraide entre entrepreneures et d'un service d'orientation qui peut aider les entrepreneures à s'orienter parmi l'abondance de ressources offertes pour leur bien-être.

POINTS SAILLANTS DES DISCUSSIONS EN GROUPE :

Une participante a émis la suggestion suivante : « Il serait utile d'avoir accès à une application qui permettrait d'interagir instantanément avec une personne qui est là pour écouter au moment opportun. Le besoin de parler à quelqu'un survient parfois dans l'immédiat, sans avoir à prendre rendez-vous ou à attendre un rappel.

Les personnes qui jonglent avec plusieurs responsabilités, par exemple une entreprise et leur vie personnelle, doivent parfois prendre une pause et s'occuper de leurs émotions et de leurs craintes. La possibilité d'accéder instantanément à une personne qui comprend la situation et qui peut offrir du soutien pourrait alors faire une énorme différence. »

Les cercles de prêts entre pairs PARO offrent aux femmes entrepreneures un espace sécuritaire et inclusif où peuvent se rencontrer régulièrement des groupes de personnes aux vues similaires pour échanger sur leurs expériences personnelles, offrir des conseils et élargir leurs réseaux⁹. Pendant une discussion en groupe, les femmes ont indiqué avoir besoin de groupes de soutien et de réseaux de pairs pour affronter certaines difficultés, par exemple :

personnes qui prennent soin de leurs parents vieillissants;

propriétaires d'entreprise autochtones;

femmes qui ont vécu des traumatismes intergénérationnels complexes, par exemple le meurtre ou la disparition de femmes et de filles autochtones;

propriétaires d'entreprise qui n'ont pas de proches, de famille à proximité ou d'employés, si bien qu'elles doivent subir davantage l'isolement.

Quand nous avons interrogé les participantes sur les lacunes et les obstacles auxquelles elles se heurtent, 37 % ont répondu que le réseautage et le mentorat (trouver d'autres femmes entrepreneures aux vues similaires, former des réseaux de soutien, etc.) représentaient une difficulté. Comme il a été mentionné précédemment, le cheminement des femmes entrepreneures comporte son lot de difficultés, et parfois de solitude. Quand s'ajoutent le stress financier et les situations familiales imprévues, l'accès à un réseau apportant sécurité, respect et soutien devient essentiel pour leur bien-être émotionnel et mental.

PARTICIPANTE :

« *La santé mentale ne suit pas un horaire de 9 h à 17 h. Les épreuves et les difficultés peuvent se manifester à tout moment. Par exemple, il est possible de se réveiller la nuit et d'avoir immédiatement besoin de l'aide de quelqu'un. Les femmes soutiennent les autres personnes qui font partie de leur vie, mais elles ont besoin de quelqu'un pour les soutenir.* »

ÉQUILIBRE ENTRE LE TRAVAIL ET LA VIE PERSONNELLE

À la lumière des discussions en groupe, l'atteinte d'un équilibre entre le travail et la vie personnelle fait partie des plus grandes difficultés des femmes entrepreneures. Comme l'a fait remarquer une participante, « il est plus facile de ne rien faire que de prendre soin de nous-mêmes. » Il a été question de la culpabilité que ressentent souvent les femmes entrepreneures lorsqu'elles font passer leur bien-être avant leur entreprise. Cette culpabilité est liée à la conviction qu'il faut toujours travailler pour réussir. Les normes de genre actuelles, qui font en sorte qu'elles sont les seules responsables des soins aux enfants et des tâches domestiques, continuent de représenter un obstacle important pour les femmes entrepreneures de l'Ontario. Selon l'enquête, 61 % des participantes ont besoin de soutien supplémentaire pour atteindre un équilibre entre le travail et la vie personnelle.

L'insuffisance des systèmes de soutien, comme des services de garde abordables, ainsi que du financement pour faire croître leur entreprise et des possibilités de réseautage pertinentes, nuisent à la capacité des femmes à concilier les exigences de posséder une entreprise et les obligations familiales. Ces facteurs ont des conséquences sur la santé mentale, qui peuvent causer un stress élevé et, au bout du compte, l'épuisement professionnel. Les femmes entrepreneures pensent souvent qu'elles n'ont pas le temps de se laisser aller, évoquant qu'il est impossible de trouver l'équilibre entre leur vie personnelle et leur entreprise. Par conséquent, il serait essentiel, dans un premier temps, de remédier à des enjeux comme les stéréotypes de genre, d'améliorer l'accès aux ressources comme les services de garde et de promouvoir un milieu entrepreneurial plus inclusif et flexible pour veiller à ce que les femmes entrepreneures puissent atteindre un équilibre adéquat entre le travail et la vie personnelle.

ÉTUDE DE CAS :

Une mère monoparentale se heurte à de nombreuses difficultés pour gérer son stress alors qu'elle jongle avec les responsabilités de la parentalité, de la coparentalité avec un ex-conjoint narcissique et de la propriété d'une entreprise. Elle se sent accablée par l'accumulation constante de facteurs de stress et a souvent l'impression de ne jamais avoir le temps de tout gérer. Elle observe qu'elle doit prévoir les moments où elle se laisse aller les fins de semaine quand son fils n'est pas avec elle, ce qui souligne la nécessité de compartimenter ses émotions dans le chaos de sa vie.

SOUS-REPRÉSENTATION

Selon le rapport du Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat (PCFE)¹⁰, l'entrepreneuriat chez les femmes autochtones est en croissance dans l'ensemble du pays, mais la représentation des femmes autochtones dans le milieu de l'entrepreneuriat est nettement inférieure à celle des hommes autochtones. À la lumière d'un rapport rédigé conjointement par le Conseil canadien pour l'entreprise autochtone et Affaires mondiales Canada¹¹, les entrepreneuses et les entrepreneurs autochtones sont sous-représentés au sein de la population du milieu des affaires au Canada. Si les Autochtones représentent 5 % de la population du Canada (un pourcentage croissant), environ seulement 1 à 1,5 % de l'ensemble des petites et moyennes entreprises (PME) du Canada étaient détenues principalement par des Autochtones en 2020¹². Le rapport révèle en outre que les entreprises détenues majoritairement par des femmes autochtones représentent environ 39,3 % de l'ensemble des entreprises d'exportation autochtones, soit plus du double du pourcentage d'entreprises d'exportation détenues par des femmes par rapport à toutes les PME canadiennes (14,5 %). Bien qu'il s'agisse d'un résultat positif, un ensemble imposant d'obstacles subsiste pour les femmes entrepreneuses autochtones.

Le PCFE¹³ révèle qu'en plus des obstacles institutionnels, comme l'accès à du capital, les femmes entrepreneuses autochtones se heurtent à des obstacles sociaux qui exercent une incidence sur leur entreprise. Ces obstacles sociaux comprennent un déséquilibre des responsabilités entre l'homme et la femme à la maison et l'accès à des services de garde. Finalement, selon la Banque Royale du Canada¹⁴, il existe un manque notable de programmes de réseautage et de formation conçus pour les femmes et peu d'exemples à suivre et de mentors.

Lors des discussions en groupe, l'importance que les femmes autochtones soient représentées dans le milieu entrepreneurial a été soulignée. Il faut réunir des femmes autochtones qui partagent des expériences de vie, comme des traumatismes intergénérationnels, des obstacles et l'appartenance à une identité culturelle, afin de leur permettre d'unir leurs forces et d'éliminer leur isolement constant. La sous-représentation des femmes entrepreneuses dans des postes de direction peut restreindre leur capacité à imaginer et à entreprendre leurs propres projets d'entreprise. Le manque d'exemples à suivre diversifiés diminue les occasions d'accompagnement et de soutien entre pairs et crée des obstacles supplémentaires pour les femmes qui doivent composer avec les complexités du milieu entrepreneurial.

Par conséquent, la promotion de la diversité, de l'inclusivité et de la visibilité des femmes entrepreneuses accomplies de tous les horizons créerait un environnement dans lequel les femmes de l'Ontario qui aspirent à devenir entrepreneuses sentent qu'elles peuvent trouver les moyens de réaliser leurs projets et qu'elles obtiendront du soutien pour le faire.

PARTICIPANTE :

« Je suis la seule femme autochtone à un grand nombre d'activités et de missions commerciales auxquelles je prends part en tant que femme entrepreneuse autochtone. »

ÉTUDE DE CAS :

Pendant une discussion en groupe, une participante a émis une réflexion sur le rôle essentiel que jouent les femmes pour assurer le bien-être de leurs familles. Malgré les difficultés avec lesquelles elle doit composer, dont s'occuper à temps plein de son petit-fils, elle demeure résiliente par rapport à son engagement de veiller au bien-être de sa famille. Elle reconnaît la pression immense qui est exercée sur les femmes pour qu'elles maintiennent la stabilité de leur ménage. Elle décrit avoir l'impression qu'en son absence et sans son soutien, les fondations de sa famille commencent à s'effriter. La responsabilité inattendue de s'occuper de son petit-fils à temps plein s'est ajoutée à la complexité de sa vie et a remis en question ses projets d'avenir comme entrepreneuse et grand-mère dévouée.

PARTICIPANTE :

« Je connais les aînés et le rôle d'aidant naturel est énorme, mais nous sommes de plus en plus nombreuses à devoir nous occuper de nos petits-enfants aujourd'hui. »

ACCÈS À DES RESSOURCES ET À DU SOUTIEN

Les femmes entrepreneures se heurtent à plusieurs lacunes et difficultés au moment d'accéder à des ressources et à du soutien adaptés en santé mentale. Elles ont souvent des obstacles à surmonter pour avoir accès à du financement, par exemple pour obtenir du capital de risque et des prêts. Dans les entreprises et les commerces, la représentation des femmes demeure disproportionnée par rapport à celle des hommes, ce qui exerce une incidence sur la diversité, l'inclusivité et la visibilité des femmes.

Selon les données recueillies dans le cadre de l'enquête, seulement 35 % des femmes ont déclaré n'avoir eu aucun obstacle à surmonter au moment d'accéder à des ressources et à du soutien, comparativement à 65 % qui ont dû surmonter un éventail d'obstacles.

Lors des discussions en groupe, les participantes ont indiqué qu'il devrait exister un système d'entraide entre entrepreneures qui permettrait aux femmes de se réunir pour se soutenir dans certains domaines. Il s'agirait d'un système d'entraide qui donnerait des résultats éprouvés au moyen d'une application de téléphone intelligent offrant un accès instantané à des ressources et à du soutien. L'accès à des services d'orientation qui peuvent aider les entrepreneures à s'y retrouver parmi l'abondance de ressources offertes pour le bien-être des femmes a également été suggéré. Ces services d'orientation pourraient être offerts par l'intermédiaire d'organismes financés par le gouvernement, comme PARO.

Par ailleurs, plusieurs participantes ont mentionné le coût accablant de l'accès à des professionnelles ou professionnels de la santé mentale compétents ou dans le secteur privé. La demande liée à plusieurs programmes de santé mentale financés par le gouvernement est énorme et les listes d'attente sont très longues, ce qui fait en sorte que les femmes entrepreneures qui vivent une situation difficile sont laissées à elles-mêmes et se sentent démoralisées et abandonnées.

Dans le cadre de l'enquête en ligne, quand on a demandé aux participantes dans quel domaine elles avaient dû composer avec un obstacle important, 35 % d'entre elles ont choisi l'accès à des ressources et à du soutien, comme les connaissances financières, l'accès à Internet, le soutien en santé mentale, etc. Une femme a déclaré ce qui suit : « J'aimerais pouvoir collaborer avec d'autres femmes qui excellent dans différents domaines des affaires. Il serait formidable qu'il existe un groupe de femmes du milieu des affaires qui s'entraident. Ainsi, une femme qui a besoin d'aide en marketing pourrait être jumelée avec une autre femme qui se spécialise dans le soutien en marketing pour les entreprises détenues par les femmes. Un tel type de mentorat serait extraordinaire. » Une autre femme a affirmé qu'elle aimerait avoir accès à des ressources abordables et appropriées pour approfondir ses connaissances. À la lumière des données qualitatives et quantitatives, les femmes entrepreneures ont besoin d'avoir accès à des ressources, à du soutien professionnel, à un réseau de pairs et à des services de mentorat qui s'emboîtent harmonieusement dans une structure globale.

À la question de savoir sous quels aspects elle aurait besoin d'un meilleur soutien en santé mentale à titre de femme entrepreneure, une participante a émis la réponse suivante : « J'ai mis des mois à trouver une psychologue. Mon médecin m'a suggéré de me renseigner et de faire une recherche sur Google. En toute franchise, je crois que les médecins devraient pouvoir fournir une liste d'autres médecins spécialisés en santé mentale. » Selon un autre 46 % des femmes interrogées, l'accès à des services de santé mentale, comme des conseils individuels et des professionnelles ou professionnels de la santé mentale, fait partie des plus grands besoins dans le milieu entrepreneurial. Quarante-neuf pour cent des femmes se sont heurtées à des obstacles au moment d'accéder à ces types de services.

ÉTUDE DE CAS :

Pendant une discussion en groupe, une femme a raconté comment sa vie avait pris un tournant inattendu. Alors qu'elle avait prévu de tourner des documentaires en Australie et de voyager en Italie, elle s'est retrouvée contrainte d'assumer un nouveau

rôle et est devenue la principale responsable des soins de sa mère, qui avait subi une chute. Malgré le soudain changement de plan, elle est demeurée déterminée à honorer son engagement envers sa famille tout en lançant son entreprise à Vancouver. Sa vie a basculé en une nuit, quand elle est devenue la principale responsable

des soins de sa mère. Tandis qu'elle vivait dans ses valises et avec des ressources empruntées, elle a eu du mal à trouver le juste équilibre entre ses responsabilités de soignante et ses projets professionnels. Malgré sa débrouillardise et sa résilience, Sarah a subi le poids accablant de ses nouvelles responsabilités.

CONCLUSIONS ET RECOMMANDATIONS



La présente partie comprend une analyse des difficultés auxquelles se heurtent les femmes entrepreneures en Ontario et des recommandations politiques pour y remédier. Les recommandations s'appuient sur les résultats de l'enquête et visent à fournir des solutions utiles qui peuvent appuyer la croissance et la réussite des femmes entrepreneures en Ontario.

1. ACCÈS AU FINANCEMENT

Améliorer l'inclusion financière pour les femmes entrepreneures : Reconnaître le rôle essentiel que jouent les femmes entrepreneures dans l'économie de l'Ontario dans l'objectif de créer et de favoriser un environnement qui donne aux femmes les moyens de démarrer leur entreprise et d'en élargir les activités en assurant un **accès équitable aux possibilités de financement**.

Tous les ordres de gouvernement doivent créer un accès équitable aux possibilités et au soutien en matière d'équité pour les femmes entrepreneures. Comme l'a déclaré Laure-Anna Bomal, économiste à la Fédération canadienne de l'entreprise indépendante, « Les femmes entrepreneures jouent un rôle essentiel dans notre économie : elles créent des emplois locaux, contribuent à l'augmentation du PIB et soutiennent nos communautés¹⁵. »

Selon un rapport commandité par la Banque Scotia et publié en 2023, intitulé « Donner aux femmes les moyens de réussir en affaires : observations et recommandations », plus de la moitié des femmes propriétaires d'une entreprise (51 %) interrogées ont déclaré que l'obtention de financement pour leur entreprise constituait un défi. En outre, 22 % des demandes de financement provenant d'entreprises détenues uniquement par des femmes ont été refusées d'emblée, comparativement à la moyenne de 15 % pour l'ensemble des entreprises¹⁶.

Les gouvernements doivent appuyer des programmes de soutien aux femmes entrepreneures qui sont facilement accessibles tout en éliminant les critères et les exigences de présentation complexes. En outre, les gouvernements doivent évaluer les mesures actuelles pour déterminer l'admissibilité des demandeurs et assurer un accès équitable pour des populations diversifiées.

2. RÉSEAUTAGE ET MENTORAT

Faciliter les occasions de réseautage et de mentorat pour les femmes entrepreneures : Reconnaître le rôle pivot du réseautage et du mentorat pour la croissance et la réussite des entrepreneures et des entrepreneurs dans l'objectif de créer un environnement de soutien qui permet aux femmes entrepreneures d'avoir accès à des occasions de réseautage et à des programmes de mentorat.

RECOMMANDATIONS

Les recommandations s'appuient sur les résultats de l'enquête et visent à fournir des solutions utiles qui peuvent appuyer la croissance et la réussite des femmes entrepreneures en Ontario.



« **Les femmes entrepreneures jouent un rôle essentiel dans notre économie : elles créent des emplois locaux, contribuent à l'augmentation du PIB et soutiennent nos communautés.** »

– Laure-Anna Bomal

Le réseautage et le mentorat jouent un rôle essentiel dans le cheminement de l'ensemble des entrepreneures et des entrepreneurs, apportant des conseils irremplaçables pour s'y retrouver dans les complexités des projets d'entreprise, quelle que soit l'étape du plan d'affaires. Tous les ordres de gouvernement doivent fournir du financement aux organisations pertinentes afin de créer des occasions de réseautage et de mentorat qui permettent de créer des liens enrichissants.

Les femmes entrepreneures aimeraient avoir des occasions de rencontrer des professionnelles aux vues similaires, des pairs et des clients potentiels qui peuvent leur fournir des renseignements, des ressources et des conseils. Les femmes recherchent des liens et des collaborations, des partenariats et des relations d'affaires cruciales. En plus d'accélérer la courbe d'apprentissage

des entrepreneures et des entrepreneurs, le savoir collectif acquis par le réseautage et le mentorat renforce le sens de la communauté et la résilience, des qualités essentielles à la réussite dans un milieu des affaires qui est dynamique et concurrentiel. Au bout du compte, les relations contribuent à l'amélioration de la santé mentale et du bien-être des femmes entrepreneures, ainsi qu'à leur croissance et à leur réussite en général alors qu'elles composent avec les complexités du démarrage et de l'exploitation d'une entreprise prospère en Ontario.

3. ÉQUILIBRE ENTRE LE TRAVAIL ET LA VIE PERSONNELLE

Créer des occasions pour aider les femmes entrepreneures à trouver l'équilibre entre le travail et la vie personnelle : Reconnaître l'incidence considérable de l'équilibre entre le travail et la vie personnelle sur la santé mentale, le bien-être et la productivité des femmes entrepreneures dans l'objectif de créer un environnement de soutien qui permet aux femmes de réussir à gérer leur entreprise en maintenant un équilibre sain entre le travail et la vie personnelle.

L'enjeu de l'équilibre entre le travail et la vie personnelle n'est pas nouveau au Canada. En fait, le Ministère du Travail, de l'Immigration, de la Formation et du Développement des compétences de l'Ontario a instauré le droit à la déconnexion du travail, qui est entré en vigueur le 2 décembre 2021. De nouvelles exigences ont été ajoutées à la *Loi sur les normes d'emploi* en 2000¹⁷.

Selon un rapport commandité par la Banque Scotia et publié en 2023, intitulé « Donner aux femmes les moyens de réussir en affaires : observations et recommandations », plus de la moitié des femmes propriétaires d'une entreprise (51 %) interrogées ont déclaré que l'obtention de financement pour leur entreprise constituait un défi. En outre, 22 % des demandes de financement provenant d'entreprises détenues uniquement par des femmes ont été refusées d'emblée, comparativement à la moyenne de 15 % pour l'ensemble des entreprises.



Cette loi confère aux travailleuses et aux travailleurs de l'Ontario le droit de se déconnecter du travail après avoir terminé leur journée de travail. Toutefois, ce droit ne s'applique pas aux entrepreneures et aux entrepreneurs. Le gouvernement de l'Ontario est conscient des répercussions profondes de l'épuisement professionnel sur les travailleuses et travailleurs et leurs familles, ainsi que sur l'économie dans l'ensemble. Pourtant, les ressources ou le soutien offerts aux femmes entrepreneures qui tentent de trouver un équilibre entre leur travail et leur vie personnelle sont limités.

4. SOUS-REPRÉSENTATION

Favoriser une augmentation de la représentation des femmes entrepreneures : Reconnaître l'importance de la diversité des genres et des cultures en entrepreneuriat et le potentiel considérable des entreprises dirigées par des femmes dans l'objectif de cultiver un environnement qui favorise et soutient une augmentation de la représentation des femmes entrepreneures en Ontario.

Si les programmes mis en œuvre par tous les ordres de gouvernement ont donné lieu à d'importants progrès en matière de soutien aux femmes, il reste encore beaucoup à faire. Il est essentiel de voir des femmes occuper des postes de direction, prendre des décisions et apporter des changements pour faire avancer et progresser la société. Le gouvernement du Canada, les gouvernements provinciaux et les entreprises privées doivent créer des occasions pour permettre aux femmes de décrocher ces postes de direction et de prise de décisions afin de créer un changement essentiel et durable.

5. ACCÈS À DES RESSOURCES ET À DU SOUTIEN

Améliorer l'accès des femmes entrepreneures aux ressources et au soutien, y compris à des professionnelles et professionnels de la santé mentale : Reconnaître le rôle crucial du soutien en santé mentale pour la réussite et le bien-être des femmes entrepreneures dans l'objectif de créer un environnement d'inclusion et de soutien en améliorant l'accès à des ressources essentielles en santé mentale, notamment en mettant l'accent sur la rapidité de l'accès.

L'accès à des ressources et à du soutien adéquats en matière de bien-être est indispensable pour la réussite des femmes entrepreneures. Il pourrait s'agir d'une ligne directe pour parler avec des professionnelles et professionnels de la santé mentale, de l'accès en tout temps à des outils de bien-être sur une application et d'un service d'orientation pour le bien-être des entrepreneures. Les femmes entrepreneures demandent un accès accéléré à des ressources et à du soutien, en particulier quand elles vivent une crise ou une situation stressante. Tous les ordres de gouvernement doivent créer un accès reposant sur un système de soutien solide et destiné spécialement aux femmes entrepreneures qui se débattent avec des difficultés entrepreneuriales accablantes ayant une incidence importante sur leur santé mentale. Qu'ils soient offerts sous forme de financement ou de partenariats de collaboration, ces ressources et ce soutien contribueraient grandement à la résilience, à la croissance et à la réussite globale des femmes entrepreneures dans le milieu concurrentiel des affaires.





NOTES DE BAS DE PAGE

- ¹ « Appels de propositions : À propos de ces appels de propositions. » Gouvernement du Canada, Femmes et Égalité des genres Canada, dernière mise à jour le 22 septembre 2023. <https://femmes-egalite-genres.canada.ca/fr/financement/programmes-financement/fonds-opportunités-economiques-leadership-renforcement-capacités-femmes/apropos.html>
- ² Pierre-Olivier Bédard-Maltais, « Comment la population canadienne perçoit-elle les propriétaires d'entreprise? », *blogue BDC*, BDC, 2019, <https://www.bdc.ca/fr/articles-outils/blogue/comment-canadiens-percoivent-entrepreneurs>.
- ³ Bédard-Maltais.
- ⁴ Discussion en groupe sur la santé mentale de PARO, 2024.
- ⁵ Rameen Azmat and Laure-Anna Bomal, *Donner aux femmes les moyens de réussir en affaires : observations et recommandations*, Calgary : Fédération canadienne de l'entreprise indépendante, 2023. <https://www.cfib-fcei.ca/hubfs/research/reports/2023/2023-12-donner-aux-femmes-moyens-reussir-affaires-fr.pdf>
- ⁶ Jessica Bossé, Robert Fair et Chris Johnston, *Analyse des entreprises appartenant majoritairement à des femmes, premier trimestre de 2023*, Ottawa : Statistique Canada, 2023. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-621-m/11-621-m2023005-fra.htm>
- ⁷ PARO Centre pour l'entreprise des femmes, « PARO Prosper Peer Lending Circles », 2023, <https://paro.ca/fr/paro-circles/>
- ⁸ Jennifer Marron, « Venturing Out: Closing the Funding Gap for Female Entrepreneurs », *Les innovateurs*, Banque Royale, 8 mars 2022, <https://thoughtleadership.rbc.com/venturing-out-closing-the-funding-gap-for-female-entrepreneurs/#:~:text=Disruptors-,Venturing%20Out%3A%20Closing%20the%20Funding%20Gap%20for%20Female%20Entrepreneurs,loses%20out%20on%20%24100%20billion>
- ⁹ Discussion en groupe sur la santé mentale de PARO, 2024.
- ¹⁰ Wendy Cukier et al., *État des lieux de l'entrepreneuriat féminin au Canada 2022*, Toronto : Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat, 2022, https://wekh.ca/wp-content/uploads/2022/03/PCFE_Etat_des_lieux_de_lentrepreneuriat_feminin_au_Canada_2022-1.pdf
- ¹¹ Conseil canadien pour l'entreprise autochtone et Affaires mondiales Canada, *Adàwe : Expériences d'exportation d'entrepreneurs autochtones*, Toronto : Auteurs, 2023. https://www.ccab.com/wp-content/uploads/2023/10/ccab_report_english_FINAL.pdf
- ¹² Conseil canadien pour l'entreprise autochtone et Affaires mondiales Canada.
- ¹³ Kaira Jakobsh et Sonia Boskov, *Briser les barrières : une décennie d'entrepreneuriat des femmes autochtones au Canada*, Toronto : Conseil canadien pour l'entreprise autochtone et Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat, décembre 2020. https://www.ccab.com/wp-content/uploads/2020/12/CCAB_Breaking-Barriers_English.pdf
- ¹⁴ Diane Amato, « L'entrepreneuriat autochtone au Canada : un apport économique non négligeable », *Mes finances d'abord*, Banque Royale, 18 juin 2020, <https://www.rbcroyalbank.com/fr-ca/mes-finances-dabord/entreprises/etapes-de-la-vie-de-lentreprise/demarrage-dentreprise/lentrepreneuriat-autochtone-au-canada-un-apport-economique-non-negligeable/>
- ¹⁵ Azmat et Bomal.
- ¹⁶ Azmat et Bomal.
- ¹⁷ Gouvernement de l'Ontario, Ministère du Travail, de l'Immigration, de la Formation et du Développement des compétences, « Politique écrite sur la déconnexion du travail », dernière mise à jour le 23 décembre 2023. <https://www.ontario.ca/fr/document/votre-guide-de-la-loi-sur-les-normes-demploi-0/politique-ecrite-deconnexion-travail>

BIBLIOGRAPHIE



- Alvarez, S.A. et Meyer, G.D. « Why Do Women Become Entrepreneurs? » *Frontiers of Entrepreneurship Research*, Wellesley, MA: Babson College, 1998.
- Amato, D. « L'entrepreneuriat autochtone au Canada : un apport économique non négligeable ». *Mes finances d'abord. Banque Royale*. 18 juin 2020. <https://www.rbcroyalbank.com/fr-ca/mes-finances-dabord/entreprises/etapes-de-la-vie-de-lentreprise/demarrage-dentreprise/lentrepreneuriat-autochtone-au-canada-un-apport-economique-non-negligeable/>
- Azmat, R. et Bomal, L-A. *Donner aux femmes les moyens de réussir en affaires : observations et recommandations*. Calgary : Fédération canadienne de l'entreprise indépendante, 2023. <https://www.cfib-fcei.ca/hubfs/research/reports/2023/2023-12-donner-aux-femmes-moyens-reussir-affaires-fr.pdf>
- Bédard-Maltais, P-O. « Comment la population canadienne perçoit-elle les propriétaires d'entreprise? » *Blogue BDC. BDC*. 2019. <https://www.bdc.ca/fr/articles-outils/blogue/comment-canadiens-percoivent-entrepreneurs>
- Bossé, J., Fair, R. et Johnston, C. *Analyse des entreprises appartenant majoritairement à des femmes, premier trimestre de 2023*. Ottawa : Statistique Canada, 2023. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11-621-m/11-621-m2023005-fra.htm>
- Conseil canadien pour l'entreprise autochtone et Affaires mondiales Canada. *Adàwe : Expériences d'exportation d'entrepreneurs autochtones*. Toronto : Auteurs, 2023. https://www.ccab.com/wp-content/uploads/2023/10/ccab-report_english_FINAL.pdf
- Association canadienne pour la santé mentale, Ontario. *Mental Health in the Workplace: An Accommodation Guide for Managers and Staff*. Toronto : Auteur, 2018. https://ontario.cmha.ca/wp-content/uploads/2018/10/CMHA_Mental-Health-Works-Guidebook-8.5-x11r.pdf
- Cukier, W., Mo, G. Y., Chavoushi, Z. H., Borova, B. et Osten, V. *État des lieux de l'entrepreneuriat féminin au Canada 2022*. Toronto : Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat, 2022. https://tpy.921.myftpupload.com/wp-content/uploads/2022/03/WEKH_State_of_Womens_Entrepreneurship_in_Canada_2022.pdf
- De Clercq, D., Kaciak, E., and Thongpapanl, N. (Tek). « Work-To-Family Conflict and Firm Performance of Women Entrepreneurs: Roles of Work-Related Emotional Exhaustion and Competitive Hostility. » *International Small Business Journal*, 40, n° 3 (2022): 364-384. <https://doi.org/10.1177/02662426211011405>
- Gouvernement du Canada. Femmes et Égalité des genres Canada. « Appels de propositions : À propos de ces appels de propositions. » Dernière mise à jour le 22 septembre 2023. <https://femmes-egalite-genres.canada.ca/fr/financement/programmes-financement/fonds-opportunités-economiques-leadership-renforcement-capacités-femmes/apropos.html>
- Gouvernement de l'Ontario. Ministère du Travail, de l'Immigration, de la Formation et du Développement des compétences. « Découvrez comment l'Ontario régleme les lésions psychologiques en milieu de travail. » La santé mentale en milieu de travail. Dernière mise à jour le 16 janvier 2024. <https://www.ontario.ca/fr/page/la-sante-mentale-en-milieu-de-travail>
- Gouvernement de l'Ontario. Ministère du Travail, de l'Immigration, de la Formation et du Développement des compétences. « Politique écrite sur la déconnexion du travail. » Dernière mise à jour le 23 décembre 2023. <https://www.ontario.ca/fr/document/votre-guide-de-la-loi-sur-les-normes-demploi-0/politique-ecrite-deconnexion-travail>
- Grekou, G. et Gueye, B. *Qui sont les hommes et les femmes qui deviennent propriétaires d'entreprise au Canada?* Ottawa : Statistique Canada, 2021. <https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/11f0019m/11f0019m2021002-fra.htm>

BIBLIOGRAPHIE



- Heidrick, T. et Johnson, S. *Financement des PME au Canada : Obstacles auxquels se heurtent les entrepreneurs des groupes des femmes, des jeunes, des Autochtones et des minorités qui cherchent à obtenir du capital – Phase 2 : Analyse de carence et recommandations en vue de recherches futures*. Ottawa : Industrie Canada, 2002. https://ised-isde.canada.ca/site/recherche-statistique-pme/sites/default/files/attachments/2022/Financement_des_PME_Ph2.pdf
- Hopkinson, G. et Aman, A. « Women Entrepreneurs: How Power Operates in Bottom of the Pyramid-Marketing Discourse. » *Marketing Theory*, 17, n° 3 (2017): 305-321. <https://doi.org/10.1177/1470593117704280>
- Jakobsh, K. et Boskov, S. *Briser les barrières : une décennie d'entrepreneuriat des femmes autochtones au Canada*. Toronto : Conseil canadien pour l'entreprise autochtone et Portail de connaissances pour les femmes en entrepreneuriat, décembre 2020. https://www.ccab.com/wp-content/uploads/2020/12/CCAB_Breaking-Barriers_English.pdf
- Kuckertz, A. « Standing Up Against Crisis-Induced Entrepreneurial Uncertainty: Fewer Teams, More Habitual Entrepreneurs. » *International Small Business Journal*, 39, n° 3 (2021): 191-201. <https://doi.org/10.1177/0266242621997782>
- Marron, J. « Venturing Out: Closing the Funding Gap for Female Entrepreneurs. » *Les innovateurs. Banque Royale*. 8 mars 2022. <https://thoughtleadership.rbc.com/venturing-out-closing-the-funding-gap-for-female-entrepreneurs/#:~:text=Disruptors-,Venturing%20Out%3A%20Closing%20the%20Funding%20Gap%20for%20Female%20Entrepreneurs,loses%20out%20on%20%24100%20billion>
- Moulding, N., Jarldorn, M., and Deuter, K. « What Do Young Women Want? Using a Qualitative Survey to Explore the Potential for Feminist-Informed Mental Health Peer Support. » *Qualitative Social Work*, 23, n° 2 (2024): 224-241. <https://doi.org/10.1177/14733250221131598>
- Oliver, A. G., Pfarrer, M. D. et Neville, F. « Grand Challenges and Female Leaders: An Exploration of Relational Leadership During the COVID-19 Pandemic », *Business & Society*, 0, n° 0. (2022), <https://doi.org/10.1177/00076503221141880>
- PARO Centre pour l'entreprise des femmes. « PARO Prosper Peer Lending Circles. » 2023. <https://paro.ca/fr/paro-circles/>
- PARO Centre pour l'entreprise des femmes. *She-Covery For Women's Enterprise: PARO's Business Transition Recovery Survey 2023*. Toronto : Auteur, avril 2023. <https://paro.ca/wp-content/uploads/2023/04/She-Covery-PARO-Apr.23-final.pdf>
- PARO Centre pour l'entreprise des femmes. Discussion en groupe sur la santé mentale de PARO. 19 janvier 2024. Thunder Bay, Ontario, Canada.
- Stephan, U., Zbierowski, P., Pérez-Luño, A., Wach, D., Wiklund, J., Alba Cabañas, M., Barki, E., et al. « Act or Wait-and-See? Adversity, Agility, and Entrepreneur Wellbeing across Countries during the COVID-19 Pandemic. » *Entrepreneurship Theory and Practice*, 47, n° 3 (2023): 682-723. <https://doi.org/10.1177/10422587221104820>
- UN Women. *Strengthening Support for Women Entrepreneurs in COVID-19 Response and Recovery: Advocacy Tool*. New York : Auteur, janvier 2021. https://www.weeps.org/sites/default/files/2021-01/Strengthening_Support_for_Women_Entrepreneurs_in_Covid19_Response_Recovery_Advocacy_Tool.pdf