

Femmes en affaires et maternité



Feuille de CONSEILS

Ce document a été produit par:



Ce projet est financé par:



Condition féminine
Canada

Status of Women
Canada

Conseils et suggestions

Pour les femmes entrepreneures qui prévoient avoir des enfants, enceintes ou avec des enfants.

Gestion des affaires et de la vie familiale

Un nombre croissant de femmes poursuivent l'entrepreneuriat. Comment faire pour gérer une entreprise et élever des enfants?

Voici quelques conseils et suggestions que nous avons recueillis grâce à la recherche, ainsi que des consultations avec les femmes entrepreneures qui ont partagé avec nous les choses qu'elles ont trouvées utiles pour diriger une entreprise et avoir des enfants en même temps.

Tel qu'indiqué par Maggie Lord dans son article *Guide sur le congé de maternité pour les entrepreneures*, « Le congé de maternité pour les entrepreneures n'est pas typique. Le cerveau ne se ferme jamais complètement et une entrepreneure prospère ne peut pas simplement oublier son entreprise. Mais il est possible de nourrir les deux à la fois avec un peu de planification, de prévoyance et une équipe en qui vous avez confiance ».

1. Planifiez

Une fois que vous devenez enceinte, envisager d'utiliser ces neuf mois pour planifier le temps après l'arrivée du bébé, ainsi que les semaines ou les mois que vous pourriez envisager de partir de votre travail. Énumérer les tâches quotidiennes que les gens dans votre vie (personnelle et de travail) devront prendre et lentement commencer à transférer la responsabilité de ces tâches à ces personnes. Cela vous permettra de répondre à des questions et de mettre en place tous les détails des nouvelles tâches avant l'arrivée du bébé, ce qui vous aidera à maximiser votre temps avec votre bébé.

2. Votre grossesse : une gestion de projet

Comme écrit par Lisa Evans, dans son article « Comment gérer une grossesse et une entreprise », traitez une grossesse comme vous le feriez avec tout autre projet à grande échelle. Prenez un regard critique sur l'équipe de votre entreprise et décidez qui pourrait être en mesure de prendre des tâches que vous ne pourrez pas faire ou que vous ne voudrez pas nécessairement effectuer quand votre bébé arrivera.

3. Déléguez autant que possible

Cela peut être difficile pour une entrepreneure, si vous dirigez une grande ou petite entreprise. Mais si vous prenez du temps libre, alors quelqu'un d'autre devra prendre soin de l'entreprise pendant que vous êtes absente. Si vous avez un grand nombre d'employés, vous pouvez répartir les tâches à travers de nombreuses personnes dans l'équipe. Si vous avez un plus petit groupe, demandez à chacun d'eux ce qu'ils pourraient faire. Comme le dit Maggie Lord : « En prime, vous découvrirez peut-être des talents et des compétences encore inconnues parmi vos collègues qui aideront votre entreprise à long terme ».

4. Soyez flexible

Comme tout parent le sait, être flexible est essentiel. Vous ne savez jamais quel genre de grossesse vous aurez, et vous ne savez jamais combien votre nouveau-né dormira. Vous aurez besoin de planifier des choses selon votre grossesse et votre bébé. Prévoyez ce que vous aurez besoin de faire différemment, et comment votre temps disponible changera. Commencez à ajuster votre horaire avant l'arrivée du bébé, ce qui aidera également les autres personnes connectées à votre entreprise à s'adapter, y compris vos employés, vos clients et vos fournisseurs.

5. Évitez de faire d'autres changements importants

Autant que possible, évitez d'entreprendre de grands changements au sein de votre entreprise en ce moment. Avoir un nouvel enfant est un grand changement en soi, donc même si vous êtes impatient de développer ou de prendre de nouvelles directions d'affaires, il peut être préférable d'attendre jusqu'à ce que les choses soient plus stables après l'arrivée d'un nouvel enfant. Même simplifier vos projets un peu pourrait vous aider. De cette façon, lorsque vous êtes prête à revenir à votre entreprise et à y donner toute votre attention, vous serez bien reposée et plus prête pour reprendre vos plans d'affaires.

6. Établissez des temps de communication

Comme Maggie Lord a expliqué dans son article, « Un guide sur le congé de maternité pour les entrepreneurs », il est important d'éviter de répondre au téléphone, ou de faire des courriels toutes les heures de la journée ou la nuit. Pourtant, puisque la plupart des entrepreneurs ne veulent pas se sentir hors de la boucle, elle recommande de consacrer des temps précis pour vérifier la correspondance ou de prendre des appels et d'éteindre votre courriel et le téléphone à d'autres moments. Comme elle le dit, « Ce serait formidable d'être absent à l'île bébé pendant 12 semaines, mais pour les entrepreneures et les propriétaires d'entreprise, un congé de maternité traditionnel et non rémunéré n'est généralement

pas possible. » Et laissez les gens savoir quand vous vérifierez vos affaires (par exemple, que vous regarderez le courrier électronique trois fois par semaine à 16 heures). De cette façon, ils savent qu'il pourrait y avoir un délai, mais qu'ils seront entendus. Utilisez le reste du temps pour vous concentrer sur votre santé et votre bébé.

7. Dormez autant que vous le pouvez

Demandez à tous nouveaux parents et ils diront probablement qu'ils ne reçoivent pas assez de sommeil. En même temps, il est courant pour les entrepreneurs de penser à essayer de travailler chaque fois que le bébé dort. Le résultat? La privation de sommeil, et vous êtes susceptible d'être moins productif que vous le pensez. Il est préférable d'essayer de dormir lorsque votre bébé dort. Faites des siestes autant que possible, et si vous essayez de faire un peu de travail, essayez de le faire quand vous vous sentez moins fatigué.

8. Accédez aux programmes et services de soutien dans la mesure du possible :

Il existe des programmes et des services auxquels les travailleurs indépendants peuvent s'adresser pour obtenir un certain soutien, notamment :

- Assurance-emploi (AE) « Prestations spéciales » :
 - ✓ Pour les personnes qui sont travailleurs autonomes (comme les propriétaires d'entreprises) et qui ont choisi de s'inscrire à ces prestations. C'est le choix du propriétaire d'entreprise s'il ou elle veut s'inscrire ou non ; c'est complètement optionnel.
 - ✓ Si une personne choisit de s'inscrire, elle paiera des primes régulières, et sera alors admissible aux prestations de maternité/parentales si elle a un nouvel enfant (naissance ou adoption). Elle sera également admissible à d'autres types de prestations, comme les congés de maladie.
 - ✓ Cependant, une personne DOIT attendre au moins 12 mois après la confirmation de l'inscription AVANT qu'elle soit admissible à recevoir des prestations. (Par conséquent, si une femme est déjà enceinte, il est normalement trop tard pour se qualifier pour des prestations de maternité quand le bébé arrivera). Normalement, une femme devrait décider de se joindre au programme AVANT qu'elle tombe enceinte.
 - ✓ Pour de plus amples renseignements sur ces options de prestations d'assurance-emploi, veuillez consulter le site Web suivant :

<https://www.canada.ca/fr/services/prestations/ae/assurance-emploi-sb-autonomes.html>

NOTE : Il est important que toute personne s'inscrivant à un programme d'AE contacte directement un représentant officiel de l'AE afin de s'assurer que tous les détails soient clarifiés. (Ce document n'est pas un document officiel du gouvernement et ne comprend que des renseignements sommaires.)

- L'Association des CBDC du Nouveau-Brunswick – « Initiative Femme en affaires »(IFA) :
 - ✓ Il y a quatre agentes de développement qui travaillent spécifiquement avec des femmes propriétaires d'entreprises, offrant un soutien individuel aux femmes vivant dans les régions rurales et urbaines du Nouveau-Brunswick.
 - ✓ Elles peuvent vous fournir de nombreuses ressources, de la formation et des possibilités de réseautage, toutes conçues pour augmenter les chances de succès de l'entreprise.
 - ✓ Comme mentionné sur le site Web de l'Initiative, « les femmes sont le nouveau visage de l'entrepreneuriat et une force florissante dans l'économie du Nouveau-Brunswick », et l'Initiative a été conçue pour améliorer la planification et la croissance des affaires.

- ✓ L'Initiative est offerte grâce au soutien financier de l'Agence de promotion économique du Canada atlantique (APECA). Vous trouverez de plus amples renseignements à l'adresse suivante : <http://www.wbnb-fanb.ca>
- Votre agent de prêt :
 - ✓ La personne avec qui vous travaillez à votre banque ou autre organisation de prêt peut également être une excellente ressource pour plus d'informations. Planifiez une rencontre avec eux - ils pourraient être en mesure de vous référer à d'autres programmes ou services, ou avoir des conseils différents et des stratégies à suggérer.

Références :

Une partie du contenu de ce document a bénéficié des ressources suivantes :

GAIL VAX-OXLADE, MONEY MAKES SENSE. (SEPTEMBER 2012) The facts on self-employed maternity leave. <http://www.moneysense.ca/columns/the-facts-on-self-employed-maternity-leave/>

MAGGIE LORD, ENTREPRENEUR.COM. (OCTOBER 2014) A Guide to Maternity Leave for Entrepreneurs. <https://www.entrepreneur.com/article/237957>

LISA EVANS, ENTREPRENEUR.COM. (OCTOBER 2013) How to Manage a Pregnancy and a Business <https://www.entrepreneur.com/article/228754>

GOVERNMENT OF CANADA. EI Special Benefits for Self-Employed People. <https://www.canada.ca/en/services/benefits/ei/ei-self-employed-workers/apply.html>

NB ASSOCIATION OF CBDCs. Women In Business Initiative. <http://www.wbnb-fanb.ca>