

Petites entreprises

Réussir.... Mais à quel prix pour les entrepreneuses ?



Une publication
de l'asbl
Question Santé

« Je n'ai toujours pas entendu d'hommes demander des conseils sur la manière d'allier le travail et la vie de famille. »

« Le premier problème pour nous tous, hommes et femmes, n'est pas d'apprendre, mais de désapprendre. Nous sommes remplis de la sagesse populaire de plusieurs siècles passés, et nous sommes terrifiés à l'idée d'y renoncer. »

[Citations de Gloria Steinem, féministe, journaliste, activiste politique américaine]

Réalisation Question Santé asbl
Texte Anoutcha Lualaba Lekede/Question Santé
Graphisme Carine Simon/Question Santé
Remerciements à Sara* (coiffeuse), Emilie Hawlena (chargée du programme *WomenLab* chez Groupe One), Elodie* (entrepreneuse, et en formation à *WomenLab*), Océane* (future entrepreneuse, et en formation à *WomenLab*), Jade* (gérante d'une friperie), Débora* (formatrice en gestion de projets) Lilwenn* (graphiste, illustratrice et peintre), mes collègues du projet 7 Jours Santé : Valérie Decruyenaere, chargée de projets et Mathieu Seron, Michel Kaisin, collaborateurs extérieurs. Et, bien sûr, merci, merci encore à mes collègues, complices de toujours.

(*) Toutes les entrepreneuses sont présentées sous un prénom d'emprunt.

Cette publication parle des entrepreneuses et, dans ce cadre, seules quelques-unes d'entre elles ont été rencontrées. Cette brochure n'est ni une étude ni une recherche universitaire, ce qui veut dire que les entrepreneuses rencontrées ne sont pas représentatives de l'ensemble des entrepreneuses belges ou d'entrepreneuses exerçant leurs activités en Belgique. Elles ne sont pas représentatives non plus de tous les modèles de couples et de familles existant aujourd'hui.

Avec le soutien de la Fédération Wallonie-Bruxelles
Editeur responsable Bernard Guillemin – 51, rue du Poinçon – 1000 Bruxelles
D/2025/3543/2

A qui, à quoi pensez-vous si on vous dit « entrepreneuses » ?

Fin mars 2025, s'est tenu à Puurs, près d'Anvers, le SuperNova Festival, un évènement européen, consacré à la technologie et à l'innovation, rassemblant des entrepreneurs technologiques, des investisseurs et des entreprises innovantes. L'édition 2025 a accueilli de nombreuses personnalités dont Oprah Winfrey, célèbre animatrice, productrice et femme d'affaires américaine. A côté de cette dernière, il y avait également des personnalités de l'entrepreneuriat belge, tels que Marc Coucke et Daan De Wever, CEO du groupe Dstny¹.

Une entrepreneuse américaine... Cependant en Belgique, il doit bien y avoir aussi quelques grands noms de l'entrepreneuriat féminin, non ? Des noms ne vous viennent pas en tête ?

En 2022, *Flair*, un magazine féminin belge, avait consacré un de ses articles à trois jeunes femmes qui s'étaient vu décerner un prix par une maison productrice d'une vénérable marque de champagne. Les gagnantes de la Bold Woman Award 2022 étaient²:

- Amélie Matton – ingénieure commerciale, spécialisée en environnement et en commerce international –, qui a mis au point un concept belge innovant et unique au monde, qui consiste en la conception, la fabrication et la commercialisation de machines spécifiques dédiées au traitement et au recyclage des déchets médicaux infectieux.
- Florence Derk et Diane van Impe, co-fondatrices de *Demain Art*, une plateforme de vente numérique pour les artistes émergents, vivant et travaillant en Belgique et ne bénéficiant pas encore du soutien d'une galerie. Une manière pour elles de contribuer à dynamiser la scène artistique locale.

A l'instar de *Flair*, les médias mettent régulièrement en avant les entrepreneuses qui se démarquent en raison d'une idée, d'un service, d'un produit, d'un concept novateur... Certains considèrent ainsi l'entrepreneuriat comme l'activité que lance une visionnaire, une personne qui vient avec un concept assez novateur. Toutefois, ces exemples d'entrepreneurs et entrepreneuses – « extraordinaires » – peuvent faire oublier qu'autour de nous il existe de nombreux entrepreneurs, a fortiori des entrepreneuses. Dans nos quartiers, nos villes, nos villages, des femmes ne sont-elles pas à la tête de petites entreprises ? N'y proposent-elles pas différents produits ou services ?

Qui sont ces entrepreneuses
largement invisibilisées ?

Loin des images et représentations assez courantes de réussites entrepreneuriales, généralement lancer sa propre activité est loin d'être une balade de santé : comment les femmes s'y prennent-elles ? Une meilleure conciliation vie privée-vie professionnelle est une des raisons souvent évoquées pour expliquer le choix de devenir entrepreneuse.

Les entrepreneuses arrivent-elles à mieux concilier
vie privée-professionnelle que les salariées par exemple ?

Comment prennent-elles soin d'elles, soin de leur santé ?

Notre société aide-t-elle suffisamment
les femmes qui veulent être/devenir leur propre patronne ?

Collectivement, pouvons-nous
faire plus ou mieux pour elles ?

Arrêt sur *image* des entrepreneuses : *quelques chiffres*

Selon le site du Service Public Fédéral Economie, en 2023, il y avait 454.874 indépendantes et aidantes actives³ sur un total de 1.279.170 indépendants et aidants en Belgique. Les femmes représentent environ 36% des travailleurs indépendants et aidants : un peu plus d'un indépendant sur trois est donc une femme en Belgique. 428.322 étaient actives en tant qu'indépendantes (94,2%) et 26.552 en tant qu'aidantes (5,8%)⁴.

En 2023, la Belgique a compté 8.799 femmes indépendantes et aidantes de plus que l'année 2022.

« La croissance du nombre de femmes indépendantes a été proportionnellement plus forte que la croissance du nombre d'hommes indépendants (+2% chez les femmes contre +1,6% chez les hommes). Cependant, en valeur absolue, la croissance reste plus forte chez les hommes (+13.015).⁵ » La même tendance à la hausse plus importante chez les femmes a également été observée lors les années précédentes. En 2023, les femmes représentaient 35,6 % des entrepreneuses.

Sur la même période, on observe en revanche une baisse du nombre aidants, qu'ils soient hommes ou femmes.

En parallèle, la croissance des indépendants masculins s'élève à +1,8% (+14.377).

Quel âge ?

Sur le site du SPF Economie, on peut encore lire qu'en 2023, un quart des femmes exerçant une activité indépendante, y compris celles occupant des fonctions d'aidantes, sont âgées de 40 à 50 ans. Les tranches d'âges « 30 à 40 ans » et « 50 à 60 ans » représentent chacune environ 23 à 24% de cette population.

« Globalement, près de 85 % des femmes indépendantes en activité ont moins de 60 ans, comparativement à environ 80 % chez les hommes. En 2023, l'INASTI⁶ a recensé deux indépendants âgés de moins de 18 ans.⁷»

Indépendante ou aidante active à titre principal ou à titre complémentaire ?

Toujours selon le SPF Economie, la majorité des entrepreneuses indépendantes ou aidantes sont actives à titre principal. Toutefois, si l'on doit comparer avec les indépendants de genre masculin, les indépendantes sont proportionnellement plus nombreuses dans la catégorie des indépendants actifs à titre complémentaire.

2023		
	F E M M E S	H O M M E S
Exercice de l'activité à titre principal	59,5%	64%
Exercice de l'activité à titre complémentaire	32,1%	22,6%
Exercice de l'activité après l'âge de la pension	8,4%	13,3%

Dans quelles activités et quels secteurs
retrouve-t-on les entrepreneuses ?

L'entrepreneuriat féminin : une histoire qui s'inscrit dans un contexte

Avant d'aborder la question des secteurs d'activités que choisissent les entrepreneuses, il est peut-être important de faire un petit retour sur l'histoire pour essayer de mieux comprendre ce qu'est l'entrepreneuriat féminin actuellement.

Dans les représentations collectives, on pense que l'entrepreneuriat est d'abord une affaire d'hommes... Mais ceci est peut-être un résumé fort succinct et qui peut induire en erreur en faisant croire que, lors des siècles précédents, les femmes ne travaillaient pas en-dehors de leurs foyers.

Continuer à croire ou à penser que les femmes se sont uniquement occupées de leur intérieur et de leur famille, c'est oublier que, pendant longtemps, la part tenue par les femmes dans l'histoire a toujours été minimisée, voire niée. Cette façon de faire a largement participé à l'invisibilisation des femmes, de leurs nombreuses contributions dans différents domaines, de leurs rôles dans l'Histoire. Les travaux de l'historienne canadienne Béatrice Craig par exemple sont à cet égard assez parlant. Depuis la fin du Moyen Age, « elles étaient considérées comme inférieures, physiquement faibles, moins et moins rationnelles. Les lois civiles comme religieuses en faisaient des être subordonnés. Il leur était difficile d'exercer une activité commerciale indépendante de leur père ou mari d'autant qu'elles étaient défavorisées par les héritages. Cependant ces affirmations seraient à nuancer selon les régions⁸ ».

Grâce aux travaux de Béatrice Craig, on apprend ainsi que par rapport aux trois siècles du monde préindustriel (avant le XIXe siècle), il y a un recul des activités féminines par rapport au Moyen Age. Les travailleuses de la soie parisienne par exemple n'existaient plus en 1500 ; les corporations féminines de Cologne ont disparu au cours du XVI^e siècle. L'historienne montre aussi que si la position légale des femmes semble se détériorer en France à l'époque moderne, leur place dans le monde des affaires augmente. « Elle appuie son raisonnement sur divers exemples

de l'histoire des corporations (Allemagne du Sud, France, Angleterre, Pays-Bas). Elle décrit notamment la corporation française des lingères et les conséquences de l'ouverture des marchés avec l'expansion mondiale. Son étude porte jusqu'au XVIII^e siècle où le poids des corporations décline, ce qui favorisa l'artisanat féminin (couturières, féminisation des *milliners* anglais) et élargit sa description à l'Espagne et à la Scandinavie.⁹ »

Nous ne retracerons pas ici l'entièreté de l'histoire économique des femmes. A l'époque moderne, les femmes ont donc continué à travailler et, en même temps à s'émanciper. Puis, est arrivé le travail par nécessité et non par envie. Dans les années 1990, période difficile¹⁰ marquée par des crises et des incertitudes, on voit se développer « l'entrepreneuriat de nécessité ». On l'appelle ainsi parce que c'est la piste qui est envisagée quand il n'y a plus d'autres pistes d'accès à un emploi. Mathieu Seron, consultant externe du programme 7 Jours Santé, mené par l'association Question Santé :

« Il s'agit également de la piste que choisissent des personnes qui se sont épuisées au travail en tant qu'employés et qui ne veulent plus l'être. Elles n'ont d'autre choix que de créer leur propre emploi. Mais elles n'ont pas forcément la posture entrepreneuriale ou l'envie-même de s'auto-gérer. C'est à ce moment-là qu'on voit éclore toutes les structures d'accompagnement pour les entrepreneurs, parce que l'entrepreneuriat de nécessité a commencé à émerger en parallèle. »

Si dans le contexte de l'époque des hommes et des femmes font le choix de se lancer dans une activité comme indépendantes, il apparaît que ce sont majoritairement les femmes que l'on retrouve dans les structures d'accompagnement :

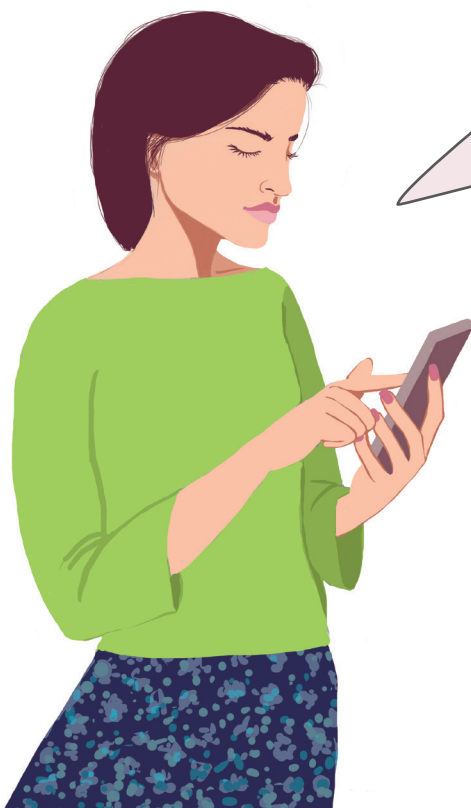
« D'un point de vue statistique, il y a toujours eu plus ou moins 80% de femmes dans les structures d'accompagnement et très peu d'hommes, poursuit Mathieu Seron. Cependant, cela commence à s'équilibrer un peu plus. Il faut aussi se rendre compte qu'en vingt ans, l'entrepreneuriat féminin est devenu quelque chose d'énorme. Comparés aux entrepreneuses ou futures entrepreneuses, les hommes se font moins accompagner, mais exercent comme entrepreneurs depuis très longtemps. »

Quelles activités pour les entrepreneuses

Le quotidien d'information *L'Echo*, centré sur l'actualité économique et internationale, a apporté un début de réponse dans un des articles parus en mars 2024 :

« L'entrepreneuriat féminin évolue positivement, **mais les femmes restent encore souvent focalisées sur certaines activités, avec moins de personnel et de responsabilités¹¹** ».

L'article rappelait aussi qu'« outre le fait que les entrepreneuses restent minoritaires, elles sont en général à la tête d'entreprises de plus petite taille, avec moins de salariés¹² ».



*Mon planning pour demain jeudi ?
8h30 : arrivée espace co-working
9h : réunion visio avec asbl Les Graines de l'Espoir - 10h30 : rencontre avec comptable - 12h : déjeuner avec Maman (Report semaine prochaine)
12h30 - 14h : finalisation présentation PowerPoint/intervention Haute école Jean Ray vendredi - 15h : Actualisation pages site internet - 17h30 : kiné enfant - 19h-21h : Webinaire « Calculer le juste prix ? »*

Beaucoup de femmes lancent une activité **dans les services** : il s'agit du seul secteur où elles sont majoritaires (58%). Elles sont également bien représentées **dans les professions libérales** puisqu'elles représentent 43% des kinésithérapeutes, architectes et notaires.

« Le nombre d'indépendantes dans les professions libérales a progressé de 36% depuis 2016 (+27% chez les hommes).¹³»

Dans le commerce, les femmes représentent 36% des entrepreneurs indépendants.

Dans l'industrie, la proportion de femmes est peu importante puisqu'elles ne représentent que 16,4% des entrepreneurs qui y travaillent.

Ces informations peuvent être complétées par celles qui sont données sur le site belge des statistiques. On peut y lire que **les entrepreneuses sont plus fortement représentées dans le secteur de la santé**. Et les secteurs qui les attirent le plus sont :

- La santé humaine et l'action sociale (21%)
- Les activités spécialisées, scientifiques et techniques (18%)
- Autres activités de services (15%)
- Le commerce, la réparation d'automobiles et de motocycles (14%)

« Le secteur de la santé est le seul secteur où les femmes sont majoritaires avec 61% des entrepreneurs indépendants. Les deux autres secteurs les plus 'féminins' sont les autres activités de services (47%) et l'enseignement (45%)¹⁴. De l'autre côté du spectre, la présence féminine descend jusqu'à 7% dans la construction et 13% dans le secteur du transport et entreposage.¹⁵»

Pourquoi s'intéresser davantage
à la santé des entrepreneurs féminins
que masculins ?

Ce qu'en dit le programme 7 Jours Santé



« La société cultive l'image d'un entrepreneur 'winner' et dynamique, mobilisant tous ses efforts dans le développement de son entreprise. La plupart des entrepreneurs, lorsqu'ils lancent ou développent leur entreprise, entrent dans une démarche volontariste et n'envisagent que le succès. »

« Santé et entreprise », sur : <https://www.7jsante/thematiques/sante-et-entreprise/>

Pressé par l'objectif de résultats à court terme, les entrepreneurs ont tendance à reléguer leur santé au second plan et négligent les facteurs susceptibles de l'influencer tels que : l'alimentation, le sommeil, l'activité physique, la gestion du stress, les modes de déplacement, l'équilibre vie privée/vie professionnelle.

Cette façon de faire comporte des risques tant pour l'entrepreneur lui-même que pour la pérennité de son entreprise.

Un projet dédié à la santé des entrepreneurs

Partant de ce constat et du principe que « la santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité », Question Santé crée en 2012 le projet-pilote « Santé et Entreprises ». En cohérence avec la loi de 1996, il vise à compléter l'action des organismes chargés du bien-être au travail. Ses pôles stratégiques échappent en effet à ceux pris en charge par les structures internes à l'entreprise (sécurité et hygiène, protection de la santé des travailleurs...), car il s'appuie essentiellement sur les habitudes de vie individuelles et l'équilibre vie/travail : « Les habitudes de vie ont une influence sur la santé : on mange, on bouge, on est soumis au





stress, on peut avoir tendance à consommer du tabac, des psychotropes... tant dans sa vie privée que professionnelle. »

Le projet sera ensuite rebaptisé '7 Jours Santé', en référence aux semaines souvent « extensibles » des entrepreneurs et de la vigilance que ce train de vie impose en matière de prévention-santé. Aujourd'hui, 7 Jours Santé est devenu le principal pôle bruxellois dédié à la santé des entrepreneurs.

Pour en savoir plus : <https://questionsante.org/nos-projets-et-programmes/promotion-de-la-sante/7-jours-sante/>

Est-ce à dire qu'**entreprendre n'est pas bon pour la santé** ?

D'après un rapport de recherche sur les petits commerces bruxellois : « Un indépendant sur deux considère que son travail a un impact négatif sur sa santé.¹⁶ »

La prévention en matière de santé demeure le point noir des dirigeants d'entreprise. Les indépendants qui travaillent seuls échappent à la législation sur le bien-être au travail du 4 août 1996, visant à protéger la santé au travail et donc aussi la pérennité des entreprises. En effet, cette législation ne s'applique qu'au sein des entreprises comptant au moins un employé, ce qui prive les entrepreneurs indépendants d'un ensemble d'obligations et d'outils de prévention.

Les entrepreneurs reconnaissent le lien entre santé et vie professionnelle, c'est ce qui ressort de plusieurs enquêtes et sondages menés en Belgique. Pourtant, peu d'entrepreneurs en tiennent compte au quotidien.

Selon le rapport évoqué plus haut :

- 37% des petits patrons travaillent plus de 60 heures par semaine.
- 60% ne pratiquent pas une activité sportive régulière.
- 20% dorment moins de 6 heures par nuit.
- 20% présentent des signes précurseurs de burn-out.

Selon l'enquête « Stress et santé des indépendants. Quelles réalités, quelles solutions ? », réalisée par l'ULg¹⁷ :

- 74 % se disent fatigués.
- 29 % consomment de l'alcool pour tenir le coup.
- 24 % ne prennent pas plus de 10 jours de congé par an.
- 18 % travaillent 7 jours sur 7.

Parallèlement :

- 67 % se perçoivent en très bonne ou bonne santé.
- 64 % disent n'être confrontés ni à la dépression, ni à l'anxiété.

L'équation de la santé des entrepreneurs est ambivalente : d'une part, les fonctions d'entrepreneur les exposent à **une forte pression au travail** et à **des charges mentales élevées**. De l'autre, la liberté décisionnelle, la motivation, la passion et le désir d'innovation qui les ont poussés à entreprendre leur procurent de hauts niveaux de satisfaction professionnelle, ce qui est susceptible de les protéger - pour autant qu'ils ne se sentent pas invulnérables.

Entreprendre n'est pas une activité aisée pour tous. Dès lors...

*Pourquoi appeler à se pencher davantage
sur le cas des entrepreneuses ?*

Des *difficultés* spécifiques pour les *entrepreneuses*

D'année en année, les femmes sont un peu plus nombreuses à se lancer dans l'aventure entrepreneuriale. Cependant, cette évolution positive ne peut cacher que **des obstacles existent**.

L'accès au financement par exemple « reste un défi majeur pour de nombreuses entrepreneuses. Les femmes entrepreneuses sont souvent confrontées à des biais (*ndlr* : préjugés) inconscients de la part des investisseurs ou des institutions financières, qui les considèrent comme moins fiables ou moins ambitieuses que leurs homologues masculins¹⁸ ».

Selon le SFP Economie, **la proportion de crédits acceptés est légèrement plus basse pour les entrepreneuses, par rapport aux entrepreneurs**. « Le montant médian des crédits octroyés est également plus bas pour les entrepreneuses (26.500 euros) que pour les hommes entrepreneurs (31.253 euros). »¹⁹

L'équilibre vie professionnelle-vie privée constitue une autre difficulté. Si cette dernière est partagée par les entrepreneurs des deux sexes, les femmes sont plus impactées « en raison des attentes sociétales liées à leur rôle dans la famille²⁰ ».

Ainsi en est-il de **la répartition des responsabilités liées à la prise en charge des enfants qui reste inégale** : la prise en charge des enfants **reste majoritairement une affaire de femmes**. Être entrepreneuse et être gestionnaire du foyer « peut freiner l'évolution de leur activité et les mener à revoir leurs ambitions professionnelles à la baisse²¹ ».

Dans son mémorandum paru quelques jours avant les élections du 9 juin dernier pour sensibiliser le monde politique à l'importance de l'entrepreneuriat féminin, le réseau d'affaires féminin d'UCM (Union des Classes Moyennes), *Diane*, pointait aussi **le manque de rôles modèles**.

« C'est-à-dire de femmes inspirantes, issues de tous les secteurs, qui pourraient éveiller des vocations. Un manque criant chez les femmes entrepreneures à qui l'on présente souvent les mêmes profils de réussite. 'Quand on parle de rôle modèle, c'est super intéressant, mais on ne doit pas toujours prendre des 'stars' qu'on voit constamment à la télévision des nanas comme il n'y en a pas cinquante en Belgique. Monsieur et madame Tout-le-monde développent aussi des activités qui sont extrêmement captivantes. C'est eux qu'on doit mettre en avant', pointe Sophie Legrand, chef de projet du réseau. Ce travail, Diane l'a intégré dans son quotidien via la réalisation de portraits ou la tenue d'un annuaire sur son site internet. »²²

Se faire payer (correctement), pas facile pour les femmes ?

Tel est le constat de nombreux spécialistes de l'entrepreneuriat féminin. Emilie Hawlena, chargée du programme *WomenLab* chez Groupe One, une structure qui développe son expertise en entrepreneuriat durable depuis plus de 25 ans et qui accompagne les femmes qui veulent entreprendre à travers son programme *WomenLab*, ne dit pas autre chose.

« C'est **une des raisons pour lesquelles une partie des projets des femmes ne tient pas dans le temps**, il y a un manque d'éducation financière. En réalité, il y a **un manque cruel d'éducation financière tant chez les hommes que les femmes**. Pour la Belgique et la France, on estime qu'environ 15% de la population ont reçu une éducation financière et ce, principalement, dans les familles. Evidemment, dans le cadre d'une entreprise, ces notions sont, malheureusement, souvent mises de côté par les femmes. La question du 'juste

prix, la valorisation de '*mes services*' et de '*mes produits*', la rentabilité, la croissance, ce sont des notions avec lesquelles, les femmes ne sont pas à l'aise. »

Pourquoi ne sont-elles pas à l'aise avec ces notions ?

Pour Emilie Hawlena, cela doit être lié à l'inconscient collectif au sein de notre société. En effet, il n'y a pas si longtemps que les femmes peuvent gagner leur vie (*), avoir un compte en banque (**).

« Cela doit faire depuis quoi ? Une septantaine d'années pour les rémunérations et presque cinquante ans pour un compte bancaire ?... Gagner de l'argent n'a pas vraiment été inscrit dans les gènes des femmes. De plus, ces dernières ont un peu été modelé dans cette croyance que la femme est là pour donner : elle donne la vie, elle allaite, elle donne le soin aux enfants, à la famille. Les femmes sont dans le *care*, dans l'attention aux autres : ce sont toutes des choses qu'elles font gracieusement. Donc, dès qu'une femmes commence à valoriser ses services ou à mettre un prix sur ses services, c'est comme si quelque part elle se dénaturait. C'est ma perception des choses et c'est ce que j'observe auprès des femmes qui sont dans l'industrie du service. Dans l'industrie du produit en revanche, il y a quelque chose de tangible. Vous avez de la matière première, de la valeur ajoutée, etc. : donc, c'est déjà plus crédible, plus cohérent de mettre un prix. »

(*) Depuis 1957, la loi indique que les femmes et les hommes devraient être rémunérés autant les uns que les autres. Pour en savoir plus : « Les femmes gagnent encore toujours 10,2% en moins que leurs collègues masculins » (31/12/2013), sur : <https://www.jobat.be/fr/art/les-femmes-gagnent-encore-toujours-102-en-moins-que-leurs-collegues-masculins>.

(**) « En 1976, il y a une réforme des régimes matrimoniaux qui rend effective la suppression de la puissance maritale. Toutes les femmes peuvent par exemple désormais ouvrir un compte sans l'autorisation du mari » : extrait de « Hier encore, le combat des femmes : des acquis si récents » (02/03/20), sur : <https://www.rtbef.be/article/hier-encore-le-combat-des-femmes-des-acquis-si-recents-10435651>.

Mêmes difficultés chez les indépendantes dans les professions libérales

« Quand on regarde les professions libérales, un homme avocat touche plus qu'une femme avocate. Pourquoi ? Car la nana va consacrer plus de temps à sa famille ou à ses enfants ? C'est possible, mais ça n'a pas encore été assez observé pour le confirmer. Ce que je constate sur le terrain, c'est qu'il y a énormément d'avocates qui viennent pour des ateliers sur la relation à l'argent. Beaucoup d'entre elles sous-facturent car elles sont dans l'empathie, même quand elles sont en difficulté financière. Pourtant ce sont des femmes avec un niveau d'études assez élevé, mais elles n'arrivent pas à facturer leurs prestations à leur juste valeur, analyse Sophie Legrand, chef de projet du réseau Diane (UCM). Ce manque de légitimité, encore associé dans le cadre du financement à des biais persistants au sein des institutions financières. A profil égal, les femmes bénéficieront d'un taux d'intérêt 0,5% supérieur à celui des hommes. On leur demandera parallèlement des garanties supplémentaires à hauteur de 5%. »

Extrait de : « Femme entrepreneure, un (beau) chemin semé d'embûches » (12/06/24), sur : <https://www.ucmmagazine.be/dossiers/femme-entrepreneure-beau-chemin-seme-dembuches/>.

Nous reviendrons sur les difficultés – oui, parce qu'il y en a encore ! – plus loin.

Si les questions financières demeurent difficiles comme cela a été dit précédemment : les entrepreneuses ont des valeurs ; elles ont envie de porter leur « pierre à l'édifice » économique ; elles ont envie d'avoir un impact autour d'elles...

Pourquoi les femmes veulent-elles
devenir entrepreneuses, indépendantes ?

Pourquoi vouloir être sa propre patronne ?

Elodie, entrepreneuse depuis cinq ans :

« Ce qui me vient en premier à l'esprit, **c'est la notion de liberté. La liberté de pouvoir organiser mon temps entre vie de famille et vie professionnelle comme je le souhaite.** Même si finalement quand on devient entrepreneuse, on se rend compte qu'on travaille beaucoup, beaucoup plus que quand on était salariée. Mais c'est différent parce qu'**on travaille pour soi, on vit son rêve, on investit en soi, c'est donc une énergie complètement différente.** Elle est beaucoup **plus forte**, elle est beaucoup **plus excitante** aussi. Ceci explique que j'ai toujours envie d'entreprendre. C'est aussi la liberté de pouvoir faire exister dans son esprit tout un tas d'idées, tout un tas de projets et de ne pas se limiter, même si on ne va pas tous les réaliser. »

Océane, future entrepreneuse :

« **Je suis avocate** et j'ai commencé l'aventure du barreau, il y a quelques années déjà. Donc j'étais déjà indépendante, mais c'est un autre type d'indépendante puisque je travaillais essentiellement avec un seul client qui était à la base mon maître de stage (...) Pendant mon stage, je suis tombée enceinte et j'ai eu un premier enfant. A la fin de ce stage, j'en ai eu un deuxième : **en seize mois, j'ai eu deux petites filles.** Mon équilibre personnel, en tout cas **l'équilibre vie privée-vie professionnelles a été sacrément chamboulé.** Petit à petit, j'ai commencé à éprouver des périodes d'anxiété avec de très jeunes enfants, très proches en âge. Les gérer et en même temps travailler et rendre des comptes à quelqu'un, cela devenait de plus en plus compliqué. »

« Je me suis mise indépendante pour mieux concilier vie professionnelle et vie privée. J'ai lancé mon activité d'indépendante dans l'alimentation voilà un an. C'est un projet dont je rêvais depuis longtemps et c'est super motivant. Mais je travaille tout autant que lorsque j'étais salariée, voire plus parce que presque tous les soirs, je dois encore travailler deux, trois heures après avoir mis mes enfants de 5 et 7 ans au lit. Je n'ai pas encore réussi à passer plus de temps avec eux... »



A l'époque, le compagnon d'Océane était beaucoup moins présent dans la gestion des enfants. En rencontrant des soucis de santé, Océane s'est rendu compte qu'elle ne prenait pas soin d'elle et de sa santé.

« J'ai dû remettre l'église au milieu du village. Du coup, mon compagnon a été beaucoup plus impliqué pour les enfants et m'a permis de me dire : 'Ecoute, si tu n'es pas heureuse...'. Parce que **je me rendais compte que je n'étais pas heureuse en tant qu'avocate** : c'était un peu quelque chose qu'on m'avait martelé depuis que je suis petite : 'Tu vas être avocate !' En réalité, je ne m'épanouissais pas là-dedans. Heureusement que mon compagnon a été présent et me disait : 'Lance toi dans un nouveau projet : qu'est-ce qui te plairait ?...'»

Océane a l'intention de se lancer dans un projet lié à l'alimentation : elle souhaite proposer de bons aliments qui ne sont pas toujours faciles à intégrer dans notre alimentation...

« Être maman et avoir un métier qui demande quand même une implication forte peuvent conduire à mettre de côté, voire à complètement balayer sa santé et son bien-être. Ma remise en question a été l'occasion de revenir à un bien-être, à retrouver finalement un meilleur équilibre vie privée-vie professionnelle.»

Pour quelles autres raisons veut-on entreprendre ?

La liberté d'entreprendre, de mettre en action ce qu'on a en tête et une meilleure articulation vie privée-vie professionnelle ne sont pas les seuls éléments qui poussent à (vouloir) devenir entrepreneuse.

On peut avoir envie de s'essayer à autre chose ou de faire autrement ce qu'on sait faire, un peu comme l'a fait Lilwenn, graphiste, illustratrice, peintre.

« Je travaillais comme salariée et cela a été dur de quitter mon travail car les conditions de travail étaient bien, mes collègues étaient bien et le travail lui-même était bien. Mais après une dizaine d'années, **j'ai eu envie de changer un peu**. J'étais déjà indépendante complémentaire, mais j'ai voulu diversifier

d'avantage les projets sur lesquels travailler. J'ai démarré comme indépendante complémentaire en 2018 et, en 2019, j'ai quitté mon travail salarié. Je suis graphiste : **j'ai démissionné pour continuer à faire le même travail, mais de façon différente.** J'ai mis beaucoup de temps à me décider, mais je suis passée d'employée à indépendante quasi du jour au lendemain... »

Pour Débora se lancer comme indépendante, **c'était créer son propre travail.** Expatriée, elle est revenue en Belgique après quelques années, avec une expérience professionnelle acquise notamment à l'étranger...

« Nous étions en Afrique et mes enfants devaient revenir continuer leurs études ici. Je suis donc **revenue en Belgique** avec eux, **après sept à huit ans passés en Afrique**, notamment en République Démocratique du Congo. **J'ai commencé à chercher du travail**, j'ai passé des tests, des examens, des interviews, etc. Je réussissais les tests, certains interviews... **Puis, le confinement est arrivé** durant cette période où j'étais vraiment en pleine recherche d'un travail. On était tous confinés. **Petit à petit a germé en moi cette idée de mettre en place une société de formation en gestion de projets.**

Pourquoi ? **Parce que je viens du monde de la coopération au développement.** Quand on parle de coopération au développement, **on parle d'énormément de projets.** Des projets du Sud qu'on met en place, qui sont financés par des bailleurs de fonds, par des partenaires techniques. **L'expérience était là et je voulais valoriser ces acquis.** Je dois dire aussi que **j'avais depuis très longtemps au fond de moi l'envie de transmettre** un peu de ce savoir, transmettre **comment on monte les projets.** »

Le Covid est une bonne excuse pour commencer à mettre en place cette société de formation en projets. Et comme le Covid a duré, avec plusieurs périodes de confinements, Débora a mis ce moment à profit pour travailler sur sa société, pour se former en ligne : « **J'ai réussi ma certification en gestionnaire de projets, et je me suis lancée et créé ma société.** »

Quelles réactions quand on annonce autour de soi
que l'on veut se lancer comme entrepreneuse ?

Quels *soutiens* quand on s'oriente vers une *activité entrepreneuriale* ?

A l'instar d'Océane, la plupart des entrepreneuses rencontrées pour cette publication parlent d'un véritable soutien de la part de proches.

« **La première chose la plus importante en tant qu'entrepreneur, surtout femme, c'est l'entourage** : c'est l'entourage qui va nous soutenir, qui est avec nous, qui nous permet de nous relever même si on n'a pas confiance en nous et qu'il y a des jours où on est moins bien ou que cela ne se passe pas comme on veut. L'entourage, **qu'il soit amical ou familial**, m'a énormément aidée.

Quand on a un compagnon, il faut aussi l'intégrer dans cette aventure. Il ne faut 'pas partir toute seule en guerre'. Il faut lui faire comprendre l'importance de : 'Ok, maintenant c'est moi qui veut entreprendre et qui ai besoin que ma famille me soutienne.' C'est important de communiquer avec les autres membres de la famille. Actuellement, mon compagnon fait donc sa part parce que je l'ai intégré dans le fait. Mais ce n'est pas toujours évident parce que la charge mentale est toujours là ; c'est toujours moi qui m'occupe encore des 'basses besognes' à 70%... »

[Elodie, psychothérapeute en prévention et gestion de conflits]

Les hommes entrepreneurs doivent-ils demander, eux, que leurs conjoints ou conjointes les soutiennent ?

« Mon mari travaille à l'étranger, ce qui veut dire que j'étais seule avec nos enfants pendant le confinement. On se parlait en ligne tous les jours et c'est par ce biais-là qu'il me soutenait et me poussait. Je pense qu'il croyait plus en moi que moi-même. Je dois aussi dire que j'ai traversé des moments de crise où je me disais que je n'y arriverais pas. Je voulais avoir un certificat supplémentaire et j'étais donc en train d'étudier tout en pensant et construisant mon projet. Je n'ai pas directement été dans les structures d'accompagnement, j'ai d'abord écrit mon projet comme un rêve. J'avais un carnet où je notais toutes les idées qui me venaient.

J'ai aussi eu le soutien de mes enfants, ils étaient vraiment supers. Tous croyaient en moi et me disaient parfois : 'Allez Maman, ça va aller : tu vas y arriver !' Je vois encore ma fille qui venait me faire plein de bisous. »

[Débora, formatrice en gestion de projets]

Parfois, des réactions mi-figue mi-raisin

Il arrive parfois que la famille ne soit pas très soutenante...

« Depuis que je suis adolescente, j'ai toujours voulu avoir un magasin de vêtements. Au départ, je voulais l'ouvrir au Vietnam parce que je suis Vietnamiennne d'origine. Je ne pensais pas forcément vêtements de seconde main parce qu'à l'époque ce n'était pas non plus ce qui était demandé. J'ai commencé des études universitaires que j'ai fini par lâcher parce que ce n'était pas des études que je faisais pour moi. Ma famille m'avait mis pas mal de pression à ce sujet. Par après, j'ai travaillé comme employée, mais j'ai vite compris que ce n'était pas non plus pour moi. L'envie d'entreprendre un projet a toujours été là. De ce côté-là, ma maman ne m'a pas aidée dans le sens où elle m'a beaucoup dit que ça ne fonctionnerait pas. »

[Jade, co-gérante d'une friperie à Bruxelles]

En travaillant, Jade a mis un peu de sous de côté. Puis, elle a rencontré son petit ami, Luke, qui s'y connaissait déjà beaucoup en vêtements de seconde main. Son projet d'ouvrir un magasin de vêtements l'intéressait parce que, lui, faisait déjà des brocantes et trouvait des habits de bonne qualité. A force de faire les brocantes pour eux, ils se sont investis dans le projet d'ouvrir un magasin ensemble se disant : « Pourquoi ne pas aider les autres aussi à trouver des vêtements de seconde main ? » En effet, Jade et Luke en trouvaient non seulement pour eux, mais aussi pour les membres de leurs familles respectives.

« Nos proches aimaient bien. Nous avons bien vu que leur façon de voir changeait : ils n'étaient plus dans le mode : 'Ah, ce n'est pas nouveau, c'est sale'. C'est une manière plus écologique de consommer, tout en se faisant plaisir. Avec des produits plus qualitatifs parce qu'on peut choisir la composition des vêtements. Je pense que toute seule, je n'aurais peut-être pas eu le courage de le faire, avec ma famille qui ne cessait de me dire que ça ne fonctionnerait pas. Avec mon copain, on s'est mutuellement soutenu et on a vraiment fait ça ensemble, étape par étape. »

Mais une idée, un concept,
l'envie de lancer sa propre affaire,
suffisent-ils pour entreprendre
... avec succès ?

« Avec l'IA, beaucoup de métiers se posent énormément de questions. Les illustratrices et illustrateurs n'y échappent pas. Avec les nouvelles technologies, de plus en plus de personnes font leurs illustrations elles-mêmes...

Les illustrateurs indépendants proposent plus qu'une illustration, ils proposent un accompagnement. Les logiciels et les plateformes IA ne sont que des outils que les gens utilisent un peu n'importe comment. Cela tire un peu la qualité des illustrations vers le bas. Beaucoup d'illustrateurs ont perdu et perdent des contrats à cause de ces nouvelles pratiques. »



Vie privée - Vie professionnelle, une articulation *souvent* peu facile

Entreprendre pour avoir plus de flexibilité pour sa famille, ses enfants, beaucoup de femmes font ce choix. Cependant, cette volonté de pouvoir mieux concilier vie privée et vie professionnelle est difficile à rencontrer.

Pour les entrepreneuses – et les autres travailleuses par ailleurs - : **il est important/nécessaire/utile/urgent de combattre l'image que conserve la femme dans la société** comme l'a rappelé Virginie Cambier, une multi-entrepreneure qui donne des conférences sur l'équilibre et la santé mentale des femmes cheffes d'entreprises.

Pour elle, « le statut des femmes est encore fort dicté par des injonctions sociales d'un autre temps : 'C'est la femme qui doit faire le repas le soir, qui doit aller chercher les enfants à l'école. Changer tout ça est encore très difficile dans les mentalités. En tout cas, il faudrait peut-être montrer aux hommes que, voilà, on ne les jugera pas s'ils vont chercher les enfants à l'école, s'ils font les devoirs aussi avec les enfants. Donc l'idéal, c'est trouver un équilibre, en tout cas au sein du couple. C'est vraiment faire tomber toutes ces barrières et ces injonctions qui sont très culpabilisantes pour nous'. »²³

La parole aux concernées

Quand les enfants sont petits/à la maison...

« Quand on est à son propre compte, il faut quand même tout le temps travailler, mais je n'ai pas tout le temps des projets. Quand les enfants étaient plus petits, je me sentais un peu plus responsable par rapport à la famille et c'était **difficile de travailler dès que les enfants étaient là.** »

[Lilwenn]

« J'ai de grands enfants à la maison, mais ils ont toujours **besoin d'une maman pour préparer** les repas de la semaine. **Le dimanche** après-midi est le moment que je prends pour la maison : **tout l'après-midi est consacré à organiser les repas pour la semaine.** A ce moment-là, je prépare les repas pour au moins quatre jours de la semaine. Ainsi une grande partie des repas de la semaine est préparée, ils savent se débrouiller si jamais je ne suis pas là et/ou travaille encore en soirée. **Pour les courses de la maison, on se les partage** : un week-end, c'est l'un qui les fait, puis, moi ou mon autre fils. **Mais avec leurs études, activités, jobs et petite amie**, ces derniers temps, il y a un certain relâchement dans notre organisation puisque **c'est moi qui fait les courses les week-ends** depuis... Je crois que je vais battre le rappel des troupes. »

[Débora]

« J'ai des adolescents à la maison et il faut quand même être beaucoup présente. **Mon espace de travail est au rez-de-chaussée, un espace entièrement ouvert, à côté de la cuisine.** Et dès que ça s'agite là, c'est difficile de travailler. »

[Lilwenn]

Avec des coups de poing de la vie... et le Covid, comment a-t-on fait dans les maisons ?

« **Pour ce qui est du partage des tâches à la maison, je connais mes limites.** Et donc, **mon compagnon et moi nous répartissons les tâches.** Je trouve qu'entre nous deux cela marchait plutôt bien. Cependant, il y a quatre ans, on lui a diagnostiqué une maladie grave. La même semaine, mon père est décédé. Au niveau du travail, ce n'était pas terrible non plus car nous étions encore en plein Covid, et j'avais moins de contrats. Certains dans mon secteur ont bien travaillé durant cette période parce qu'ils ou elles travaillaient pour des restaurants et cie. Moi, je travaillais pour des associations et j'ai vraiment vu les demandes, les commandes chuter. Je me suis accrochée comme je pouvais et, quelque part, je me raccrochais aussi au boulot. Mais si j'avais été salariée, je me serais arrêtée parce que cela faisait beaucoup, beaucoup à gérer : le travail, le deuil, la maladie. Moi-même, je n'étais pas bien. Quand il y a des épisodes difficiles, j'ai l'impression que c'est quand même plus difficile d'être indépendante. Il faut prendre de la force en soi tous les jours pour faire ce qu'il faut... »

[Lilwenn]

Comment s'aider,
faire mieux ?

Pour prendre soin de soi, non pas une recette mais plusieurs

De qui ou de quoi cela dépend-il ?

« Nous avons ouvert notre boutique voilà un an. Et notre activité nous prend une grande partie de notre vie privée. Pour le moment, nous travaillons six jours sur sept. Nous sommes fermés le lundi, mais même là, il nous arrive de faire des petites courses pour le business. Avec le magasin, il est difficile de voir les membres de notre famille, si ce n'est tard le soir. La plupart de nos proches ont congé samedi, dimanche et nous, nous n'avons que le lundi : donc, c'est un peu compliqué. Ils doivent un peu s'adapter à nous et, nous, nous devons nous libérer un peu plus tôt.

Quand cela est possible le jour de repos, souvent, nous nous organisons pour aller nous promener. Nous faisons la grasse matinée, nous faisons des courses, nous cuisinons ou allons dans un petit resto. Il nous arrive parfois aussi de faire un City trip durant la journée : cela peut être quelque part en Belgique, en France ou aux Pays-Bas. C'est s'échapper quelque part, pas très loin, dans un endroit que nous pouvons faire en une journée. »

[Jade]

Sur le site du programme 7 Jours Santé, des entrepreneurs interrogés sur l'attention qu'ils ou elles s'accordaient ont donné quelques-uns de leurs trucs et astuces.

Pour Yamina Seghrouchni, masseuse, qui connaît de grosses périodes de rush, **ces moments de travail plus intense s'accompagnent généralement d'une pause.** Elle s'accorde **une semaine** où elle se coupe de tout et se consacre juste à elle et à **remettre de l'ordre dans son équilibre personnel.** Elle **fait le point** et voit ce dont elle manque²⁴.

Pour lutter contre le stress, très présent dans l'entrepreneuriat, Pascale Chevreuille qui est coach pour « une relation apaisée à l'argent », s'est essayée pour commencer au mindfulness, de la méditation en « pleine conscience ». Il s'agit d'une pratique qui invite à rester dans le moment présent, c'est-à-dire, à ne pas faire les choses automatiquement. Cela permet de se rebooster par exemple après avoir trop mangé, pour être positif le matin, pour avoir de l'énergie, etc.²⁵

Qui n'a pas entendu la recommandation de faire « 10.000 pas par jour » ? En tout cas, certains semblent le faire aisément comme Carine Lejeune et Mouhou Din Sohail, un couple d'entrepreneurs travaillant dans le secteur de l'aide à la personne. Conscients de l'importance de bouger et aimant la nature, ils aiment s'y reconnecter d'autant plus qu'ils vivent en ville. Dans le quotidien, ils appliquent les recommandations connues : prendre l'escalier plutôt que l'escalator, marcher au lieu de prendre le bus, etc. A deux, ils marchent facilement dix à quinze kilomètres en parlant²⁶.

Y a-t-il d'autres points
sur lesquels jouer
qui pourraient aider
les entrepreneuses à aller mieux ?

Pour terminer

Des entrepreneuses, il y en a toujours un peu plus d'année en année en Belgique. En termes d'égalité entre les genres, cette évolution est plutôt positive. Cependant, les femmes se heurtent toujours à un certain nombre de freins qui compliquent leurs activités entrepreneuriales du fait de leur sexe, du rôle social qui en découle et des attentes sociales à leur égard. Ce contexte ambiant n'est pas pour faciliter le démarrage de leurs activités, une période qui s'étale sur quelques années et où elles s'investissent corps et âme, généralement comme le font tous les entrepreneurs. C'est-à-dire un investissement à... quoi ? A du 200%, voire 300% ?... Tout en ne réduisant pas leur implication dans la vie privée, la vie familiale.

Qu'est-ce qu'il en résulte ?

Qu'est-ce qui existe pour les aider ?

Y a-t-il réellement une volonté sociétale
et politique, dans ce sens ?...

1. Une société spécialisée dans les solutions de communication d'entreprise basées sur le cloud (Voir sur, <https://www.forbes.be/fr/daan-de-wever-dstny-il-faut-assurer-la-rotation-du-leadership/>).
2. « Et les trois entrepreneuses belges les plus inspirantes sont... », sur : <https://www.flair.be/fr/self-love/carriere/3-entrepreneuses-belges-inspirantes-2022/>.
3. Une aidante est une personne qui apporte une aide effective dans l'affaire de son conjoint indépendant sans contrat de travail (régulièrement ou au moins 90 jours par an). Pour en savoir plus : [https://info.hub.brussels/guide/demarrer-une-entreprise-formalites/choisir-le-statut-de-conjoint-aidant-quels-sont-vos-droits#:~:text=En%20tant%20que%20partenaire%20\(mari%C3%A9,moins%2090%20jours%20par%20an\)](https://info.hub.brussels/guide/demarrer-une-entreprise-formalites/choisir-le-statut-de-conjoint-aidant-quels-sont-vos-droits#:~:text=En%20tant%20que%20partenaire%20(mari%C3%A9,moins%2090%20jours%20par%20an).).
4. « Profil des indépendantes », sur : <https://economie.fgov.be/fr/profil-des-independantes>.
5. Ibidem.
6. L'Institut national d'assurances sociales pour travailleurs indépendants (INASTI).
7. « Profil des indépendantes », sur : <https://economie.fgov.be/fr/profil-des-independantes>.
8. Christiane Peyronnard, « Les femmes et le monde des affaires depuis 1500 » (28/05/21), sur : <https://clio-cr.clionautes.org/les-femmes-et-le-monde-des-affaires-depuis-1500.html>.
9. Idem.
10. En 1989, c'est la chute du Mur de Berlin et l'effondrement du bloc soviétique ; les dirigeants européens se détournent des priorités industrielles pour ne plus s'intéresser qu'aux questions monétaires et à la lutte contre l'inflation (*). Dès 1993, le Vieux continent connaît sa première année de récession depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale, un demi-siècle plus tôt, avec une croissance négative... Pour en savoir plus sur le contexte de l'époque : « Une histoire de la Grande Crise – Le relâchement des années 1990 » sur : https://www.herodote.net/Histoire_de_la_Crise_europeenne-synthese-1770.php?resume=1.
 (*) Quand l'inflation progresse trop fortement, cela peut entraîner des répercussions négatives pour l'économie entière : dégradation de la compétitivité prix des produits fabriqués dans le pays par rapport aux produits fabriqués à l'étranger ; baisse de l'activité pour les entreprises domestiques susceptible d'entraîner des réductions d'effectifs et donc une progression du chômage, etc. (Voir article « Inflation » (mise à jour le 30 décembre 2024), sur : <https://www.lafinancepourtous.com/decryptages/politiques-economiques/theories-economiques/inflation/#:~:text=Si%20l'inflation%20progresse%20trop,produits%20fabriqu%C3%A9s%20%C3%A0%20l'%C3%A9tranger>).

11. « L'entrepreneuriat se féminise (très) lentement mais sûrement en Belgique » (08/04/24), sur : <https://www.lecho.be/entreprises/general/l-entrepreneuriat-se-feminise-tres-lentement-mais-surement-en-belgique/10531822.html>.
12. Ibidem.
13. Ib.
14. Parmi ces entrepreneurs, on en retrouve un certain nombre qui font de l'accompagnement scolaire, du tutorat (36%), de l'enseignement sportif et récréatif (30%) et de la formation professionnelle (10%). 45% d'entrepreneurs le font en occupation secondaire, 27% le font en occupation principale et 4% en activité après la pension. Source : Statbel, Office belge de statistiques.
15. « Presque un tiers des entrepreneurs indépendants sont des femmes » (07/03/24), sur : [https://statbel.fgov.be/fr/nouvelles/presque-un-tiers-des-entrepreneurs-independants-sont-des-femmes#:~:text=Le%20secteur%20de%20la%20sant%C3%A9%20est%20le%20seul%20secteur%20o%C3%B9,l'enseignement%20\(45%25\)](https://statbel.fgov.be/fr/nouvelles/presque-un-tiers-des-entrepreneurs-independants-sont-des-femmes#:~:text=Le%20secteur%20de%20la%20sant%C3%A9%20est%20le%20seul%20secteur%20o%C3%B9,l'enseignement%20(45%25)).
16. Céline Mahieu et Isabelle Godin, *Rapport de recherche sur les petits commerces bruxellois*, Ecole de santé publique, ULB, 2015.
17. Mairiaux, P., Schippers, N., Eubelen, I., Panda, J.-P., Hansez, I., Angenot, A., Dupont, M., Donneau, A.-F. (2012), *Stress & Santé des indépendants. Quelles réalités, quelles solutions ?* (Synthesedocument enquête resultaten), sur : <https://www.ulg.ac.be/upload/docs/application/pdf/2012-10/stresssanteindependants.pdf>.
18. « Femmes entrepreneuses en Belgique : quels freins et opportunités d'entrepreneuriat ? », sur : <https://www.axa.be/fr/blog/entrepreneurs-et-pme/femmes-entrepreneuses-belgique>. Cet article se base sur les données reprises sur le site : [https://economie.fgov.be/fr/themes/entreprises/developper-et-gerer-une/promotion-de-lentrepreneuriat/entrepreneuriat-feminin/acces-des-femmes-entrepreneurs#:~:text=Les%20ind%C3%A9pendants%20de%20sexe%20masculin,les%20femmes%20\(montants%20m%C3%A9dians\).#:~:text=Les%20ind%C3%A9pendants%20de%20sexe%20masculin,les%20femmes%20\(montants%20m%C3%A9dians\)](https://economie.fgov.be/fr/themes/entreprises/developper-et-gerer-une/promotion-de-lentrepreneuriat/entrepreneuriat-feminin/acces-des-femmes-entrepreneurs#:~:text=Les%20ind%C3%A9pendants%20de%20sexe%20masculin,les%20femmes%20(montants%20m%C3%A9dians).#:~:text=Les%20ind%C3%A9pendants%20de%20sexe%20masculin,les%20femmes%20(montants%20m%C3%A9dians)).
19. Ibidem.
20. Ib.
21. Ib.

22. « Femme entrepreneure, un (beau) chemin semé d'embûches » (12/06/24), sur : <https://www.ucmmagazine.be/dossiers/femme-entrepreneure-beau-chemin-seme-dembuches/>.
23. « Devenir entrepreneur est plus compliqué quand on est une femme, mais des solutions existent » (26/11/24), sur : <https://www.rtb.be/article/devenir-entrepreneur-est-plus-complique-quand-on-est-une-femme-mais-des-solutions-existent-11468424>.
24. <https://www.7jsante.be/ressources/yamina-seghrouchni/>.
25. <https://www.7jsante.be/ressources/pascale-chevreuille/>.
26. <https://www.7jsante.be/ressources/carine-lejeune-et-mouhou-din-sohail/>.

Publications dans la même collection

- *Intelligence artificielle, l'heureuse révolution ?*, asbl Question Santé, 2024.
- *L'intimité, un jardin secret de plus en plus malmené ?*, asbl Question Santé, 2023.
- *La mort : quelle place dans nos vies ?*, asbl Question Santé, 2022.
- *Après #Me-Too, les hommes balancent*, asbl Question Santé, 2022.
- *Jeunes & alcool : le piège était presque parfait*, asbl Question Santé, 2021.

Le document que vous tenez en main ou affichez sur votre écran est destiné à susciter le débat ou la prise de conscience, aider à la compréhension des enjeux, développer nos capacités d'analyse critique, tout cela dans une optique de participation et d'émancipation.

Vous n'y trouverez pas de solutions toutes faites ni de points de vue définitifs sur un sujet ou une problématique.

Plus qu'une brochure, il s'agit d'un outil d'éducation permanente.

Les entrepreneuses autour de nous sont-elles à l'image de celles que
les médias mettent régulièrement en avant ?
Des personnalités charismatiques, qui ont une vision,
une idée géniale ou un super nouveau concept ?
Il en existe probablement en Belgique.
Les connaissons-nous ?
Ceci est peut-être une autre question.
Chez nous, comme ailleurs,
la majorité des entrepreneuses travaillent
loin des lumières des médias.
Des idées, elles en ont des brassées...
Souvent, le choix d'entreprendre est motivé par
la recherche d'une meilleure conciliation
vie privée-vie professionnelle.
Mais est-ce vraiment ce à quoi elles arrivent ?
Entreprendre, c'est travailler beaucoup.
En laissant souvent de côté l'attention et le soin à soi.
A cela s'ajoutent les nombreuses
injonctions sur leur rôle au sein de la société.
Qu'en est-il de leur santé et de leur bien-être ?
Ces questions sont sur lesquelles
cette publication invite à se pencher.



Cette publication s'adresse à tous les publics.
Elle est téléchargeable sur le site www.questionsante.org
Edition 2025