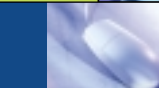


J'y Suis...

De ma formation...au marché du travail

J'y reste!



COMITÉ
AVISSEUR
FEMMES

EN DÉVELOPPEMENT
DE LA MAIN-D'ŒUVRE





Avant- propos

Ce document a été conçu pour les étudiantes en formation professionnelle au secondaire et pour les apprenties du Régime de qualification qui ont choisi d'exercer un métier non traditionnel. *J'y suis... J'y reste ! De ma formation... au marché du travail* vise à soutenir votre volonté et votre capacité de réussir en vous outillant pour mieux prendre le virage du «non traditionnel».

Vous trouverez dans ce guide des informations et des conseils pratiques sur une foule de sujets qui vous préoccupent : le marché du travail, la motivation, les relations humaines, la conciliation des responsabilités familiales et professionnelles, la recherche d'emploi, etc. Vous pourrez aussi faire connaissance avec quatre femmes qui, comme vous, ont relevé le défi du «non traditionnel». Leurs cheminements dans des milieux majoritairement masculins vous surprendront et vous encourageront. Enfin, dans chacune des sections ainsi que dans le bottin, des ressources ont été répertoriées à votre intention. Vous aurez donc avantage à garder votre guide à portée de la main, autant en formation qu'en emploi.

Bonne lecture !

Rachel Boulanger
Auteure

Ce guide n'aurait pu être mené à terme sans la collaboration de nombreuses femmes qui étudient ou travaillent dans des métiers non traditionnels et qui ont généreusement accepté de témoigner de leur expérience. Nous désirons souligner leur généreuse et solidaire participation.

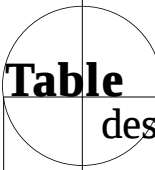


Table des matières

Présentation	4
C'est parti !	5
Des félicitations à partager	7
La formation professionnelle au secondaire et le Régime de qualification	8
La volonté de réussir	10
Des passeports pour l'avenir	12
Votre objectif : un emploi	13
Vos attentes	16
Une source de satisfaction	18
Agir sur votre motivation	19
Portraits	22
Le pouvoir de réussir	27
Les relations professionnelles	29
– Pour le meilleur et pour le reste...	29
– Des points de vues de femmes exerçant des métiers non traditionnels	31
– De l'information et des conseils pratiques	32
Les exigences de la tâche	35
– De l'information et des conseils pratiques	35
La conciliation des responsabilités personnelles, familiales et professionnelles	38
– De l'information et des conseils pratiques	38
La recherche d'un emploi	40
Bottin des ressources	42

Présentation

Bonjour,

Vous débutez aujourd'hui une étape importante dans l'acquisition du métier de vos rêves. Vous avez choisi d'œuvrer dans un domaine où il y a encore une minorité de filles, quel beau défi ! à la fois stimulant et inconnu.

C'est pourquoi le Comité aviseur Femmes a voulu, en collaboration avec Emploi-Québec et le ministère de l'Éducation (MEQ), produire à votre intention *J'y suis... J'y reste ! De ma formation... au marché du travail*. Notre objectif est simple : vous encourager et vous soutenir tout au long de votre formation et de votre intégration en emploi en vous informant sur les divers moyens, services et ressources pouvant vous aider à persévérer, diplômer et intégrer le marché du travail !

Permettez-moi de vous présenter le Comité aviseur Femmes et toutes les personnes qui ont été plus particulièrement impliquées dans la production de ce guide.

Mis sur pied en 1996, le Comité aviseur Femmes s'est donné pour mandat de mettre en œuvre une stratégie d'intervention afin de permettre aux femmes du Québec, sans exclusion, d'avoir accès à des services de formation générale et professionnelle, d'intégration, de réintégration et de maintien en emploi. C'est aussi par le biais de ce comité qu'Emploi-Québec souhaite recevoir des avis et des recommandations pour tout ce qui a trait au développement et à la formation de la main-d'œuvre féminine au Québec.

J'y suis... J'y reste ! a vu le jour grâce au travail d'un comité d'encadrement composé de Marie-Claude Chartier de FRONT, Anne Thibault du MEQ, Monique Bernier de la Direction de la formation et de l'apprentissage à Emploi-Québec et des membres du Comité aviseur Femmes, Lucie Bourgault, Marie Roy, Josée Perrault, Gisèle Bourret, Sylvie Lépine et Marie Doyon. Je tiens à souligner de façon particulière le travail de Rachel Boulanger qui a été l'âme créatrice de ce guide, ainsi que de Marie-Chantal Girard, Coordinatrice du Comité aviseur femmes qui a su, avec conviction, faire cheminer notre projet jusqu'à sa réalisation.

Je vous encourage donc à consulter et à conserver *J'y suis... J'y reste ! De ma formation... au marché du travail* et vous souhaite le plus franc succès dans ce grand projet de formation que vous entamez aujourd'hui.

Thérèse Belley
Présidente

C'est ParTi!

C'est parti !

C'est parti !

C'EST PARTI !

C'est parti !

C'est parti !

Des félicitations à partager

La réponse est positive, vous voilà acceptée ! Vous êtes officiellement une étudiante inscrite en formation professionnelle ou une apprentie en vertu du Régime de qualification. Félicitations !

Vos désirs deviennent réalité. Vous aviez l'intention de vous former ou de vous qualifier dans ce métier : eh bien, maintenant, c'est presque chose faite. Dans quelques semaines, quelques jours, vous vous engagerez concrètement dans la réalisation du projet professionnel qui vous tient à cœur. Tout est en place, vous êtes prête ? Action ! Votre objectif est désormais d'obtenir le diplôme ou le certificat qui vous permettra de réaliser vos ambitions. Il faut le souligner, votre projet n'est pas banal. Vous mettez le cap sur un métier non traditionnel. Un métier que de plus en plus de femmes exercent, mais où la présence des hommes est encore prédominante. Votre intérêt l'emporte sur les stéréotypes. Bravo !

Vous n'avez peut-être pas choisi ce métier expressément parce qu'il s'agit d'une occupation originale pour une femme. Avouons tout de même que le côté non traditionnel ajoute un petit brin d'audace à votre projet de carrière. En décidant d'emprunter cette voie, vous sortez des sentiers battus. Vous faites le pari d'apprendre et d'exercer un métier dans un contexte où les préjugés sont tenaces. Ce défi que vous relevez est tout à votre honneur. Il témoigne de votre détermination et de votre confiance en vos capacités. Vous pouvez être fière !

Un métier est dit « non traditionnel » lorsqu'un groupe (hommes ou femmes) y est représenté à moins de 33%.

Il existe des métiers non traditionnels pour les hommes (coiffeur ou éducateur en garderie) et des métiers non traditionnels pour les femmes (bouchère, mécanicienne d'ascenseurs, ébéniste).

Si dans un programme donné on trouve moins de 33% de femmes qui y étudient, cette formation est considérée comme non traditionnelle.

Lorsque l'expression « non traditionnel » est employée dans le présent document, elle signifie : non traditionnel pour les femmes.

Vous serez peut-être surprise et heureuse d'apprendre que les félicitations que nous avons formulées plus haut s'adressent cette année à près de 3 000 femmes. Vous n'êtes donc pas la seule à avoir considéré les avantages d'une formation professionnelle non traditionnelle et à prendre le parti du changement.

Vos consœurs sont inscrites en formation professionnelle au secondaire ou au Régime de qualification (le tableau de la page suivante présente les caractéristiques de ces deux parcours). Elles sont environ 2 800 à avoir misé sur les programmes d'études non traditionnels du secondaire. Les femmes sont maintenant présentes dans presque tous les programmes. Il existe même une certaine concentration dans les programmes suivants : Dessin industriel, Techniques d'usinage, Dessin de bâtiment, Informatique (exploitation du matériel), Boucherie, Ébénisterie, Électromécanique de systèmes automatisés, Mécanique automobile, Impression et finition ainsi que Soudage-montage.

Du côté du Régime de qualification, au-delà d'une cinquantaine de travailleuses se sont inscrites comme apprentie dans un métier non traditionnel. Plus de la moitié d'entre elles ont opté pour l'Usinage. Les autres apprenties voulaient obtenir un certificat de qualification dans l'un des métiers suivants : Ébénisterie, Imprimerie, Matriçage, Entretien de véhicules récréatifs ou Soudage-montage.

Donc, 3 000 fois bravo !

La formation professionnelle au secondaire

et le Régime de qualification

Il existe actuellement deux parcours possibles pour toute personne qui souhaite acquérir un métier au Québec. La *formation professionnelle au secondaire* et le *Régime de qualification*. Chacune de ces voies a des caractéristiques et un vocabulaire qui lui sont propres. Vous vous souvenez peut-être des termes «étudiants» et «apprenties» employés plus haut. Pour faciliter la compréhension des textes qui suivent et aussi pour mieux connaître le parcours général de vos consœurs, nous vous suggérons de consulter le tableau ci-dessous. Les termes à retenir sont en caractères gras.

	Formation professionnelle au secondaire	Régime de qualification
Objectif	Acquisition des compétences nécessaires à l'exercice d'un métier	Acquisition des compétences et maîtrise du métier
Population cible	Jeunes et adultes	Travailleuses et travailleurs
Statut des participantes	ÉTUDIANTE	APPRENTIE
Diplômes visés	Diplôme d'études professionnelles (DEP) ou attestation de spécialisation professionnelle (ASP)	CERTIFICAT DE QUALIFICATION
Type de formation	Formation en milieu d'enseignement (programmes du ministère de l'Éducation du Québec)	Apprentissage individualisé en milieu de travail
Formatrice ou formateur	Personnel enseignant	COMPAGNON OU COMPAGNE D'APPRENTISSAGE
Encadrement	Ministère de l'Éducation du Québec	Emploi-Québec

Les **métiers actuellement proposés en vertu du Régime de qualification** sont les suivants :

Abattage en forêt mixte ou feuillue, Conduite et réglage de machines à mouler les plastiques, Fabrication de moules, Conduite et réglage de machines-outils à commande numérique, Programmation de machines-outils à commande numérique, Matriçage, Outillage, Usinage, Ébénisterie, Finition de meubles, Rembourrage industriel, Entretien de véhicules récréatifs, Mécanique d'engins de chantier, Mécanique industrielle, Soudage-montage, Extraction de minerai, Impression sur presse rotative, Cuisine d'établissement, Pâtisserie.

Communiquez avec la conseillère ou le conseiller du Régime de qualification de votre région en consultant la liste des directions régionales d'Emploi-Québec en page 47.

La

volonTé

de

réuSSir

La volonTé de réuSSir

LA VOLONTÉ DE RÉUSSIR

La volonTé de réuSSir

La volonTé de réuSSir

La volonTé de réuSSir

Des passeports
pour l'avenir

Un peu comme une athlète à la veille d'une épreuve sportive importante, vous avez avantage à mobiliser vos énergies vers l'atteinte de votre but ultime : obtenir un diplôme d'études professionnelles ou une attestation de spécialisation professionnelle ou encore un certificat de qualification dans votre métier. Pour y arriver, il faut avoir les capacités de se mesurer à la tâche mais surtout la volonté de réussir. Cela vaut pour toutes les personnes engagées dans une démarche d'apprentissage.

Parce que vous êtes une femme, il se peut cependant que, pour vous, la barre soit placée un peu plus haut. Le fait d'être minoritaire dans un groupe, le sexisme encore présent dans certains milieux et les responsabilités familiales que vous assumez sont autant d'éléments qui peuvent rendre votre expérience de formation plus exigeante. Les diplômées de la formation professionnelle non traditionnelle le disent, leur réussite dépend grandement de la motivation qui les anime. Elles sont aussi nombreuses à partager le sentiment qu'elles ont eu à faire preuve d'une plus grande motivation que leurs collègues masculins pour se tailler une place dans ces programmes.

Voilà pourquoi il importe pour vous d'avoir, premièrement, des objectifs clairs et stimulants. Deuxièmement, vous devez prendre des moyens pour préserver et nourrir votre motivation. Nous vous donnons dans les pages qui suivent de l'information, un exercice à faire et des trucs à retenir qui pourront contribuer à intensifier votre enthousiasme et à encourager votre volonté de réussir.

Jetez un coup d'œil sur quelques-unes des possibilités qui s'offriront à vous lorsque vous aurez obtenu votre diplôme d'études professionnelles (DEP) ou votre attestation de spécialisation professionnelle (ASP) ou encore votre certificat de qualification.

DIPLÔME OBTENU	POSSIBILITÉS
DEP, ASP ou	Vous avez un accès direct au marché du travail.
Certificat de qualification	Consultez les pages suivantes pour connaître les résultats d'une enquête intéressante sur la situation des diplômés et des diplômées sur le marché du travail.
DEP ou Certificat de qualification	Vous pouvez vous spécialiser en vous inscrivant à un programme menant à l'obtention d'une ASP. Il existe actuellement une vingtaine de programmes qui correspondent à des profils de formation non traditionnels.
Certificat de qualification	Vous pouvez faire une demande de reconnaissance des acquis dans une commission scolaire. Si vous répondez aux exigences établies, vous pouvez obtenir un DEP dans le programme correspondant à votre domaine d'expertise.
DEP ou ASP	Vous pouvez participer au Régime de qualification (métiers désignés). Ce mode de formation en milieu de travail vous permet d'acquérir la maîtrise de votre métier et favorise votre insertion professionnelle.
DEP, ASP ou Certificat de qualification	Vous pouvez avoir accès à certains programmes du collégial qui permettent d'acquérir et de développer une expertise particulière.
Certificat de qualification	Vous pouvez être admissible à l'examen interprovincial qui mène à l'obtention du « Sceau rouge » (métiers désignés). Ce statut permet de travailler partout au Canada. Informez-vous auprès de la personne responsable du Régime de qualification à votre centre local d'emploi (CLE).
DEP	Vous pouvez faire une demande en vue d'obtenir un certificat de « compétence-apprenti » de la Commission de la construction du Québec (métiers désignés). Ce certificat vous permet de travailler sur les chantiers de construction du Québec.

Votre objectif : un emploi

Généralement les métiers non traditionnels offrent de meilleurs taux de placement, des salaires plus élevés, des perspectives d'emploi plus intéressantes et une probabilité plus grande d'occuper un emploi à temps plein que les métiers traditionnels. Pas négligeables comme arguments quand on considère que choisir un métier c'est aussi choisir un moyen d'accéder à l'autonomie financière. **Vous auriez avantage à connaître la situation des finissants et finissantes de votre programme.** Ce type d'information peut avoir une influence sur votre motivation.

Encourageant

PLACEMENT

De 1995 à 1998, pour l'ensemble des programmes de la formation professionnelle, il y a eu une augmentation des emplois disponibles et une *baisse du taux de chômage*. De plus, la possibilité d'occuper un emploi en lien avec son domaine d'études s'est accrue¹.

Intéressant pour les femmes en formation dans les secteurs non traditionnels

SALAIRE

Le salaire hebdomadaire moyen payé aux travailleuses et aux travailleurs selon le domaine d'études².

SECTEURS NON TRADITIONNELS	SAL. HEBD.
Mécanique d'entretien	511 \$
Électrotechnique	435 \$
Entretien d'équipement motorisé	415 \$
Métallurgie	480 \$
Transport	482 \$
Bâtiment et travaux publics	491 \$
Fabrication mécanique	511 \$
SECTEURS TRADITIONNELS	
Soins esthétiques	281 \$
Santé	395 \$
Cuir, textile et habillement	313 \$
Arts	304 \$
Administration	415 \$

1. Source : Relance, situation en 1998, MEQ.
2. Ibid.

PERSPECTIVES D'EMPLOI

Motivant pour les femmes en formation dans les métiers non traditionnels

Ce sont définitivement les formations non traditionnelles qui offrent les meilleures perspectives d'emploi. Cette compilation¹ rassemble les programmes (DEP, ASP) non traditionnels offrant les perspectives les plus prometteuses actuellement.

- Affûtage
- Arboriculture-élagage
- Assemblage de structure métallique
- Boucherie
- Classement de bois débités
- Conduite de camions
- Conduite de machines industrielles
- Conduite et réglage de machines à mouler les plastiques
- Diesel
- Ébénisterie
- Électricité de construction
- Estimation en électricité
- Extraction du minerai
- Fabrication de moules
- Fabrication en série de meubles et de produits en bois ouvré
- Ferblanterie-tôlerie
- Finition de meubles
- Fonderie
- Installation et réparation d'équipement de télécommunication
- Matriçage
- Mécanique agricole
- Mécanique d'ascenseurs
- Mécanique d'engins de chantiers
- Mécanique d'entretien préventif
- Mécanique d'entretien en commandes industrielles
- Mécanique de machines fixes
- Mécanique de véhicules légers
- Mécanique de véhicules lourds routiers
- Mécanique industrielle de construction et d'entretien
- Modelage
- Montage de structure en aérospatiale
- Opération des équipements de traitement du minerai
- Opération d'usine de traitement des eaux
- Outillage
- Pâtes et papier (opération)
- Pose de systèmes intérieurs
- Procédés infographiques (préparation à l'impression)
- Production laitière
- Production porcine
- Rembourrage industriel
- Réparation d'appareils au gaz naturel
- Sciage-classage
- Serrurerie de bâtiment
- Soudage-montage
- Techniques d'entretien d'équipement de bureau
- Techniques d'usinage
- Traitement de surface
- Usinage sur machines-outils à commande numérique

1. Sources : Relance, situation en 1998
Les 50 super choix de la DGFP, MEQ;
Le TOP 120 des formations, Guide pratique des carrières d'avenir,
Les Éditions Ma Carrière, 1999

Réconfortant pour les femmes en formation dans les secteurs non traditionnels

EMPLOI À TEMPS PLEIN

La proportion de travailleuses et de travailleurs en emploi à temps plein selon le domaine d'études¹.

SECTEURS NON TRADITIONNELS	TEMPS PLEIN
Mécanique d'entretien	99 %
Électrotechnique	93 %
Entretien d'équipement motorisé	94 %
Métallurgie	93 %
Transport	80 %
Bâtiment et travaux publics	87 %
Fabrication mécanique	98 %
SECTEURS TRADITIONNELS	
Soins esthétiques	67 %
Santé	60 %
Cuir, textile et habillement	81 %
Arts	56 %
Administration	80 %

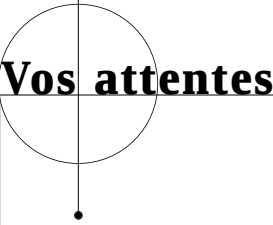
Stimulant

SON DE CLOCHE DES EMPLOYEURS

Selon un sondage mené en 1997 auprès de plus de 2000 employeurs² qui ont engagé des personnes diplômées de la formation professionnelle :

- La majorité des employeurs préfèrent engager une personne diplômée lors du recrutement de personnel de métier;
- 80 % des employeurs jugent que les personnes diplômées ont un avantage par rapport aux personnes non diplômées (connaissances, savoir-faire, capacité de se spécialiser, etc.);
- 90 % des employeurs considèrent que les recrues diplômées sont suffisamment compétentes pour remplir leurs tâches.

1. Source : Relance, situation en 1998, MEQ.
2. Source : Relance, sondage auprès des employeurs, 1997, MEQ.



Vos attentes

Les gens qui s'engagent dans une formation ont généralement des attentes semblables. Comme la majorité de vos collègues, vous voulez, par exemple, que la réussite du programme choisi vous donne accès à un emploi intéressant et à de bonnes conditions de travail.

Cependant, vous avez aussi d'autres attentes, très personnelles, qui ont un pouvoir de motivation. Elles relèvent de votre personnalité, de vos besoins et de votre expérience. Ces attentes donnent un sens et une valeur spéciale aux résultats que vous souhaitez atteindre. À titre d'exemple, si vous accordez une grande importance au statut professionnel ou que vous avez besoin d'indépendance financière, le diplôme que vous obtiendrez aura une portée toute particulière pour vous. Ces motivations peuvent grandement influencer sur votre volonté de réussir et même agir en ce qui concerne votre engagement et votre persévérance.

Dans les moments plus difficiles, ces motivations peuvent aussi vous servir de points de repère et vous aider à prendre des décisions. Si vous vivez des périodes de découragement, le fait de recentrer votre réflexion sur vos motivations peut vous aider à adopter un autre point de vue et à reprendre courage.

Les motivations personnelles sont des ressources importantes. Pour les mettre à profit, il faut se donner le temps de les clarifier et de sélectionner celles qui ont le plus de signification et de valeur pour soi. L'exercice qui suit vous aidera à reconnaître les vôtres.

Lisez d'abord tous les énoncés. Relevez ensuite ceux qui correspondent à vos motivations actuelles. Il n'y a pas de bonnes ni de mauvaises motivations : elles doivent cependant être sincères. N'hésitez pas à ajouter des motivations à cette liste si bon vous semble.

Je veux réussir mon programme de formation parce que je veux :

_____ Aller jusqu'au bout de ce que j'ai entrepris.

_____ Assumer mes responsabilités.

_____ Avoir accès à des promotions.

_____ Avoir des rapports plus égalitaires.

_____ Avoir une meilleure estime de moi.

_____ Avoir un titre professionnel.

_____ Avoir une plus grande liberté d'action.

_____ Donner une nouvelle direction à ma vie.

_____ Être plus indépendante financièrement.

_____ Être plus sécurisée quant à l'avenir.

_____ Être un modèle pour mes enfants.

_____ Exprimer ma personnalité.

_____ Faire la preuve de mes capacités.

_____ Faire ma place dans la société.

_____ Faire quelque chose d'original.

_____ Gagner l'estime de quelqu'un.

_____ Me sentir plus utile socialement.

_____ Me surpasser.

_____ Prouver qu'une femme peut réussir dans ce métier.

_____ Réaliser un rêve.

_____ Travailler surtout avec des hommes.

_____ Utiliser mes talents.

_____ Évoluer dans un domaine que j'aime.

Quelles sont, selon vous, les motivations (nommez-en de trois à cinq) qui auront le plus d'effet sur votre cheminement ?

Une source de satisfaction

Les femmes qui ont terminé leur programme de formation, celles qui ont réussi à se tailler une place dans une occupation non traditionnelle, ressentent beaucoup de fierté. Ce cheminement leur a demandé des efforts importants, mais elles ont la satisfaction d'être allées au bout de leurs ambitions. En tant que future diplômée dans un métier non traditionnel, vous trouverez sûrement intéressant de voir sur quoi repose leur fierté. Voici certaines de leurs raisons d'être fière :

- «J'ai un boulot qui me permet d'utiliser toutes mes capacités.»
- «J'ai foncé.»
- «Mes enfants et ma famille sont fiers de ce que j'ai accompli.»
- «Je me suis dépassée.»
- «J'ai maintenant un meilleur salaire, des avantages sociaux et j'ai plus de sécurité d'emploi.»
- «J'ai persévéré, j'ai mon diplôme en poche.»
- «Je fais un travail qui m'intéresse et dans lequel j'ai davantage d'autonomie.»
- «J'ai réalisé mon rêve.»
- «Je suis passée à travers de difficultés qui en auraient découragé plusieurs.»
- «Je fais enfin ce que j'aime.»
- «J'ai été la première à obtenir un poste dans un département où il n'y avait que des hommes.»
- «Je suis passée à l'action.»
- «Je me suis affirmée dans ce que j'ai entrepris.»
- «J'ai réussi à gravir les échelons après avoir rencontré tant de difficultés.»
- «S'il m'arrivait un problème (conjugal), avec mon salaire je pourrais faire vivre ma famille.»
- «J'ai prouvé que je pouvais faire ce métier-là. Au début il n'y a pas grand monde qui m'encourageait.»
- «Je suis dans une branche qui évolue tout le temps, il y a plein de choses à apprendre, c'est stimulant.»
- «J'ai eu des difficultés, mais je n'ai pas laissé les autres me mettre des bâtons dans les roues.»

Les citations qui précèdent sont tirées en partie des ouvrages suivants :
SERVICE DE LA CONDITION FÉMININE. *Quand le masculin se conjugue au féminin*, Montréal, Fédération des travailleurs et travailleuses du Québec, 1998; FEMMES ET PRODUCTIONS INDUSTRIELLES. *Le travail de métier, il y a des femmes qui sont faites pour ça!*, Trois-Rivières, 1997.

Agir sur votre motivation

La motivation est à la fois puissante et vulnérable. À l'image d'un feu, il faut l'entretenir, la nourrir pour qu'elle continue à donner un sens à nos efforts. Particulièrement, si vous vous êtes fixé des objectifs à moyen ou à long terme, vous avez tout avantage à prendre soin de votre motivation. Il n'existe pas de recettes infaillibles ou universelles. Il y a cependant des trucs que vous pouvez adapter à votre personnalité et à vos besoins.

Le plaisir

Le plaisir, c'est la garantie de la motivation. On ne le force pas, mais on peut lui faire davantage de place. L'intérêt que vous avez pour le travail, la curiosité, les satisfactions que vous éprouvez lorsque vous réussissez une tâche, les échanges d'idées agréables dans un groupe ou dans une équipe sont autant de sources de plaisir. Profitez-en !

Durant la formation, vous rencontrerez certainement des gens qui tenteront volontairement ou non de saboter votre enthousiasme. Ne leur donnez pas le pouvoir de gâcher votre plaisir.

Garder le cap

Manon a affiché une photo d'un «dix-roues» sur son frigo. Quand l'aménagement de son temps est plus difficile, que les responsabilités sont pesantes, elle s'imagine arrivée à son but, sur la route, fière d'avoir réussi.

Pour sa part, Andrée a déjà commencé à consulter les journaux, son centre local d'emploi et elle s'informe sur les employeurs potentiels de sa région. Elle a aussi rencontré une travailleuse qui a fait le même cours qu'elle. Ces activités l'aident à mieux connaître son secteur de travail et à s'identifier davantage à son métier d'ébéniste.

Une vision à plus long terme, un attachement à votre projet, des repères ou des initiatives concrètes peuvent vous aider à garder le cap et à donner un sens aux efforts que vous faites. Cela peut aussi vous permettre de concentrer votre attention sur ce qui est vraiment important à vos yeux et vous encourager à aller de l'avant.

Le «pas à pas»

Dans le cas du Régime de qualification comme dans celui de la formation professionnelle au secondaire, les apprentissages à effectuer sont divisés en modules. La formation est aussi marquée par des étapes d'évaluation. Vous pouvez associer ce découpage à des objectifs à court terme. Votre agenda ou votre carnet d'apprentissage est un outil pratique que vous pouvez aussi utiliser pour vous repérer. Appréciez le cheminement que vous avez fait. Il n'y a pas que le temps à considérer. Les notions apprises et les compétences maîtrisées sont des acquis qui vous confirment progressivement dans votre nouveau rôle professionnel. C'est la technique des petits pas... qui mènent loin.

Les récompenses

C'est une bonne habitude à prendre que de se féliciter de ses réussites – pas seulement les grandes, mais aussi les petites. Vous avez fourni un produit de qualité dans les délais prescrits, vous avez eu un bon résultat à une épreuve (examen), vous avez terminé un module de formation : récompensez-vous ! Il n'est pas nécessaire de faire de grosses dépenses. Vous pouvez tout simplement vous faire des éloges («Je suis contente de moi !») ou vous accorder un petit plaisir relaxant ou stimulant.

La complicité

Certaines personnes de votre entourage peuvent être de véritables sources d'énergie dans la réalisation de votre projet. Les gens qui sont proches de vous (conjoint, amies et amis, enfants, parents, collègues) peuvent devenir les complices de votre réussite. Faites-leur connaître l'importance de ce projet pour vous et sollicitez leur collaboration : participation aux tâches domestiques, besoin de tranquillité pour l'étude, dépannage, moments de divertissement, résolution de problèmes, etc. Se sentir épaulée, c'est fortifiant et participer au projet d'une personne, c'est valorisant. Bel échange d'énergie !

L'engagement

L'engagement dans des activités scolaires, sociales ou syndicales peut être une source de motivation et de valorisation. Cela permet d'acquérir et de développer des compétences ainsi que d'élargir son réseau de contacts et d'appuis. De plus, ces activités peuvent donner accès à des lieux de discussion où vous pouvez faire part de vos préoccupations en tant qu'étudiante ou travailleuse dans un métier non traditionnel. Il faut signifier sa disponibilité, se porter volontaire, oser.

DES SUGGESTIONS

- Témoigner de votre expérience de femme dans une formation non traditionnelle lors d'une activité d'orientation à l'école ou dans un organisme d'aide à l'emploi.
- Agir à titre de représentante de votre centre de formation professionnelle à l'occasion d'un salon de promotion de la formation et des carrières.
- Être représentante de classe.
- Siéger au conseil scolaire.
- Participer au comité social de votre entreprise.
- Vous joindre à un comité syndical de condition féminine ou en créer un.
- Devenir membre de l'organisme *Femmes regroupées en options non traditionnelles* (FRONT). Informez-vous en composant l'un des numéros suivants : (514) 273-7668 ou 1 877 273-7668, ou encore en consultant son site Internet : www.front.qc.ca.

«Chapeau, les filles!»

Le concours «Chapeau, les filles!» est organisé par le ministère de l'Éducation. Il s'adresse précisément aux étudiantes inscrites à l'un des programmes non traditionnels du secondaire et du collégial. Les prix à gagner sont fort intéressants: prix de participation, prix en argent, bourses d'études, stages en entreprise.

Vous pouvez vous procurer le formulaire d'inscription dans votre centre de formation et dans les organisations syndicales qui offrent des prix. Vous pouvez également consulter le site Internet du ministère de l'Éducation pour de plus amples renseignements:

www.meq.gouv.qc.ca/cond-fem

Ne manquez pas une occasion pareille!

Le mentorat

Une ou un mentor, c'est une personne qui peut vous guider et vous soutenir dans votre cheminement de carrière. Elle peut vous servir de modèle, vous aider à faire l'acquisition de compétences, faciliter votre développement professionnel. Ce n'est pas nécessairement une personne beaucoup plus âgée que vous et ce n'est surtout pas un gourou! Cette personne a de l'expérience et a acquis une maîtrise certaine dans son champ d'action, et son aide est désintéressée.

Pour les femmes qui s'orientent vers des métiers non traditionnels, le ou la mentor constitue une personne-ressource particulièrement importante. Capable de vous prêter main-forte pour donner un nouvel élan à votre motivation, cette personne peut également vous aider à trouver des solutions à vos problèmes d'apprentissage, d'intégration ou d'adaptation à un emploi.

Qui peut jouer ce rôle pour vous? Une personne qui a une expertise dans votre métier, un compagnon ou une compagne d'apprentissage, une travailleuse dans un secteur non traditionnel, une représentante du comité de condition féminine du syndicat de votre entreprise. Le mentorat peut être établi de façon officielle (ex.: vous participez à un jumelage mis en œuvre par un organisme) ou officieuse (ex.: une travailleuse ou un travailleur d'expérience vous prend sous son aile en entreprise). Dans tous les cas, il est primordial que la relation entre la protégée (vous) et la ou le mentor soit voulue de part et d'autre. En d'autres termes, il faut que cela «clique» et que vos rapports soient fondés sur le respect mutuel.

DES RESSOURCES

- Certains organismes communautaires d'aide à l'emploi pour les femmes ont mis sur pied des services de mentorat, de jumelage ou de réseaux d'entraide. Informez-vous auprès de ces organismes (consultez la liste «Ressources communautaires – Services d'aide à l'intégration en emploi» à la page 46).
- Les comités de condition féminine des syndicats peuvent aussi vous aider à cet égard (consultez la liste «Principales centrales syndicales» à la page 46).
- L'organisme Femmes regroupées en options non traditionnelles (FRONT) peut vous être utile dans ce type de démarche (voir les coordonnées à la page 21).

PorTraits

Portraits

P o r t r a i t s



P O R T R A I T S

P o r t r a i t s

Portraits

« Il faut vouloir et ne rien faire à moitié. »

• France



Après avoir occupé des emplois de caissière et de commis de bureau pendant plus de quinze ans, France remet en question son projet de vie et décide qu'elle sera électromécanicienne. Son retour sur le marché du travail, elle l'a bien préparé : programme d'orientation, exploration intensive, entrevues avec des électromécaniciens, « magasinage » de formation, planification familiale et budgétaire. C'est donc avec assurance que France s'est engagée dans un programme de quatorze mois menant à l'obtention d'un DEP en électromécanique de systèmes automatisés qui a changé sa vie. En juin 1999, ses efforts ont été récompensés : « J'étais vraiment fière d'être diplômée. Ce plaisir, je l'ai partagé avec mes filles en leur donnant à elles aussi un diplôme de mérite pour leur compréhension et leur support. »

France occupe actuellement un emploi dans le domaine de la fabrication de structures modulaires et se dit très heureuse d'avoir pris le virage du « non traditionnel » : « J'aime le travail manuel, résoudre des problèmes, réaliser des choses. C'est loin d'être routinier, je touche à tout : électronique, pneumatique, soudure, usinage, mécanique, nouvelles technologies. Et puis, je suis à mon aise en industrie, j'aime travailler avec les gars, je fais partie d'une équipe dynamique. »

Au cours de sa formation, France a éprouvé **une** difficulté majeure : « Ça faisait près de vingt ans que je n'avais pas étudié, j'avais des faiblesses en mathématiques et en sciences. » Pour combler ses lacunes, France a fait du rattrapage, chez elle, les soirs et les fins de semaine, avec ses filles et ses amies. En classe, elle a fait équipe avec des gars sympathiques qui lui ont donné un coup de main. Elle n'a pas eu peur non plus de poser des questions : « J'ai réalisé que les questions que je posais rendaient aussi service aux gars et que les profs voulaient m'aider à comprendre. » Lorsque ses bases en mathématiques ont été solides, France n'a pas eu de difficultés à faire les apprentissages exigés : « C'était comme du bonbon. » Cependant, il faut dire qu'elle a mis toutes les chances de son côté. Elle a lu et relu les cahiers de notes de chacun des modules et elle s'est fait un devoir d'effectuer et de comprendre tous les exercices : « Je connaissais les cahiers par cœur. Quand on travaillait sur un problème, je pouvais dire : « C'est écrit au troisième chapitre du module 7. »

Selon France, sa volonté de réussir et son engagement ont eu des effets positifs sur son intégration. Perçue par les gars comme une fille déterminée, performante et dynamique, elle s'est vite taillée une place dans le groupe : « Je sais que les gars ont apprécié travailler avec moi, on formait une bonne équipe, ça a été une belle expérience. »

« Cette formation est très importante pour moi, je suis en train de me construire une vie. »

• Vicky



Vicky poursuit sa deuxième année d'études en dessin industriel. Elle est représentante de sa classe et membre du conseil scolaire de son centre de formation. Chef de famille monoparentale et mère de deux petites filles, elle rêve de devenir, d'ici cinq ans, responsable d'un service de dessin industriel. Vicky a 25 ans.

Les responsabilités familiales ont beaucoup influé sur le cheminement professionnel de Vicky. Si elle a terminé sa cinquième secondaire, si elle s'est inscrite à un programme d'orientation et si elle a choisi le dessin industriel, c'est en grande partie parce qu'elle voulait assurer à sa famille une meilleure qualité de vie : « Mon travail de vendeuse ne me menait nulle part, et c'était difficile avec les enfants. Je voulais mieux que ça pour moi et les filles. »

Vicky convient que sa responsabilité de mère la différencie des autres élèves : « Juste au niveau de l'emploi du temps, c'est deux mondes, et le mien est beaucoup plus compliqué et exigeant. » Du même souffle, Vicky reconnaît cependant des avantages à sa situation. Obligée de concilier deux types de responsabilités, elle a acquis et développé des compétences qui l'avantagent dans sa vie personnelle et professionnelle.

La capacité de planifier, le sens des priorités, la discipline personnelle sont des acquis pour elle : « Je me débrouille bien parce que je suis super organisée, je contrôle ma vie et je ne laisse pas de prise aux affaires pas importantes. » Son expérience lui apporte aussi la conviction que, si elle veut quelque chose, elle a la capacité de l'obtenir : « J'ai beaucoup d'espoir pour l'avenir, il n'y a pas grand-chose qui pourrait m'arrêter. »

Ses conseils aux futures étudiantes :

- Bien planifier son temps, prévoir l'imprévisible. Des absences quand on suit des cours de la formation professionnelle, c'est difficile à rattraper;
- Trouver du soutien, des ressources. Une bonne garderie, des alliés dans la classe, une relation agréable avec le personnel enseignant, des gens qui croient en vous, ça fait toute la différence;
- Laisser les problèmes à la maison. Réussir un DEP, cela demande de la concentration et de l'attention, il faut être disponible pour apprendre;
- S'accorder des moments de répit : pour contrer le stress, il faut avoir du temps à soi et faire des choses que l'on aime. Peu importe le moyen choisi, c'est une question d'équilibre.

« Les filles ne doivent jamais perdre de vue leur objectif et foncer. »

• Julie



Julie est maintenant une travailleuse non traditionnelle d'expérience. Elle a obtenu un DEP en techniques d'usinage et une ASP en usinage sur machines-outils à commande numérique. À la fin de ses études, elle a été embauchée dans une petite entreprise à titre de machiniste. En 1997, Julie a accepté de participer au Régime de qualification. Tout en travaillant, elle a complété son plan d'apprentissage sous la supervision d'un travailleur d'expérience de l'entreprise, son compagnon d'apprentissage. Julie a obtenu son certificat de qualification en usinage en 1998.

Depuis que Julie évolue dans un environnement à majorité masculine, elle en a vu et entendu de toutes les couleurs. Elle se rappelle les vives réactions de quelques collègues de sa classe contrariés par sa présence. Avec le recul, Julie estime que leurs réactions de défense étaient plus attribuables à un malaise qu'à de l'agressivité à son égard. Selon elle, ce sont rarement des cas d'opposition ferme : « Ils n'ont aucun avantage à être en guerre pendant deux ans, et puis ces attitudes ne leur apportent rien de bon. » Julie croit que l'humour, l'assurance et le calme ont été, dans ces circonstances, ses meilleures armes. Par ailleurs, elle reconnaît que les bonnes relations qu'elle entretenait avec ses professeurs et les autres étudiants ont joué en sa faveur.

Sur le marché du travail aussi, la présence de Julie a suscité des réactions. Lors d'un stage, elle s'est vu confier des tâches bien au-dessous de ses capacités. Elle considère que cette attribution de tâches était une manifestation claire de sexisme. Lorsque Julie a fait de petits contrats de production dans des ateliers, les réactions ont été beaucoup plus positives : « On me proposait d'utiliser les toilettes de l'administration. D'autres fois, quand je revenais la deuxième journée, je remarquais que les gars avaient fait le ménage des vestiaires, des toilettes, de la cuisine. » Dans son emploi actuel, Julie est amusée des réactions de certains clients. On peut refuser de lui donner des spécifications techniques au téléphone en invoquant que l'on ne veut pas parler à la secrétaire. Lorsque des clients sont informés que Julie a fabriqué elle-même des pièces, ils ne le croient tout simplement pas : « Il y en a même un qui est venu sur place pour me rencontrer. »

Julie est toujours convaincue que ce métier est fait pour elle : « Je gagne bien ma vie. J'ai des tâches diversifiées et j'utilise ma créativité. Dans cette entreprise, on me fait totalement confiance. Je pourrais éventuellement être appelée à assumer davantage de responsabilités et je trouve ça intéressant. »

« J'ai découvert ce métier à 31 ans, et c'est une des bonnes choses qui m'est arrivée dans la vie. »

• Faye



Après sa cinquième secondaire, Faye a obtenu un diplôme d'études collégiales en sciences humaines et elle a fait deux années d'études menant au baccalauréat en récréologie. Elle a ensuite occupé un emploi d'agente d'administration pendant près de dix ans. Un matin, elle apprend qu'un service de maintenance veut engager un apprenti ou une apprentie en ébénisterie. Bricoleuse à ses heures, s'intéressant au travail du bois, elle tente sa chance. Sa candidature est retenue en vertu d'un programme interne d'accès à l'égalité. L'aventure commence.

En 1988, elle se joint à une équipe d'une cinquantaine d'hommes de différents corps de métiers affectés aux travaux d'entretien d'un grand établissement. Dès ses débuts en atelier, ses collègues lui font clairement comprendre que ce n'est pas une place pour une femme. Commence alors une longue série de manifestations hostiles à son égard : « J'étais affectée par le rejet et l'agressivité de mes collègues, mais j'aimais beaucoup ce que je faisais, alors je me concentrais sur le travail. » Faye a demandé et obtenu le soutien de son employeur qui a pris des mesures pour aider les travailleurs à s'adapter à la présence des femmes. Cependant, lorsqu'un collègue particulièrement macho a été promu contremaître, le harcèlement a pris des proportions qui ont forcé Faye à se retirer : « Avec le recul, je pense que c'est la meilleure décision que j'aie prise. J'étais privée de faire un travail qui me passionne, mais je devais prendre soin de moi. Je valais mieux que ça. »

Faye est alors retournée aux études pour obtenir un DEP en ébénisterie. Son expérience de formation lui a permis de se réconcilier avec l'aspect non traditionnel de son métier, car elle n'a eu aucun problème relationnel avec ses collègues de classe masculins : « Je me suis dit, dans l'avenir, c'est avec du monde comme ça que je veux travailler. »

Ayant son DEP en main, Faye a d'abord travaillé à son compte. Ensuite, elle a travaillé dans une entreprise de fabrication de meubles haut de gamme. Son patron d'alors lui a suggéré une formation à l'interne en vertu du Régime de qualification. Sous la supervision du contremaître, son compagnon d'apprentissage, pendant un an elle a effectué les apprentissages requis pour obtenir le certificat de qualification. En septembre 1999, Faye a été embauchée dans une entreprise de fabrication de décors de cinéma. Pour elle, c'est un nouveau défi, et ce n'est certainement pas le dernier.

Le
pouVoir
de réuSSir

Le pouvoir de réussir

Le pouvoir de réussir

LE POUVOIR DE RÉUSSIR

Le pouvoir de réussir

Le pouvoir de réussir

Les relations professionnelles

Quand on considère les expériences de France, Vicky, Julie et Faye, on saisit mieux l'importance de la motivation dans la réalisation d'un projet non traditionnel. Leurs témoignages suggèrent aussi que bien souvent il faut plus que de la volonté pour réussir. Lorsque des difficultés surviennent, les femmes doivent pouvoir les surmonter. Des moyens concrets et efficaces doivent donc être à leur disposition pour leur permettre de poursuivre leurs actions. C'est la combinaison «vouloir et pouvoir» qui constitue alors le gage de réussite le plus solide.

Cependant, est-il possible de prévoir les difficultés et de se préparer à les résoudre? En tenant compte de l'expérience des femmes qui ont étudié et travaillé dans des secteurs d'emploi non traditionnels, on peut effectivement présumer que certaines situations pourront vous causer des problèmes. Par exemple, les relations professionnelles, les exigences liées à la tâche ainsi que la conciliation des responsabilités personnelles, familiales et professionnelles sont les sources de difficultés les plus fréquentes pour les femmes inscrites en formation non traditionnelle.

En fait de préparation, nous vous suggérons ici de considérer l'expertise des femmes qui ont fait le trajet avant vous. Leurs observations et les stratégies de résolution de problèmes qu'elles ont utilisées peuvent vous inspirer et vous guider. Tout en complétant votre bagage d'expériences et vos habiletés, cette information devrait renforcer votre pouvoir d'action et vous permettre d'être encore mieux outillée pour relever le défi que vous vous êtes fixé.

L'important est que vous reconnaissiez les difficultés potentielles et que vous sachiez que vous avez des ressources pour y faire face. À partir de là, si un problème se présente, vous serez en mesure de choisir et d'appliquer les solutions qui vous conviennent.

Les relations professionnelles englobent tous les rapports utilitaires ou affectifs que l'on entretient avec les autres dans ses activités de travail. Ces relations servent à désigner autant les relations avec les collègues de classe et de travail, les membres du personnel enseignant, la personne qui supervise vos apprentissages ou un employeur que la clientèle ou bien un fournisseur.

L'aspect particulier dans votre cas est que vous établirez des rapports professionnels principalement avec des hommes. En soi, cela ne pose pas de problèmes. Il n'est pas plus facile ni plus difficile d'être en relation avec un homme qu'avec une femme. D'ailleurs, généralement les femmes qui étudient ou travaillent dans un domaine non traditionnel considèrent que leurs relations au travail sont bonnes.

Le point à considérer tout spécialement est que la personnalité des gens influe sur les relations. Vous rencontrerez, par exemple, des gens qui auront des réactions très différentes à votre égard du fait que vous faites un métier non traditionnel. Ces réactions subissent l'influence des expériences et des perceptions des gens et elles ont des effets sur la qualité des relations. Ainsi, un homme qui ne peut concevoir qu'une femme soit pompière pourra avoir plus de difficultés à établir des relations professionnelles saines et constructives avec sa collègue.

Vous allez aussi évoluer dans un milieu où les relations sociales, en particulier les façons de communiquer, sont principalement déterminées par et pour des hommes. À court terme, vous aurez à vous familiariser avec ces façons d'être et d'agir plus masculines et à vous adapter à la mentalité du milieu. Vos stratégies d'adaptation pourraient vous conduire à modifier certains de vos comportements et à développer certaines qualités (ex.: force de caractère, assurance, tolérance, fermeté, sens de l'humour, ténacité). En parallèle et progressivement, le milieu devra aussi s'adapter à votre présence pour en arriver à une forme d'équilibre qui permet à chaque personne de faire son travail efficacement dans un climat de respect mutuel. La qualité des relations professionnelles est en fait une responsabilité partagée.

Pour le meilleur et pour le reste

Les quatre textes qui suivent présentent des réactions souvent observées à l'arrivée d'une femme dans un milieu non traditionnel, que ce soit en formation professionnelle ou en situation de travail.

« UNE FEMME DANS L'ÉQUIPE, C'EST L'FUN »

Le premier type de réaction peut être associé à l'**ouverture**. Certaines personnes seront tout à fait à l'aise avec votre choix professionnel. Elles ont, comme vous, une vision égalitaire des rapports entre les hommes et les femmes. Elles croient que chacun et chacune est en droit de faire le métier qui convient le mieux à ses champs d'intérêt et à ses aptitudes. Conséquemment, elles adopteront une attitude d'ouverture à votre égard. Sans pour autant vous accorder une attention particulière, elles seront disposées à collaborer avec vous. Elles attendront de votre part un niveau de rendement similaire à celui d'un travailleur et seront prêtes à vous donner un coup de main au besoin. Dans votre démarche d'intégration, les gens qui ont ce profil peuvent être considérés comme des «facilitateurs». Ce sont pour vous des alliés précieux.

« UNE FEMME DANS L'ÉQUIPE, C'EST SPÉCIAL »

Le deuxième type de réaction que vous pourriez susciter chez des gens est l'**étonnement**. Bien que la plupart des personnes sachent que maintenant les femmes ne sont plus confinées dans des emplois traditionnels, certaines personnes sont surprises de constater que la réalité les rattrape. Elles vous accueilleront plutôt favorablement, avec un brin de curiosité et peut-être même de l'admiration. Cependant, elles demeureront sceptiques et auront tendance à exiger des preuves. Lorsqu'elles auront la confirmation de votre capacité à faire le travail, elles vous accorderont leur confiance. Beaucoup de gens ont en effet une vision stéréotypée des activités professionnelles, mais sont disposés à remettre en question leurs croyances. Ces personnes peuvent collaborer avec vous de façon efficace et agréable si vous leur laissez du temps pour s'adapter.

« UNE FEMME DANS L'ÉQUIPE, ÇA N'A PAS DE BON SENS »

Le troisième type de réaction s'apparente à la **méfiance**. Certaines personnes considèrent que les hommes et les femmes ont des attributs et des rôles bien distincts, particulièrement en matière de travail. Cet ordre des choses qui les satisfait est perturbé par l'idée qu'une femme puisse travailler dans leur milieu ou, ce qui est pire, occuper des fonctions identiques aux leurs. Ces personnes peuvent avoir l'impression que votre présence équivaut à une menace. Elles ne chercheront pas à entrer en relation avec vous. Si vous les côtoyez, elles pourront vous ignorer, refuser de faire équipe avec vous ou utiliser toutes sortes de stratagèmes pour vous faire comprendre que vous n'êtes pas la bienvenue. Cependant, leur résistance au changement peut s'amoindrir avec le temps ou grâce aux pressions exercées par le milieu. Par exemple, si la majorité des gars de l'équipe entretient de bonnes relations avec vous, ces personnes pourraient accepter certains compromis, et ce, pour ne pas être isolées. Maintenir de simples relations de courtoisie avec ces personnes est parfois suffisant.

« UNE FEMME DANS L'ÉQUIPE, IL N'EN EST PAS QUESTION »

La réaction qui caractérise le quatrième et dernier groupe est l'**hostilité**. Pour les gens qui réagissent en ce sens, la présence d'une femme est inadmissible. Elle leur est imposée et ils ne l'acceptent pas. Leur objectif est clair, ils veulent vous rendre la vie tellement difficile que vous n'aurez pas le choix de déposer les armes. S'ils sont en situation d'autorité, ils pourront tenter d'abuser de leur pouvoir pour vous contraindre à abandonner votre travail. En d'autres cas, ils pourront manifester leur hostilité soit par le manque de respect, par l'intimidation ou par le sabotage ou encore par le harcèlement. Est-il nécessaire de vous dire que ces comportements ne peuvent être tolérés ni par vous, ni par votre employeur, ni par le syndicat, ni par la direction de l'école? Ces réactions sont malsaines et vous devez vous en protéger. Heureusement, il semble que ce genre de personne est en voie de disparition!

Vous comprendrez qu'en réalité l'éventail des réactions et des attitudes est beaucoup plus large et nuancé que ce que nous venons de présenter. Il faut aussi savoir que les positions initiales peuvent se modifier avec le temps. Quand les gens apprennent à se connaître et à s'apprécier, les relations prennent une autre dimension. Il n'en reste pas moins que ces quatre types de réactions peuvent vous donner matière à réflexion et vous suggérer quelques pistes d'action.

Des points de vue de femmes exerçant des métiers non traditionnels

Principalement tirés de rencontres avec des femmes étudiant ou travaillant dans des métiers non traditionnels, les commentaires qui suivent vous permettront de vous familiariser avec les relations professionnelles en milieu non traditionnel.

- « Les relations avec les gars sont habituellement simples et directes. »
- « Les gars accordent peut-être plus d'importance à la tâche qu'aux relations humaines. »
- « La plupart des gars ne sont pas rancuniers. Ils disent ce qu'ils ont à dire, et on passe à autre chose. »
- « L'humour est très présent dans un milieu à prédominance masculine. Les gars aiment taquiner, jouer des tours, faire des blagues. »
- « Les conversations portent rarement sur la vie personnelle ou familiale. »
- « Souvent il y a des allusions au sexe. »
- « Le langage grossier, la vulgarité semblent plus présents dans les milieux masculins. »
- « On a l'impression que les gars ont des règles de politesse particulières. »
- « Pour plusieurs, la force de caractère, c'est ne pas être sensible, émotif, c'est être en contrôle tout le temps. »
- « Ils ont tendance à valoriser les gens qui sont déterminés, qui ne s'en laissent pas imposer. »
- « Les gars tolèrent mal les passe-droits, les privilèges. »
- « Quand ils font des commentaires ils ne se préoccupent pas beaucoup de vérifier comment l'autre va le recevoir. »
- « Les gars ne perdent pas de temps à fignoler. Faut que ça roule. »
- « Plusieurs valorisent la force physique et aiment faire la démonstration de leurs capacités. »
- « Les gars ne devinent pas facilement ce que les autres ressentent. Il faut dire les choses si on veut être comprise. »
- « Les gars vont tester les gens, que ce soit un nouveau contremaître ou une nouvelle employée. »
- « Plusieurs ont une image encore stéréotypée des femmes (physique, capacités, champs d'intérêts, préoccupations, etc.). »
- « Certains hommes sont encore sexistes. Ils ont des résistances à la présence des femmes dans les milieux et emplois traditionnellement masculins. »
- « Il y a des travailleurs qui sont contents de nous apprendre le travail, de transmettre leur savoir. C'est peut-être plus fréquent chez les plus âgés. »

De l'information et des conseils pratiques

Plusieurs femmes trouvent difficile leur première journée dans un milieu non traditionnel, qu'elles y étudient ou y occupent un emploi. C'est normal de se sentir intimidée lors des premiers contacts avec un groupe presque exclusivement masculin. Aussitôt que vous aurez établi des contacts et que vous participerez à la tâche, vous vous familiariserez avec la situation.

Le personnel enseignant, le compagnon ou la compagne d'apprentissage, l'employeur, le syndicat ont une responsabilité en ce qui concerne l'accueil. Vous devriez pouvoir compter sur leur soutien.

Dans certaines entreprises, la tradition veut que les recrues (hommes et femmes) soient initiées. Attendez-vous à ce que l'on vous joue des tours, que l'on mette à l'épreuve votre sens de l'humour. C'est une occasion de montrer à vos collègues que vous avez bon caractère. Ce rituel doit cependant demeurer inoffensif et ne pas porter atteinte à la dignité des initiées.

Ne vous sentez pas dans l'obligation de réagir sur-le-champ aux commentaires ou aux farces sexistes. Dans certains cas, votre indifférence peut calmer les ardeurs. De plus, prendre le temps de connaître le « farceur » peut vous permettre d'avoir une réaction plus efficace.

Il faut porter des vêtements appropriés quant au travail à accomplir. Laissez de côté les vêtements ou les accessoires qui attirent l'attention. Avec un peu d'ingéniosité, vous pouvez adapter vos vêtements de travail pour qu'ils soient sécuritaires et confortables. Certains fournisseurs de vêtements de travail offrent des tailles qui conviennent mieux aux femmes. Informez-vous ou parlez-en au magasinier ou à la magasinnière de votre milieu de travail.

Quand vous faites votre bilan de la journée ou de la semaine, mettez l'accent sur les obstacles que vous avez surmontés, sur ce que vous avez appris, sur les avantages que vous retirez à être dans l'action.

En observant bien les attitudes et les comportements de vos collègues de classe ou de travail, vous pourrez facilement repérer les personnes qui ont le plus d'ouverture ou avec qui vous avez des affinités. Les relations avec ces personnes sont à privilégier.

Votre sens de l'humour peut vous servir à créer des liens, à désamorcer des tensions, à tourner des situations à votre avantage et à passer des messages. Vous pouvez aussi recevoir avec humour les commentaires et les plaisanteries de vos collègues. La bonne humeur est contagieuse.

Si vous avez reçu un accueil plutôt froid de certains collègues, sachez que, dans la majorité des cas, les résistances s'estompent au bout de quelques semaines. Il n'est pas nécessaire non plus de créer des liens avec tous ses collègues de travail. Vous devez plutôt viser une reconnaissance mutuelle qui vous permettra, au besoin, de travailler ensemble dans un climat de collaboration.

Il est fort possible que vos collègues ou des personnes qui encadrent votre travail entretiennent des doutes quant à vos aptitudes pour le métier. On pourra tester vos capacités physiques, vérifier si vous avez bien fait un travail ou vous offrir de l'aide alors que vous pouvez vous acquitter de la tâche toute seule. Ne vous offusquez pas de ces attentions. Si les incrédules persistent dans leurs positions, faites-leur remarquer leur manque de confiance à votre égard.

Dans un milieu de travail ou de formation, il y a parfois des comportements qu'une majorité de personnes adoptent (sacrer, s'interpeller par son nom de famille, aller dîner ensemble le vendredi, éviter de dépasser un certain rythme de production, etc.). Vous conformer à certaines de ces règles officieuses peut être un moyen de démontrer que vous faites partie « de la gang ». Évidemment, les conduites que vous choisissez d'adopter doivent être conformes à vos valeurs.

Établissez aussi des contacts avec des femmes qui étudient dans d'autres programmes, qui travaillent dans d'autres services ou qui sont actives au sein du syndicat de l'entreprise, et ce, pour le plaisir de rencontrer des collègues intéressantes et en mesure de vous aider à l'occasion.

Dans certains cas, il peut être nécessaire de mettre les choses au point. Si des comportements vous dérangent, adressez-vous directement à la personne en cause et faites-lui comprendre que des changements s'imposent. Attaquer ou humilier la personne « espèce de... » est une mauvaise cible. Cherchez plutôt à obtenir un arrêt du comportement « je te demande de... ».

Les professeurs et les compagnons d'apprentissage sont généralement ouverts et désireux d'accueillir des femmes en formation. Ils devraient aussi être conscients des difficultés que vous pouvez éprouver et se montrer disposés à vous soutenir dans vos efforts d'intégration. Ne vous formalisez pas des maladresses de certains qui parfois s'adressent au groupe en vous oubliant (ex. : « Les gars, venez par ici. ») ou de ceux qui ont une attitude un peu paternelle avec vous. Ils ont aussi besoin de temps pour s'adapter.

Si vos rapports avec un professeur ou votre compagnon d'apprentissage sont difficiles, vous pouvez choisir de vous accommoder de cette situation ou tenter de régler le problème. Vous pouvez essayer de le rencontrer et lui demander avec diplomatie comment vous pourriez, par des efforts mutuels, en arriver à une meilleure collaboration. Les membres du personnel du service aux étudiants, votre mentor, une personne-ressource à Emploi-Québec sont des personnes qui peuvent préparer avec vous cette rencontre.

Le harcèlement sexuel est présent dans tous les milieux de travail. Il peut toucher les femmes et aussi les hommes, la plupart du temps les femmes en sont victimes. Le harcèlement sexuel peut prendre la forme de demandes répétées de faveurs sexuelles, d'attouchements, de remarques blessantes, de menaces. Parfois, le harcèlement est plus sexiste que sexuel. On veut alors discréditer, humilier, isoler une femme parce que l'on considère qu'elle n'est pas à sa place dans un milieu de travail ou de formation en particulier. L'idée est ni plus ni moins que de rendre ses conditions de vie difficilement tolérables.

Vous devez savoir que vous avez des droits et des recours. Le harcèlement est interdit par la Charte des droits et libertés de la personne. De plus, les directions d'école et les employeurs sont tenus d'assurer un climat de travail et d'apprentissage sain. Il doivent prendre des mesures pour enrayer le harcèlement.

QUE FAIRE POUR PRÉVENIR LE HARCÈLEMENT OU S'EN SORTIR?

- Quand vous atteignez votre limite de tolérance, manifestez votre désaccord très clairement.
- Quand vous demandez que cessent ces comportements, organisez-vous pour le faire devant des témoins.
- Prenez en note la date, les gestes, les propos de la personne qui vous harcèle ainsi que le nom des témoins de l'agression. Cela donne du poids à vos revendications.
- Dans vos interactions avec la personne qui vous harcèle, soyez brève, affirmative; évitez l'escalade de la violence.
- Ne restez pas seule avec le problème. Il est très important que vous en parliez à des collègues, à vos proches, à votre mentor, à une personne représentant le syndicat. Ce n'est pas facile, mais cela peut vous aider grandement.
- Si la situation ne change pas, consultez rapidement le personnel de l'école. Par exemple, un enseignant ou une enseignante en qui vous avez confiance ou encore une personne-ressource à la direction des études ou des services aux étudiants peut vous aider à trouver des solutions au problème.
- Rappelez-vous qu'en entreprise, votre compagnon ou compagne d'apprentissage, le personnel des ressources humaines, la personne représentant le syndicat, le comité de condition féminine, votre employeur peuvent vous apporter une aide précieuse.
- Si la personne consultée dit que ce que vous vivez est normal puisque vous êtes dans un domaine non traditionnel, ne la croyez pas. Vous êtes dans votre droit d'exiger du respect. Tournez-vous vers d'autres personnes mieux en mesure de vous apporter le soutien dont vous avez besoin.
- Prenez contact avec des personnes-ressources à l'extérieur de l'école ou de l'entreprise pour obtenir du soutien et de l'information. Adressez-vous au besoin à l'un des organismes suivants:
 - Groupe d'aide et d'information sur le harcèlement sexuel au travail de la province de Québec: (514) 526-0789 (appel interurbain: demandez que l'on vous rappelle);
 - Femmes regroupées en options non traditionnelles (FRONT): 1 877 273-7668 (sans frais);
 - Commission des droits de la personne et de la jeunesse du Québec: 1 800 361-6477 (sans frais);
- Si vous êtes une travailleuse syndiquée, communiquez avec le comité de condition féminine de votre organisation syndicale (consultez la liste «Principales centrales syndicales» à la page 46).

Les exigences de la tâche

Comme le disait France, «aller à l'école, apprendre un métier, c'est d'la job». Effectivement, acquérir de nouvelles connaissances, développer des compétences, satisfaire à des critères de performance impliquent de fournir des efforts importants. Vous devez, aux études comme sur le marché du travail, prendre les moyens appropriés pour répondre aux exigences de la tâche et atteindre les résultats escomptés.

Cette démarche va vous demander de la disponibilité, de la discipline, de l'engagement et beaucoup d'énergie. À certaines périodes, il faudra que vous soyez capable de composer avec le stress (ex.: examen, début d'un stage). En d'autres temps, c'est plutôt de patience et de constance que vous devrez faire preuve.

Le fait que vous vous engagiez dans une formation non traditionnelle peut aussi influencer sur votre façon d'aborder la tâche. Vous aurez avantage à être vigilante par rapport aux effets de certains préjugés sur votre rendement au travail. La pression de vouloir ou de devoir faire ses preuves peut avoir une incidence tout autant négative que positive.

Si vous revenez aux études après avoir été active sur le marché du travail pendant plusieurs années, vous devez prévoir une période de transition. Les femmes dans cette situation disent souvent qu'elles avaient perdu l'habitude du rythme et des travaux scolaires. D'autres considèrent qu'elles ont dû mettre les bouchées doubles pour se réapproprier des notions inutilisées depuis des années.

Retenez, enfin, que ces difficultés sont loin d'être insurmontables, et les diplômées sont là pour en témoigner. Le volet de conseils pratiques qui suit vous permettra de mieux connaître les exigences de la formation; il vous propose en outre des pistes de résolution de problèmes.

De l'information et des conseils pratiques

Dans la plupart des programmes de formation, les trois premiers mois sont probablement les plus importants sur le plan scolaire et les plus exigeants. À ce moment-là, on acquiert les connaissances de base qui permettent l'apprentissage de toutes les compétences exigées par le métier. C'est aussi en début de programme que vous devrez faire les plus grands efforts d'adaptation.

Consacrer du temps à la lecture, aux exercices et à l'étude se révèle payant. Dans votre agenda, réservez systématiquement de deux à trois heures par jour pour ces activités.

Si vous avez de la difficulté à assimiler les contenus théoriques, vous devez réagir rapidement. Il est possible que vous ayez besoin d'un peu de révision, d'exercices supplémentaires ou d'explications. C'est votre responsabilité de demander de l'aide, et il revient au personnel enseignant de vous soutenir.

Les apprenties doivent participer à l'organisation de leur apprentissage. Un suivi régulier avec votre compagnon ou votre compagne d'apprentissage vous permettra d'évaluer vos besoins, de planifier le travail à accomplir et d'évaluer votre progression. Prenez les devants.

Même si vous êtes à l'aise avec les contenus qui sont évalués, préparez bien les examens ou toute autre forme d'évaluation. Il faut s'y prendre à l'avance, se faire confiance et éviter de laisser le stress démolir nos efforts.

Les pensées négatives du genre : « Je ne serai jamais capable » ou « Je suis nulle » ou « J'aurais donc dû... » ont le pouvoir de paralyser votre potentiel de résolution de problèmes. Éliminez ces phrases de votre vocabulaire ou entraînez-vous à dire « stop » toutes les fois que vous les prononcez !

Il est possible que certains collègues possèdent déjà des connaissances dans le domaine ou une bonne expérience du métier. Souvenez-vous que vous n'êtes pas en compétition avec ces personnes et que vous pouvez bénéficier de leur savoir-faire.

Si, lorsque vous êtes en formation, on fait les choses à votre place, si l'on vous évite des tâches désagréables, si votre travail n'est pas évalué à sa juste valeur, vous risquez d'en payer le prix plus tard. Pour préserver votre autonomie et vos rapports égaux avec les hommes qui travaillent avec vous, il est important de distinguer la collaboration de la protection, l'aide de la prise en charge.

Si vous avez des points à améliorer au travail (ex. : minutie, vitesse, initiative), n'essayez pas de tout régler en même temps. Fixez-vous un objectif à la fois (ex. : « Au cours du prochain mois, je vais finir mes plans en même temps que les autres. »). Développez le réflexe de vous autoévaluer et d'apprécier vos progrès.

Le travail bien fait suscite le respect et amène la reconnaissance de la compétence. Précisons par ailleurs que le travail bien fait répond à des exigences de qualité, de quantité et de temps. Les perfectionnistes devront s'adapter !

Plusieurs femmes en formation non traditionnelle ne se donnent pas le droit de demander de l'aide de peur que cela soit perçu comme un signe de faiblesse. Voici un autre point de vue : une personne dont l'aide est sollicitée pourrait être valorisée par cette demande si elle sait que pour résoudre ce problème vous y avez consacré des efforts et considéré plusieurs solutions et qu'elle est votre dernier recours.

Il paraît que les gars ne sont pas tous portés à faire des compliments. Leur façon de vous transmettre leur appréciation consistera plutôt à vous demander de l'aide, à vous proposer de faire équipe ou à vous confier un travail. Rien ne vous empêche cependant d'apprécier votre travail et celui des autres. Personne n'est indifférent au renforcement.

Que ferez-vous pour maintenir et améliorer votre condition physique ? Particulièrement si votre métier est exigeant sur le plan physique (force, résistance, souplesse), vous devez accorder une attention particulière à cet aspect. Il y a peut-être dans votre centre de formation de l'équipement ou un gymnase disponible. Vous pouvez éventuellement vous joindre à une équipe sportive ou même en créer une pour les étudiantes des programmes non traditionnels !

En formation, durant votre stage ou dans votre emploi, faites-vous un point d'honneur de respecter les consignes de sécurité. Ce n'est pas parce que vos collègues utilisent une méthode de travail qu'elle est automatiquement la meilleure pour vous. Respectez vos limites et utilisez votre ingéniosité pour faire les choses autrement. Il y a souvent dans les milieux de travail des outils et des appareils qui facilitent la tâche et malheureusement ils ne sont pas toujours utilisés. Gardez l'œil ouvert.

Si vous avez besoin d'information concernant la santé et la sécurité au travail, vous pouvez vous adresser à la personne responsable de la prévention ou à votre syndicat. La Commission de la santé et de la sécurité du travail (CSST) peut aussi répondre à vos questions. Vous pouvez la joindre au numéro suivant : 1 800 668-6811 (sans frais) ou appeler votre bureau régional (pages bleues de l'annuaire téléphonique).

Les programmes de formation sont intensifs. Des absences peuvent être lourdes de conséquences. Pensez-y !

Dans n'importe quel projet, il y a des périodes plus difficiles. Si les événements vous portent à remettre en question votre engagement dans un programme donné, ne prenez pas de décisions sans consulter une personne-ressource. Revoyez vos motivations, pesez bien les conséquences, envisagez des scénarios de rechange. Faites part de vos préoccupations à une personne qui pourra vous aider à analyser la situation et à trouver des solutions satisfaisantes.

Vous avez sans doute dans votre entourage des personnes-ressources capables de vous soutenir : n'hésitez pas à faire appel à leur expertise. Tentez de joindre, par exemple, un enseignant ou une enseignante que vous appréciez particulièrement, un conseiller ou une conseillère pédagogique, votre compagnon ou votre compagne d'apprentissage, une personne-ressource à Emploi-Québec ou encore la personne qui vous a accompagnée dans votre démarche d'orientation.

La conciliation des responsabilités personnelles, familiales et professionnelles

Votre projet de formation aura une incidence importante sur votre vie personnelle. Il devrait surtout avoir un apport positif dans le sens où vous serez engagée dans des actions qui correspondent à ce que vous aimez faire. Être en situation d'apprentissage dans un domaine qui vous fascine et vous permet de développer votre potentiel a toutes les chances de vous apporter beaucoup de satisfactions.

En même temps, il ne faut pas se faire d'illusions, vous ne serez pas continuellement en état de grâce! Il n'est pas facile de trouver un point d'équilibre entre les obligations liées au marché du travail et celles qu'impose le quotidien. Pas simple non plus de laisser tomber des activités plaisantes pour se concentrer sur d'autres qui, parfois, comportent des contraintes. Vous pourrez, à certains moments, avoir l'impression que le prix à payer pour réaliser vos ambitions est élevé. C'est là que devra entrer en jeu la dynamique de votre motivation. Oui, vous devrez faire certains compromis, parfois des sacrifices, mais est-ce que cela n'en vaut pas la peine pour que votre avenir soit meilleur? À vous de juger.

Enfin, si à vos responsabilités d'étudiante ou d'apprentie s'ajoute celle de parent, nul besoin de vous faire la démonstration que les exigences du travail auront pour vous une tout autre portée. Comme France, Vicky et des milliers d'autres femmes (et de plus en plus d'hommes), vous aurez à composer avec la réalité du double emploi. Pour atteindre votre objectif, vous devrez probablement être plus déterminée, plus organisée et même plus ingénieuse que la majorité de vos collègues. Pour vous, la réussite de votre formation ne sera rien de moins qu'un exploit.

De l'information et des conseils pratiques

Les difficultés scolaires sont souvent le résultat de problèmes d'ordre personnel. Si votre projet vous tient à cœur, vous devez faire des choix, établir vos priorités. Considérez dès le départ les facteurs qui peuvent favoriser votre projet ou y nuire (vie sociale, budget, vie amoureuse, obligations familiales, travail à temps partiel, etc.) et donnez-vous une ligne de conduite.

L'aménagement du temps est très important. Utilisez vos habiletés en matière de planification, d'organisation et d'évaluation pour régler votre emploi du temps. Prenez l'habitude de vous servir d'un agenda. Cela peut vous aider à avoir plus d'emprise sur les événements.

Vous assurer la collaboration de vos proches est souhaitable pour que vous arriviez à concilier les exigences du travail et de la famille. Dans la mesure du possible, faites participer votre conjoint et les enfants à l'organisation de la vie familiale et domestique et négociez un contrat de partage des tâches. Repérez les personnes qui font partie de votre réseau (ex.: parents, voisins ou voisines, amies ou amis) et informez-les que vous pourriez avoir besoin de leur aide.

Des femmes en formation ou ayant un emploi ont opté pour l'utilisation d'un téléavertisseur. Cela leur permet de garder le contact avec les enfants, la garderie ou toute personne qui pourrait avoir besoin de les joindre à l'école ou au travail.

S'accorder un temps de répit est important. Ce n'est pas toujours évident, mais vous pouvez trouver des moyens de mettre à votre horaire de petits moments de plaisir. Au fait, savez-vous ce qui vous fait vraiment plaisir?

Il existe peut-être des ressources dans votre milieu qui pourraient vous aider à faire face à certaines difficultés (banque alimentaire, comptoir vestimentaire, service de planification budgétaire, réseau d'entraide, halte-garderie, etc.). Votre centre local de services communautaires (CLSC) peut vous diriger vers ces organismes.

Assurez-vous d'avoir exploré toutes les sources de soutien financier et de bien connaître vos droits et obligations si vous bénéficiez de prestations.

DES RESSOURCES

Pensez aux prêts et bourses du ministère de l'Éducation. Vous trouverez de l'information au service aux étudiants de votre école ou dans le site du Ministère: www.meq.gouv.qc.ca/afe.

Consultez votre centre local d'emploi (CLE) (voir la liste des **CLE à la page 47**).

Prenez le temps de lire attentivement votre contrat ou convention de travail pour bien connaître vos droits (congés de maternité, congés parentaux, absences pour raisons familiales, santé et sécurité au travail, etc.). Votre syndicat, la Commission des normes du travail et l'organisme Au bas de l'échelle sont des ressources qui peuvent vous fournir de l'information sur vos droits et recours. Adressez-vous à l'un des endroits suivants:

- **Commission des normes du travail:** (514) 873-7061 ou 1 800 265-1414 (sans frais) ou informez-vous à votre bureau régional (pages bleues de l'annuaire téléphonique);
 - **Au bas de l'échelle:** (514) 270-7878.
- La loi prévoit des droits et des recours pour les travailleuses enceintes. Si vous êtes dans cette situation, votre syndicat, la Commission de la santé et de la sécurité du travail ainsi que des organismes communautaires peuvent vous fournir des informations à ce sujet. Voici des ressources à consulter:
- **Naissance Renaissance:** (514) 392-0308;
 - **L'organisme FRONT:** 1 877 273-7668 (sans frais);
 - **Au bas de l'échelle:** (514) 270-7878;
 - **Commission de la santé et de la sécurité au travail (CSST):** 1 800 668-6811 (sans frais) ou informez-vous à votre bureau régional (pages bleues de l'annuaire téléphonique).

La recherche d'un emploi

Nous avons regroupé ici quelques conseils pratiques sur la recherche d'un emploi et le marché du travail.

Si votre programme comprend une période d'arrêt (vacances estivales) et que vous prévoyez travailler, offrez en priorité vos services à des entreprises dont les activités sont liées à votre domaine d'études. Même si vous y occupez des fonctions autres que celles qui se rapportent à votre métier, cette expérience pourrait vous permettre de connaître des gens qui travaillent dans votre domaine.

Cela vaut la peine de consacrer du temps à la recherche d'un stage de fin d'études. C'est une bonne occasion de se familiariser avec le marché du travail, d'établir des contacts et de se faire connaître. Ne vous contentez pas d'appels téléphoniques. Demandez une rencontre d'information et rendez-vous sur place. Idéalement, vous devez chercher un stage dans une entreprise en développement. Consultez le personnel enseignant de votre école.

Prenez entente avec vos professeurs ou professeures et avec la personne qui a supervisé votre stage au sujet des références qu'ils seront en mesure de vous fournir pour votre recherche d'un emploi (lettres de recommandation, transmission de leurs coordonnées).

Préparez-vous à rencontrer des résistances. Dans certains milieux, votre offre de service pour un poste traditionnellement masculin peut être reçue avec scepticisme ou même ne pas être prise au sérieux. Vous avez peut-être avantage à adopter une approche particulière et à être soutenue dans vos démarches.

Il existe au Québec un réseau d'organismes communautaires qui offrent des services d'aide à l'emploi aux femmes. Ces organismes ont une expertise très intéressante concernant l'aide à l'intégration en emploi pour les femmes dans les métiers non traditionnels. Dès que vous serez prête à commencer votre recherche d'un emploi, joignez-les. Ces organismes pourront aussi vous diriger vers d'autres ressources le cas échéant. Consultez la liste «Ressources communautaires – Services d'aide à l'intégration en emploi» **à la page 46** pour connaître les organismes de votre région.

Dans les centres locaux d'emploi (CLE) vous trouverez des ressources intéressantes pour organiser et effectuer votre recherche de façon autonome (télécopieur, guichet emploi, répertoires d'employeurs, documentation sur la recherche d'un emploi, etc.). Vous pouvez aussi demander à y rencontrer un conseiller ou une conseillère qui examinera avec vous les possibilités d'aide à l'intégration en emploi et qui pourra vous donner de l'information sur le Régime de qualification et le «Sceau rouge» (voir la liste des directions régionales **à la page 47**).

Vos collègues de classe ou de travail, le personnel enseignant de votre école, votre mentor sont des personnes-ressources à ne pas négliger dans vos démarches de recherche d'un emploi. Gardez le contact, échangez de l'information avec ces personnes. Le réseau de contacts est souvent beaucoup plus efficace que les journaux pour repérer des employeurs potentiels.

Dans la majorité des bibliothèques publiques, vous pouvez avoir accès à un poste de travail pour faire de la recherche dans Internet. Vous y trouverez également des répertoires d'entreprises nationales et locaux ainsi que des guides d'emploi.

Avant d'accepter un emploi, demandez à visiter les lieux de travail. Si vous en sentez le besoin, vous pouvez vérifier si vous êtes la première ou la seule femme qui occupera un poste dans cette entreprise ou ce service. Vous pouvez aussi vous informer sur la procédure d'accueil (entraînement à la tâche, supervision).

BotTin^{des} ressources

BotTin des ressources

BOTTIN DES RESSOURCES

BotTin des ressources

BotTin des ressources

Organismes gouvernementaux

Commission des droits de la personne et de la jeunesse..... 1 800 361-6477

Pour les bureaux régionaux, voir les pages bleues de l'annuaire téléphonique dans la section «Gouvernement du Québec».

Commission des normes du travail 1 800 265-1414

Pour les bureaux régionaux, voir les pages bleues de l'annuaire téléphonique dans la section «Gouvernement du Québec».

Commission de la santé et de la sécurité du travail, CSST 1 800 668-6811

Pour les bureaux régionaux, voir les pages bleues de l'annuaire téléphonique dans la section «Gouvernement du Québec».

Principales centrales syndicales

Centrale de l'enseignement du Québec (CEQ)..... (514) 356-8888

Centrale des syndicats démocratiques (CSD) (418) 529-2956

Confédération des syndicats nationaux (CSN) (514) 598-2121

Fédération des travailleurs et travailleuses du Québec (FTQ) (514) 383-8000

Ressources communautaires – Groupes d’appui

Groupe d'aide et d'information sur le harcèlement sexuel au travail de la province de Québec..... (514) 526-0789

(Comme il s'agit d'un appel interurbain, demandez qu'on vous rappelle.)

Femmes regroupées en options non traditionnelles (FRONT)..... (514) 273-7668 ou 1 877 273-7668

Au bas de l'échelle..... (514) 270-7878

Ressources communautaires – Services d’aide à l’intégration en emploi

ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

Vision Travail, Rouyn-Noranda..... (819) 797-0822

BAS-SAINT-LAURENT

Ficelles pour l'accès des femmes au travail, Rimouski (418) 723-2205

CENTRE-DU-QUÉBEC

Femmes en production industrielle, Victoriaville..... (819) 795-4442

Partance, Drummondville..... (819) 472-3351

Services intégrés pour l'emploi, Victoriaville..... (819) 758-1975

CHAUDIÈRE-APPALACHES

Transition'Elle, Saint-Romuald..... (418) 839-3109

CÔTE-NORD

Centre Émersion, Baie-Comeau..... (418) 296-6388

ESTRIE

Centre d'Intégration au Marché de l'Emploi, Sherbrooke (819) 564-0202

GASPÉSIE-ÎLES-DE-LA-MADELEINE

La Sentinelle, Cap-aux-Meules..... (418) 986-4334

LAVAL

Options gagnantes, Centre des femmes de Laval, Laval..... (450) 629-1991

MAURICIE

Centre Le Pont, Trois-Rivières..... (819) 373-1273

MONTRÉAL

Formation'Elle, Centre des femmes de Montréal, Montréal..... (514) 842-4776

MONTÉRÉGIE

Centre d'orientation et de formation pour femmes en recherche d'emploi, Saint-Jean-sur-Richelieu..... (450) 347-6101

Option Ressource Travail, Valleyfield..... (450) 377-4949

Options non traditionnelles, Longueuil..... (450) 646-1030

Passage non traditionnel, Granby..... (450) 378-2212

Ressources et action des femmes de Sorel, Sorel..... (450) 730-0181

OUTAOUAIS

Option femmes emploi, Gatineau (819) 246-1725

QUÉBEC

Centre Étape, Québec..... (418) 529-4779

SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

Accès-travail-femmes, Jonquière (418) 548-0834

Les directions régionales d'Emploi-Québec

ABITIBI-TÉMISCAMINGUE..... (819) 763-3226

BAS-SAINT-LAURENT (418) 723-5677

CENTRE-DU-QUÉBEC..... (819) 475-8701

CHAUDIÈRE-APPALACHES..... (418) 838-2605 ou 1 800 463-5907

CÔTE-NORD (418) 295-4020 ou 1 800 463-6443

ESTRIE..... (819) 569-9761

GASPÉSIE-ÎLES-DE-LA-MADELAINE..... (418) 360-8661

LANAUDIÈRE (450) 752-6888

LAURENTIDES..... (450) 569-7575

LAVAL (450) 682-5505

MAURICIE..... (819) 371-4945 ou 1 800 567-7959

MONTÉRÉGIE..... (450) 773-7463

MONTRÉAL..... (514) 725-5221

NORD-DU-QUÉBEC (418) 748-7643

OUTAOUAIS (819) 772-3035

QUÉBEC..... (418) 687-3540

SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN (418) 549-0595 ou 1 800 463-9641

ADRESSE INTERNET www.mss.gouv.qc.ca

Pour plus d’information...

Communiquez avec le Bureau des renseignements et plaintes du ministère de la Solidarité sociale :

- Région de Québec : (418) 643-4721
- Autres régions : 1 888 643-4721