



Numéro 10

novembre

2011

www.fcefrance.fr

fce magazine

Rencontres :

Françoise Gri,
Marie-Claude Dupuis,
Catherine Rivière

page 26



Actualités :

Dominique Mouillot
élue Présidente du Comité
Provence-Corse des CCEF
page 5



Initiative :

Le financement solidaire
au service
des créateurs d'entreprise
page 18



Décryptage :

Handicap :
l'emploi comme
priorité
page 24

Focus :

L'innovation irrigue le Centre



page 08

éditorial

Selon le baromètre de la Fondation Face, qui promeut l'inclusion sociale et l'égalité des chances, le champ d'action principal de la RSE est l'insertion par l'emploi. Pour 84 % des 540 entreprises françaises interrogées dans son enquête, l'égalité professionnelle homme/femme demeure la préoccupation principale, à égalité avec l'emploi des seniors.

Une fois lancée, la pratique sociale apparaît de l'avis général, comme un bon vecteur de performance.

Elle valorise l'image externe de l'entreprise, son intégration dans l'environnement local, favorise un bon climat interne et une cohésion sociale.



Marie-Christine OGHLY - Présidente FCE FRANCE

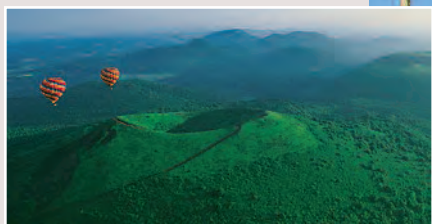
« Redonner du sens à l'entreprise »

Les crises économique, financière, sociale, environnementale... qui secouent le monde se sont accentuées. Un champ d'incertitudes qui nous invite à revisiter nos modèles de développement avec l'entreprise comme acteur-clé pour faire bouger les lignes. Face aux attentes de plus en plus fortes de la société civile, l'entreprise doit en effet plus largement prendre en compte les impacts sociaux et environnementaux de ses activités, ainsi que les préoccupations de ses parties prenantes : collaborateurs, actionnaires, clients, fournisseurs... Il s'agit pour l'entreprise de s'engager de façon pragmatique avec des objectifs de progrès pertinents et réalistes.

Les PME ne peuvent rester à l'écart de cette évolution qui va modifier progressivement leurs pratiques et conditionner leur stratégie de développement. L'implication de nos délégations ces derniers mois sur cette thématique, montre bien l'importance que revêt cet engagement, auquel nous consacrons notre Forum National du 18 novembre.

L'adoption d'une démarche RSE permet d'associer logique économique, responsabilité sociale et éco-responsabilité. Le moyen de définir des valeurs d'éthique et de déontologie qui agissent directement sur la gouvernance des entreprises et les comportements des salariés.

En ayant une vision claire, globale et partagée sur les enjeux et niveaux d'exigence, nous pouvons mettre en place un pilotage cohérent et ainsi redonner du sens à l'entreprise.



08 L'innovation irrigue focus le Centre

sommaire

N°10 - Novembre 2011

05 *actualités* Les entreprises qui exportent le plus sont celles qui innovent ! **Des Femmes entrepreneurs à l'honneur** 06

08 *focus* L'innovation irrigue le Centre **Le Cher** 10 **L'Yonne** 12

18 *initiative* Le financement solidaire au service des créateurs d'entreprise



22 *décryptage* Création d'entreprise, les émergents donnent le La ! **Handicap : l'emploi comme priorité** 24

26 *rencontres* Françoise Gri Présidente de Manpower-Group France **Marie-Claude Dupuis** Directrice générale de l'Andra **Catherine Rivière** PDG de la société civile « Grand Equipement National de Calcul intensif » (GENCI) 27 **29**

28 *tendance* GymStill - la remise en forme devant son ordinateur



FCE le magazine

Le magazine des Femmes
Chefs d'Entreprises,
12, rue Emile Allez - 75017 PARIS
Tél : 06 81 41 32 22 - www.fcefrance.fr

Directrice de la publication :
Marie-Christine Oghly,
Comité de rédaction :
Marie-Christine Oghly, Yvette Godard,
Philippe Sclavon.
Rédacteur en Chef :
Philippe Sclavon.
Ont participé à ce numéro :
Anna Voltz, Philippe Sclavon, Alexandra Petit

**Conception, rédaction, réalisation
et régie publicitaire :**
SODIRP - 48, rue de Ponthieu
75008 Paris
Tél : 01 58 36 05 05
Directeur :
Dominique Lévy
Direction artistique :
Agnès Balard-Robert

Dépôt légal :
février 2011
Impression :
EPEL
Liste des annonceurs :
GNP - GSC - REUNICA - ARSEP
Crédits photos : Fotolia
Les opinions émises dans cette revue
n'engagent pas FCE FRANCE.

Les entreprises qui exportent le plus sont celles qui innovent !

Dominique Mouillot a été élue présidente du Comité Provence Corse des Conseillers du Commerce Extérieur (CCEF) le 7 juillet dernier. Depuis 2009 elle est conseillère du gouvernement du Commerce Extérieur de la France. Les CCEF sont des hommes et femmes qui s'engagent bénévolement. Ils sont nommés pour trois ans par décret du Premier ministre sur proposition du ministre chargé du Commerce extérieur. Dominique Mouillot résume: « *Notre rôle au sein de notre Comité est de conseiller, parrainer, former et favoriser les échanges commerciaux entre tous les acteurs économiques mondiaux* ».

Les actions clés et les challenges

Les CCEF veillent sur les « dossiers sensibles » du commerce extérieur. Ils transmettent leurs informations, avis et recommandations aux pouvoirs publics dont ils éclairent les décisions. A part cela ils mènent trois actions phares : le conseil aux entreprises, la formation des jeunes et le soutien du développement du dispositif VIE (Volontaire International en Entreprise). C'est une mesure incontournable pour 2012, car le Président de la République a demandé aux CCEF de s'engager individuellement en faveur de ce dispositif.

Deux problèmes majeurs préoccupent le travail du réseau: « *la pérennité des exportateurs, car plus de 70% des entreprises n'exportent plus au bout de trois ans*. » En plus des aides financières fournies par les différents organismes, il est important de proposer des actions structurantes pour des primo-exportateurs. « *Deuxième souci : nous manquons cruellement de sociétés de taille*

moyenne en France et celles qui existent n'exportent pas beaucoup. Il faut mener une action auprès de ces entreprises de taille intermédiaire (ETI) pour qu'elles se lancent à l'export. »

Les dispositifs pour avancer

Depuis quelques années il existe une équipe de France de l'export mettant tout en œuvre pour aider les entreprises dans leur développement à l'international, et leur permettant aussi d'avoir une meilleure visibilité du « qui fait quoi » au niveau national, rappelle Dominique Mouillot. En juillet 2011, tous ses membres ont signé une charte de l'exportation qui va être déclinée dans les régions et qui sera portée, en PACA, par le Conseil régional et la CCIR.

L'histoire montre que les entreprises qui exportent le plus sont celles qui innovent, souligne-t-elle. « *Pourquoi ne pas travailler avec celles qui innovent régulièrement mais qui n'exportent pas encore ? La présence d'OSEO au sein de l'équipe de France est, à cet égard, un bon soutien.* »

Pour cette experte il est primordial de maintenir et développer les outils « classiques » de soutien à l'export : L'Assurance Prospection Coface, le Contrat Développement International et le Prêt pour l'export d'OSEO, le Sidex et le VIE d'Ubifrance, ou encore le PRDE du Conseil Régional PACA (liste non exhaustive). « *Pourquoi ne pas penser à un outil qui pourrait être entre le Sidex - où les lignes de crédit s'amoindrissent - et l'Assurance Prospection Coface, qui devient de plus en plus difficile à obtenir ?* »



Dominique Mouillot
présidente d'ONET Technologies, acteur majeur de l'industrie nucléaire civile (ingénierie et maintenance des réacteurs nucléaires, démantèlement et construction d'installations nucléaires) en France et depuis quelques années à l'étranger.



Pour tout renseignement :
www.cnccef.org

Des Femmes entrepreneurs à l'honneur



Prix Femme Chef d'entreprise

Michèle LANCKMAN

PDG de La Truffe Noire - Marseille

En 1979, elle rejoint sa mère au sein de La Truffe Noire alors self service au cœur de Marseille. En 1987, elle prend les rênes de l'entreprise et va donner une autre dimension à ce traiteur de quartier qui obtient en 1998 le label très convoité des Traiteurs de France. L'année suivante, Michèle Lankmann investit 1 500 000 euros dans la création d'un laboratoire de production ultra moderne et quitte le centre ville de Marseille pour le MIN des Anavaux. En 2003, elle est récompensée par la Chambre des Métiers pour son action en faveur de la parité dans un secteur dit traditionnellement masculin. En 2008, elle obtient la certification Qualitrateur.

Prix Femme dirigeante

Fabienne GASTAUD

Wit – Saint Laurent du Var

Arrivée chez WIT en 1991 comme rédactrice technique, elle devient chargée d'affaires puis Responsable du Département Services et Directrice Commerciale, avant de prendre la Direction Générale en 2003. Parmi ses plus belles réussites : l'engagement concret sociétal, RH et lou environnemental au sein de l'entreprise et son image en tant que société responsable, sans parler du développement du CA.



Sud Infos a récompensé le 21 juin dernier les Femmes de l'Economie de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur. 9 trophées qui mettent à l'honneur la réussite des femmes dans l'économie de la région Grand Sud-Est.



Prix Développement Durable et/ou commerce équitable

Sophie GRAMOND

Editions Gramond - Aubagne

C'est à 31 ans qu'elle crée les éditions Gramond en faisant le choix d'imprimer en France, malgré les énormes différences de coûts avec l'impression en Chine ou au Vietnam, dans des entreprises au label Imprim vert et à la norme Iso 9001, proches soit de son bureau soit de son diffuseur afin de réduire l'impact carbone. Tous ses livres sont imprimés sur des papiers certifiés PEFC, avec des encres végétales et par des entreprises en conformité avec le droit du travail français.

*Elle a reçu le gourmand award du livre de voyage culinaire pour *La quête du Thé* et le gourmand award pour les meilleures photographies culinaires pour *Instants*.*

Prix Spécial du Jury Catherine CHERUBINI

Isolvar - Aix en Provence

Seule société dans l'isolation frigorifique dirigée par une femme, Isolvar propose la chaîne complète des prestations, de l'étude à la réalisation des bâtiments en France et à l'International avec ses propres équipes en passant par le SAV. Parce que Catherine Cherubini a su créer autour d'elle un climat de confiance tant auprès de son personnel, que de ses clients, de ses fournisseurs et partenaires financiers, Isolvar a su maîtriser sa crise de croissance en pleine crise financière.



Prix de l'Action à l'international Anne MARTEL REISON

Eoc International - Marseille

Créée en 2005, cette société accompagne à l'international les PME et TPE de la région PACA dans le domaine viticole: promotion

des rosés de Provence aux USA, Russie, Brésil et Chine. Anne Martel Reison, propose à ses clients un suivi stratégique et commercial tout au long de l'année en s'appuyant sur ses bureaux à l'étranger et en les amenant une à deux fois par an sur place, lors de salons ou de dégustations.

Prix Femme dans la finance Véronique VEDRINE

Oseo - Marseille

Entrée en 1981 dans l'entreprise, Véronique Védrine est devenue en 2005, la 1ère femme directeur de réseau au sein de la société.

En animant les 180 collaborateurs du Réseau Sud, elle a su réaliser les objectifs fixés par la Direction Générale et remplir les missions d'OSEO qui ont pour finalité d'aider les entrepreneurs à prendre des risques.



Prix du Magazine Elle Agnès BLUZET

**Caisse d'Epargne Provence
Alpes Corse (CEPAC) - Marseille**

Recrutée en 1999 par la banque de Gestion Privée Indosuez à Paris, Agnès Bluzet est nommée au bureau de Marseille en 2004. En 2007 elle fait la connaissance du Président de la Caisse d'Epargne Provence Alpes - Corse qui lui propose de créer une direction au sein de la CEPAC dédiée à l'accompagnement des dirigeants sur leurs problématiques de cession/transmission.



Prix Ressources Humaines Marie-Pierre LE GOEC ALLARY

**MULTI RESTAURATION
MEDITERRANEE - Marseille**

En reprenant l'entreprise en 2005, le choix de Marie-Pierre Le Goec Allary a été de la repositionner sur une identité « méditerranéenne » avec des valeurs de proximité, de réactivité et de qualité de prestation.

Grâce à ses qualités d'écoute et de confiance et l'acceptation du droit à l'erreur, Marie-Pierre Le Goec Allary a créé une dynamique et une cohésion au sein des équipes opérationnelles tout en développant l'autonomie des agents de maîtrise et des cadres. Elle a ainsi su développer la motivation et la mobilisation des 150 collaborateurs dans le projet de l'entreprise.



Prix Coup de Cœur : Jeunes Pousses Virginie BRUNET

**TASSHA STUDIO -
Plan de Cuques**

Cette société a inventé la première centrale de réservation de sites internet, permettant de proposer un tarif dégressif, avec pour ambition d'ici 3 ans, d'être un acteur incontournable de la création de sites packagés et personnalisés. « Tassha Studio sera le leader national sur ce marché destiné aux TPE/PME », assure Virginie Brunet, sa co-dirigeante.



L'innovation irrigue le Centre

L'Auvergne

Partagé entre trois régions administratives (Auvergne - Centre et Bourgogne), le cœur géographique de la France navigue entre tradition et innovation. Un mariage réussi qui joue sur les atouts d'un riche passé industriel et une culture de la recherche.

L'Auvergne terre d'innovation

Idéalement située aux croisements de plusieurs autoroutes desservant l'ensemble des grandes métropoles nationales, l'Auvergne est une région multiple offrant autant la culture que l'environnement, un cadre de vie urbain, que la sérénité de la campagne. Forte de paysages magnifiques et d'une richesse historique importante, elle a également su se montrer compétitive et innovante, développant des domaines d'excellence comme l'aéronautique, la nutrition-santé, l'industrie agroalimentaire ou les TIC. Avec 40 000 étudiants, 6 500 chercheurs et 3 pôles de compétitivité (mécanique, viande et céréales), la région est au 4^e rang français en termes de R&D.

Des transferts de technologies tournés vers l'entreprise

Différentes structures de transferts de technologies tournées vers l'entreprise et en particulier les PME irriguent le territoire. Clermont-Ferrand a ainsi développé la plateforme Méc@prod, intégrée à la structure universitaire de l'IFMA, pour mutualiser les énergies, les compétences et la transmission des savoirs entre étudiants, enseignants, chercheurs et entreprises. C'est par l'innovation et l'application dans le milieu industriel des technologies les plus avancées, que la mécanique a changé de visage au cours du temps. La mécanique traditionnelle a ainsi donné vie à la mécanique high tech qui maintient et accroît

L'Auvergne en chiffres

Superficie :
26 013 km²
1 339 200 habitants

Population active : **46,7 %**
59 926 entreprises
Taux de chômage : **8,5 %**

l'avantage concurrentiel dans ce secteur. C'est en poursuivant dans cette voie, que la filière parviendra à concurrencer efficacement les pays à faibles coûts de production. Quatre technopoles accueillent les jeunes pousses à Clermont, Aurillac, Saint-Beauzire et Vichy. Un tissu de PME alimente les grands noms de l'aéronautique aux côtés de grands groupes comme Aubert & Duval (attaches de voilures, réacteurs et trains d'atterrissage), Alcan (ailes de l'Airbus A380) ou Michelin qui signe les pneus de l'A380, testés à Ladoux, en périphérie de Clermont-Ferrand. 13 000 personnes travaillent dans ce secteur sur les segments de l'aviation militaire et civile, hélicoptères, drones, missiles lanceurs et satellites.

Priorité aux biotechnologies

Terre agricole, l'Auvergne dispose depuis longtemps d'une filière agroalimentaire importante allant de la semence au produit de consommation, avec comme leader Limagrain, le quatrième semencier mondial. Ajoutons à cela un outil de recherche et de formation performant avec la seule filière complète d'enseignement supérieur dans le domaine de la nutrition-aliments-santé et une industrie de la santé et toutes les conditions sont réunies pour favoriser le développement des biotechnologies. A côté d'entreprises de renommée internationale du secteur comme Aventis ou MSD Chibret, implantées de longue date en terre auvergnate, des PME innovantes sont présentes sur ces marchés porteurs. C'est le cas par exemple de Meristem Therapeutics, devenue le plus grand centre européen de production



Pépinière Pascalis à Clermont-Ferrand.

de protéines thérapeutiques à partir du maïs ou de Biogemma leader européen dans les biotechnologies végétales. Le panorama économique de l'Auvergne ne serait pas complet sans évoquer les technologies de la communication auxquelles les dix hectares de la pépinière Pascalis de Clermont-Ferrand sont entièrement dédiés et des industries plus traditionnelles comme l'agriculture, le tourisme ou la plasturgie. Avec 35 % de la production nationale, la Haute-Loire est un acteur de référence. Le département abrite un véritable pôle de production spécialisé dans l'extrusion du polyéthylène situé à Sainte Sigolène et dans l'Est du territoire.



Société Aubert & Duval (Auvergne).



Typologie des chefs d'entreprise dans le Puy de Dôme

16 %
des entrepreneurs ont moins de 35 ans tandis que **22 %** ont 55 ans et plus.
62 % d'entreprises

individuelles dont **20%** dirigées par une femme.

Source Comité de développement du Puy de Dôme.

focus ↓ RÉGION CENTRE



Biogemma (Auvergne).

La reprise de l'activité industrielle en Auvergne, constatée au 1^{er} semestre, se poursuivra-t-elle ?

Avec les turbulences actuelles sur les marchés, la question est sur toutes les lèvres. L'enquête réalisée par la Banque de France auprès de 300 entreprises et établissements industriels avait fait apparaître un rebond des chiffres d'affaires, une meilleure orientation de l'emploi et une reprise attendue des dépenses d'investissements. La progression de l'activité industrielle constatée en 2010 (+7,8 %), stimulée par de bons volumes d'exportation (27 %) s'était en effet prolongée au premier semestre (+7 %). Le résultat d'une convergence de trois cliquotants passés au vert : la croissance des chiffres d'affaires, le solde positif de l'emploi et des marchés internationaux dynamiques (Asie et pays émergents).

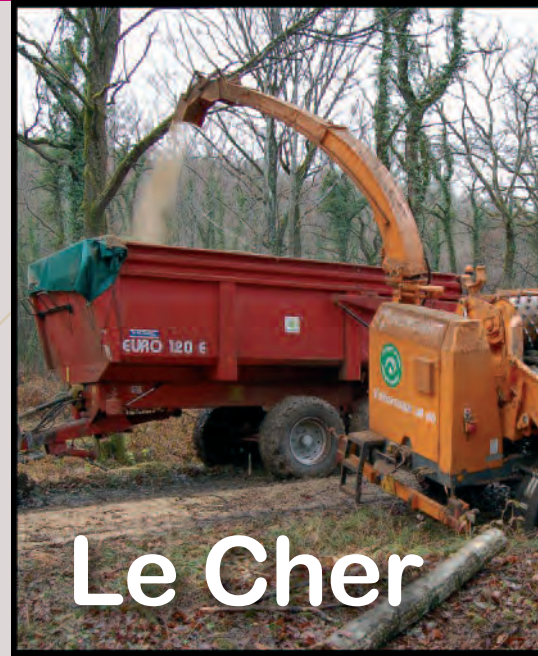


Région de tradition agricole et sylvicole, le Cher a su néanmoins attirer des entreprises de pointe et développer une activité industrielle soutenue dans des domaines de haute technologie.

64 % des 731 020 ha de la superficie totale du département sont occupés par les activités agricoles. Le secteur agro-alimentaire qui emploie 1810 salariés répartis dans 70 établissements, bénéficie d'une agriculture productive et diversifiée (céréales, oléagineux, vinification, lait, viandes, biscuiterie, confiserie). Les terres du Cher sont célébrées dans le monde entier à travers un vignoble qui compte cinq appellations d'origine contrôlée : Sancerre, Menetou-Salon, Quincy, Reuilly et Châteaumeillant et ses célèbres fromages de chèvre ; Crottin de Chavignol, Selles sur Cher, Valençay.

Des entreprises de pointe à forte valeur ajoutée

Première activité industrielle du département, la filière Mécanique et Travail des métaux regroupe 150 établissements, emploie 4250 personnes et représente 16 % de l'emploi industriel du département. L'aéronautique et la défense qui se sont structurées autour de grands groupes (MBDA, GIAT Industries) en tissant un maillage dense de sous-traitants de renommée internationale (Mécachrome, Lisi Automotive, MCSA, SIPEM, Auxitrol...) en constituent la principale composante. Ce savoir-faire est fortement concentré autour de Bourges qui accueille 40 % des emplois de la filière, quatre pôles technologiques qui aident ces industries dans leurs projets de R&D et l'Ecole Supérieure et d'Application du Matériel. Dans le



domaine des services aux entreprises, deux leaders boostent le développement d'un secteur jusqu'ici encore peu concurrentiel : Dexia Sofaxis, spécialisée dans l'assurance du personnel des collectivités et établissements hospitaliers, dont les 400 collaborateurs sont installés à Vasselay et Bouygues Telecom dont le centre de relation clients est le premier centre d'appels en France à être labellisé Haute Qualité Environnementale.

1^{er} producteur français de porcelaine

Avec 7 000 tonnes produites chaque année, le Cher assure 60 % de la production française,





Le Cher assure 4,7% de la production nationale d'énergie bois.

plaçant les porcelaines et céramiques du Cher au tout premier rang européen. Un pôle de compétitivité s'attache d'ailleurs à soutenir la filière en l'orientant vers la céramique industrielle et des produits valorisant une démarche pointue de recherche et d'innovation. Dans le sillage du pôle technologique de l'or de Saint-Amand Montrond, un Pôle Luxe de 6 hectares rassemble ateliers, espaces de travail, salles d'exposition et de congrès regroupant les différents métiers présents sur le département : bijouterie/joallerie, maroquinerie, prêt à porter de luxe et arts de la table qui travaillent pour les grands noms du secteur.

Miser sur les énergies renouvelables

Sur la lancée du Grenelle de l'Environnement, la région a décidé

d'intensifier sa politique de développement durable. Première région pour la production d'énergie éolienne, elle est aussi très présente sur l'énergie géothermale, la production de colza diester, le photovoltaïque ou l'énergie bois. Disposant d'une surface boisée de 900 000 ha, représentant un gisement forestier de 5 millions de m³/an, le Cher assure 4,7 % de la production nationale d'énergie primaire bois et fournit un bois d'œuvre de grande qualité. Un filon forestier qui bénéficie de plateformes logistiques en pleine expansion.

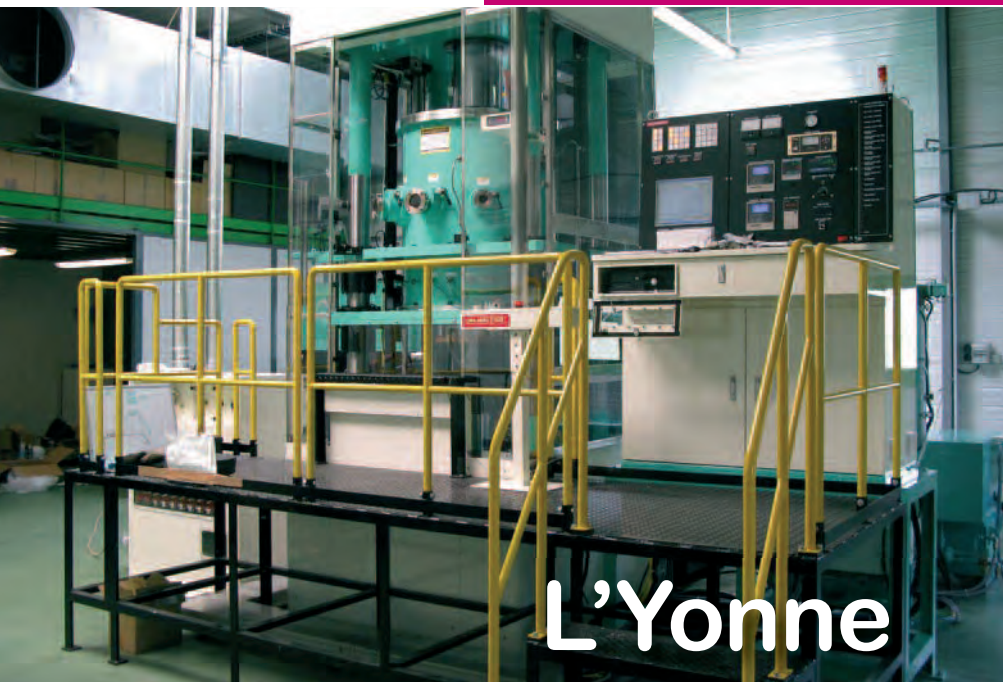


Céramique industrielle.



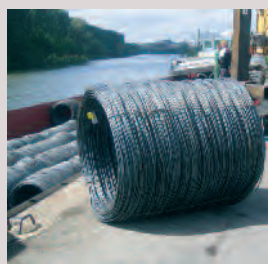
60% de la production française de porcelaine sortent des fours du département.

Avec 7 310 km²,
le Cher représente
19 % de la région Centre
et compte
314 600 habitants
pour 290 communes.



L'Yonne

Le département se caractérise par un tissu industriel dense (20 000 entreprises) principalement axé sur les biens intermédiaires, le secteur agricole et alimentaire et les biens d'équipements. Pour attirer de nouvelles activités, le Conseil général mise notamment sur un coût du travail 28 % moins élevé qu'en Ile-de-France et une re-dynamisation du territoire par le développement du transport fluvial et la valorisation des pôles



d'excellence ruraux (biocarburant, agro-industrie). Les plateformes fluviales de Gron et Joigny vont ainsi connaître un regain d'activité par la mise à grand gabarit de l'Yonne. Tandis que d'anciens sites militaires, dans la région de Joigny, seront requalifiés.

Une expérience unique en France : l'usine-école LAPESI

Opérationnelle dans les infrastructures de l'Institut d'Enseignement Supérieur (IES) de Sens Saint Clément, l'usine école « LAPESI » initie chaque année une centaine de jeunes gens aux différentes filières des métiers de l'industrie. Ouverte en 2008, à l'initiative de la Maison de l'Entreprise de l'Yonne, de l'Union des industries et des métiers de la métallurgie (UIMM) et du MEDEF, cette structure pédagogique unique sur le territoire national (il existe un équivalent en Belgique) accueille une ligne de production complète servant à fabriquer des flacons de shampoing. Financé grâce à la taxe d'apprentissage, ce concept original mis à la disposition des entreprises industrielles de l'Yonne a coûté 400 000 euros. Les élèves apprentis découvrent les métiers du bureau d'étude, de la production, de la conception, de la maintenance, du pilotage de systèmes automatisés et de la qualité. Les entreprises peuvent y tester leurs candidats aux futures embauches en situation réelle mais aussi professionnaliser leurs collaborateurs lors de stages.

« Techni'Femmes » oriente le public féminin vers les métiers techniques

Une journée de rencontre et d'échanges qui se voulait constructive pour mieux présenter les pistes de réflexion autour des filières corporatistes techniques : c'était l'enjeu principal de l'évènement, réalisé il y a quelques semaines par l'antenne régionale de FETE (Femmes égalité emploi), sur le bassin de Migennes/Joigny, zone géographique réputée délicate en matière de recrutement chez les femmes. Trente-cinq participantes ont répondu favorablement à la démarche, majoritairement en recherche d'emploi, en formation ou en reconversion. L'opportunité pour ces femmes de visiter des entreprises et de pouvoir explorer des filières techniques, encore peu féminisées, qu'elles n'envisagent pas d'exercer spontanément, comme le bâtiment et les travaux publics, le transport ou la sécurité. Plusieurs entreprises locales (Elite Restauration, Entreprise Didier Chevalier, Nathalie Taxi, la SNCE, le SDIS de l'Yonne, le centre de formation de l'AFPA...) et des collectivités se sont joints à l'initiative afin de dévoiler les différents métiers techniques applicables au sein de leur propre structure.



Béatrice Chopineau
Présidente de la délégation
FCE Puy-de-Dôme

« Nous sommes riches de 44 membres de tous les secteurs économiques »

Malgré un agenda surchargé, si elle a accepté d'être présidente de la délégation des FCE Puy-de-Dôme en mai 2010 elle l'a d'abord fait avec « *appréhension, cependant, les efforts d'organisation faits pour accomplir au mieux cette fonction, sont largement récompensés par l'aide et l'enthousiasme des adhérentes FCE de notre délégation.* » Il est difficile pour cette mère de trois enfants d'évaluer le temps qu'elle investit dans cette fonction. « *Entre les réunions de bureau, les entretiens téléphoniques, la représentation nécessaire dans certaines réunions d'instances économiques ou dans diverses commissions de notre délégation, ... je dois bien se consacrer quatre à cinq heures par semaine.* »

Les thématiques et actions phares

Créée en 1980 à Clermont-Ferrand, la délégation FCE du Puy-de-Dôme est riche de 44 adhérentes - dirigeantes d'entreprises de tous les secteurs économiques : commerce, industrie et services, comptant de 2 à 1200 salariés. « *Quelques femmes ayant cédé leur société, nous font le plaisir de rester adhérentes, d'autres sont cadres salariées dans des grandes entreprises, en tant que membres sympathisantes.* » Les réunions statutaires ont lieu tous les premiers lundis de chaque mois à 19 heures avec une conférence ou une visite d'entreprise, suivie d'un cocktail ou un dîner convivial. Les thèmes abordés sont toujours variés, par exemple : La sécurité informatique, la CRAM et la médecine du travail, la gestion du patrimoine, etc.

« *Nous avons aussi organisé la visite des rotatives du journal 'La Montagne' et une au nouveau musée Michelin.* »

Parmi les actions phares figure le soutien à la création d'une nouvelle délégation FCE à Vichy. « *Cette année nous avons aussi initié un partenariat avec l'Ecole Supérieure de Commerce pour améliorer les relations entre les entreprises et les écoles.* », ajoute la présidente. Les FCE clermontoises ont préparé une rencontre pour inciter les jeunes femmes chefs d'entreprise à prendre des mandats et à mieux les connaître (chambre de commerce, prudhommes, tribunal de commerce, médecine du travail, sécurité sociale). « *L'un des meilleurs moments pour moi était la remise en mai du prix FCE 2011 à une femme exceptionnellement active dans l'humanitaire* », se souvient Mme Chopineau.

L'avenir « en rose »

Quels sont les plus grands défis pour sa délégation ? « *Il faut réussir à recruter de nouvelles adhérentes. C'est crucial car les impératifs et les contraintes professionnelles semblent augmenter et décourager les femmes qui ont parfois du mal à concilier vie professionnelle, vie familiale et vie personnelle.* ». Appartenir à l'association des FCE veut dire pour elle « *dynamiser son activité et concilier profession et détente.* » Pour un bilan détaillé sur le travail de sa délégation, elle préconise d'attendre décembre 2012 - date à laquelle sa présidence s'achèvera.

Femme engagée, Béatrice Chopineau cumule les activités professionnelles et extra-professionnelles. Cette pharmacienne de 57 ans gère deux officines avec neuf salariés et enseigne à l'Université.



**Christine-Annie
Chèze Dho
Présidente
de la délégation
FCE du Cher**

**A la tête de cette
délégation depuis sa
création en 2004,
Christine-Annie
Chèze Dho a donné
au réseau toute
sa légitimité :
permettre aux femmes
de s'implanter
dans la vie
socio-économique et
d'avancer dans leur rôle
de chefs d'entreprises.**

« Aider les femmes à se positionner et à prendre conscience de leurs obligations »

Christine-Annie Chèze Dho est une battante. Devenue chef d'entreprise en 1991 en créant sa société « Centre Services Ingénierie », bureau d'études dans le BTP, elle a fondé une seconde entreprise de communication visuelle, « l'Atelier Composite » avec sa fille graphiste. Entre visites de chantiers, gestion du bureau et prospection commerciale, Christine-Annie Chèze Dho consacre le reste de son temps à la vie du réseau FCE tant au niveau régional que national puisqu'elle en est l'une des Vice-présidentes depuis avril 2010. « *Au départ, j'étais curieuse vis-à-vis de mes consœurs et avide de me confronter à la gente féminine, moi qui côtoyais essentiellement des hommes. Très vite, j'ai voulu faire avancer les choses en aidant les femmes à se positionner, à s'impliquer dans la vie socio-économique et à prendre conscience de leurs obligations, le tout dans une ambiance conviviale et constructive !* » Raconte-t-elle avec plaisir. Si le réseau offre un espace d'échange, de discussion, d'information et constitue une « *soupape à oxygène à forte valeur ajoutée* » pour ces dirigeantes souvent surmenées, la Présidente ne perd pas de vue l'objectif principal de l'Association : intégrer le paysage économique régional par le biais des mandats. « *Les FCE ne peuvent pas rester neutres. Mon crédo n'est pas d'atteindre la parité mais déjà une bonne représentativité au sein des organes départementaux... et, participer aux rencontres avec les élus, aux réunions à thèmes sur des sujets transversaux qui nous concernent toutes !* » Mais c'est là que la bas blesse car la plupart des FCE n'osent pas prendre un mandat par faute de temps, limite du bénévolat ou manque de moyens.

Un service d'optimisation de l'entrepreneuriat

Une chose est sûre, ces femmes ont besoin d'être mieux informées et formées à propos des mandats pour savoir de quoi il retourne exactement. Aussi, Christine-Annie Chèze Dho a-t-elle récemment impulsé la création d'une nouvelle association, SOLEN (Service d'Optimisation et de lancement de l'entrepreneuriat), destinée à fournir des services supports complémentaires à ceux du réseau. SOLEN propose toute une gamme de formations commercialisables, d'accompagnements et services gratuits afin de mieux préparer les dirigeantes à leurs responsabilités. Une initiative pour qu'elles puissent s'affirmer, s'aguerrir et prendre réellement position. « *Pragmatiques et humaines, les femmes dirigeantes ont souvent bonne réputation. Il serait dommage de stopper leur élan. Il est donc important de les inciter à se manifester davantage.* » Profession de foi et marotte, l'engouement de Christine-Annie Chèze Dho pour le réseau FCE est sans faille. A l'approche de la fin de son mandat, et désireuse d'entamer sa préretraite, elle prépare déjà sa succession avec beaucoup de discernement : « *Il est absolument nécessaire de renouveler les présidences pour apporter des idées nouvelles, éviter l'usure et varier les objectifs* ». Si Christine-Annie Chèze Dho fait en sorte à présent que ce relais se passe avec succès, elle continue de veiller et servir la cause des femmes chefs d'entreprises d'une manière ou d'une autre. Le contraire aurait vraiment surpris !



« Inciter les adhérentes à prendre des mandats »

Claudine Soutumier
Présidente de la délégation
FCE de l'Yonne

Claudine Soutumier ne compte pas son temps, lorsqu'il s'agit d'assumer le rôle de cogérante de son entreprise ou celui de Présidente de la délégation FCE de l'Yonne. Et pour cause, son implication ne lui en donne pas le choix. A la tête de l'établissement Soutumier, entreprise familiale depuis 4 générations spécialisée dans la charpente et la couverture ; activité exercée principalement en rénovation et dans les règles de l'art, elle est en charge de toutes les questions administratives et Ressources Humaines. Secondée par son fils qui va reprendre les rênes prochainement, Claudine Soutumier est autant impliquée dans la vie de son entreprise que dans celle de la délégation qui comprend, à ce jour, 33 adhérentes dont 10 constitutives du bureau. Lorsqu'elle a intégré la délégation, il y a dix ans, ses motivations étaient claires : « *sortir de mon entreprise, rencontrer d'autres femmes dirigeantes issues de tous types de secteurs (commerçantes, industrielles, professions libérales, etc.), véritable vecteurs de richesse, échanger des points de vues, tisser des contacts et pouvoir évoluer au sein de mon entreprise* ». Puis, au fil des années et de l'expérience acquise, la notion du collectif, que ce soit en termes de partage ou de représentation, a pris le dessus. Son leitmotiv aujourd'hui : « *Inciter les adhérentes à prendre des mandats. Pour intégrer les différentes institutions ou instances dirigeantes, il faut absolument obtenir un mandat. C'est une mission capitale pour faire entendre ses droits et ses revendications en tant que femme et viser la parité encore bien négligée* ».

Un engagement de chaque instant

Elle-même n'a pas lésiné sur la question puisqu'elle a décroché un mandat de 5 ans de conseiller aux Prud'hommes comme Vice-présidente en section Industrie. « *Les mandats sont essentiels pour faire valoir sa place et prendre la parole au sein du patronat* », répète-t-elle à toutes ses adhérentes auxquelles elle demande aussi beaucoup d'investissement. Ici, chacune doit être concernée par l'objectif souhaité et définir les thématiques et les ordres du jour des réunions à débattre. Au rythme d'une réunion mensuelle et d'une préparation de commission trimestrielle, la délégation FCE de l'Yonne trouve également le temps de planifier des tables rondes pour élargir ses horizons et obtenir des réponses sur des sujets d'actualité ou autres problématiques suscitées par leur fonction de chefs d'entreprises. « *Savoir se protéger sur internet : un thème qui nous a poussé à organiser une table ronde en octobre sur la « e-réputation » qui sera animée par Thierry do Esperito, auteur de « Développer votre marque personnelle », dans le cadre des rencontres industrielles de l'Yonne mises en place par le CCI de l'Yonne.* » Outre ces rencontres faites d'échanges et de partage de connaissances, l'objectif premier de la délégation reste bien l'obtention d'un mandat, notamment à la CCI de l'Yonne où les femmes sont largement sous-représentées. Un défi que Claudine Soutumier entend bien relever à court terme !

Claudine Soutumier
a rejoint FCE de l'Yonne
il y a déjà 10 ans.
Depuis 3 ans, elle préside
cette délégation
dynamique et engagée
à son image.

Portraits d'adhérentes



Laure Brenas

Délégation du Puy-de-Dome

Sa fibre entrepreneuriale grandit chaque jour

Laure Brenas, 46 ans, est docteur en pharmacie. Depuis 2008 elle est Présidente du Directoire de CSP, société clermontoise spécialisée en logistique pharmaceutique en tant que dépositaire. Le rôle principal est d'assurer d'ordre et pour le compte de laboratoires pharmaceutiques et de fabricants la réception, le stockage, la préparation de commande et la livraison de médicaments – à destination des grossistes, des hôpitaux, des pharmacies ou des médecins. Marcel Baudry – le grand-père de Laure Brenas - a créé CSP en 1951. Un deuxième site logistique a vu le jour en région parisienne en 1974, la branche transport en 1984, et la filiale BENELUX en 2008. Aujourd'hui l'entreprise compte 1100 salariés. « *Nous sommes leader dans notre secteur, avec le traitement d'environ 22% des flux de médicaments en France.* » Laure Brenas est entrée à CSP en 1990 : « *Comme Obélix et la potion magique, je suis tombée dedans dès ma plus jeune enfance. La passion ressentie à s'investir et à développer l'entreprise est toujours plus grande.* »

Cette quadragénaire, mère de trois enfants, adhère au réseau des FCE depuis 2003. Elle trouve intéressant de pouvoir se confronter à d'autres métiers, à d'autres femmes, ayant toutes le point commun de la gestion d'une entreprise. « *Les échanges d'idées, les conférences organisées sont enrichissantes, et permettent une vision élargie du rôle de la femme chef d'entreprise.* » Pour cette patronne le monde professionnel est au départ un monde masculin. « *Les femmes doivent donc s'adapter, et petit à petit faire évoluer ce contexte et s'imposer. Mais elles sont tenaces et rigoureuses et ont tous les atouts pour réussir !* » Pour son entreprise Laure Brenas mise sur deux projets phares : Le développement sur l'Europe du Nord d'une part, et dans cet esprit d'ouverture européenne, le déploiement de la notion d'EDC – qui veut dire « European Distribution Center ».



Christine Philippeau

Délégation du Cher

S'imposer en tant que femme dans un monde majoritairement masculin !

Si Christine Philippeau a choisi le secteur du bâtiment, c'est qu'elle s'y est baignée depuis l'enfance. En reprenant en 2000 le département Négoce de l'entreprise de son père dans laquelle elle travaillait depuis 1975, elle perpétue la tradition familiale d'autant que son fils s'occupe de toute la partie commerciale. Elle, gère les comptes de l'entreprise, société de négoce en matériaux pour le bâtiment sous enseigne GEDIMAT. Après plus de 35 ans d'expérience dans ce milieu, elle n'a pas hésité une seconde à accepter l'invitation, lancée en 2004, d'intégrer la délégation FCE du Cher à sa création.

« *Dans ce monde purement masculin, il est difficile de se faire connaître et de s'imposer. La délégation permet aux femmes de s'exprimer et de participer à la vie économique. Si les mœurs ont un peu évolué, cela reste insuffisant. Il faut continuer de combattre les préjugés encore bien présents et de s'imposer en tant que femme.* » Membre du bureau et chargée des mandats au sein des FCE du Cher, Christine Philippeau détient un mandat de Juge auprès du Tribunal de Commerce de Bourges. C'est la seule femme qui y siège, c'est dire si sa vision se confirme ! Mais s'imposer en tant que femme n'est pas sa seule raison. « *Le réseau donne à voir ce qui se passe ailleurs, dans les autres secteurs d'activités, de s'aérer et surtout de sortir de son entreprise parfois sclérosante. C'est aussi la garantie d'un enrichissement personnel important et fondamental auquel je ne souhaite absolument pas renoncer.* » Très présente au sein de sa délégation, Christine Philippeau essaie dans la mesure du possible d'assister aux réunions nationales des FCE pour suivre sa logique.



**Anne-Laure
Cappello**

Délégation de Brioude

Continuer à diversifier notre portefeuille clients

Anne-Laure Cappello, 47 ans, a repris l'entreprise « BTS Brioude » de son père en juillet 2008 après avoir intégré la direction générale deux ans plus tôt. Mère d'une fille majeure, elle se dit passionnée par l'entrepreneuriat depuis toujours. Mais dans sa carrière elle est d'abord passée par un BTS tourisme et a travaillé pendant 15 ans comme hôtesse de l'air et chef de cabine. Pour se préparer au mieux au quotidien de dirigeante elle a ensuite repris ses études. Elle a obtenu un BTS gestion et techniques commerciales suivi d'un diplôme d'école des managers.

Sa société BTS Brioude est spécialisée dans le traitement anticorrosion des pièces acier pour l'industrie automobile et le bâtiment. L'entreprise de 41 salariés occupe deux sites, l'un à Brioude (le siège social), et l'autre à St Victor dans l'Allier. Son père a créé le siège en 1989 et la filiale en 1992. « *Aujourd'hui notre objectif est de continuer à accroître et diversifier notre portefeuille clients et innover dans notre offre de traitement sur des technologies respectueuses de l'environnement. Nous travaillons aussi avec d'autres confrères de la région Auvergne pour offrir aux clients une large gamme de traitements complémentaires.* » Mme Cappello est adhérente de la délégation FCE de Brioude depuis 2009. Elle y a trouvé « *écoute, sensibilité et passion dans un contexte de crise économique aigue - leur soutien m'a particulièrement aidé dans ces moments difficiles.* »

Quant aux femmes dirigeantes elle est convaincue que l'avenir « *permettra à chaque femme qui le souhaitera d'accéder à des postes de direction et de responsabilités à compétence égale. La société évolue dans un sens favorable puisque le congé parental masculin est devenu réalité.* » Jeune dirigeante dynamique, elle résume son propre défi pour demain : pérenniser et développer BTS Brioude.



Laurence Derbecq

Délégation de l'Yonne

La délégation FCE : un réseau qui rayonne sur le tissu local et permet de prendre à la fois confiance et recul face aux difficultés !

Il aura fallu beaucoup de courage et de ténacité à Laurence Derbecq pour mener à bien son projet de reprise d'entreprise abouti l'an dernier. C'est un concours de circonstance qui l'a amenée à devenir actionnaire majoritaire de la Scierie de Veron, entreprise de sciage de bois sur mesure pour charpente et emballage : un marché de niche qui lui a permis de renouer avec ses racines et affirmer son penchant pour la production de matériaux et la direction d'entreprise. Mais la tâche n'allant pas de soi, Laurence Derbecq, pourtant forte de 20 ans d'expérience en prestation de services, a trouvé au sein de la délégation FCE de l'Yonne un soutien de taille. « *Tout d'abord sympathisante, je suis passée au statut d'adhérente en 2006. J'ai pris un mandat CAF dans le conseil d'administration départemental en tant que suppléante. Ce mandat n'étant pas chronophage, j'essaie de participer activement au réseau quand la gestion de mon entreprise me le permet.* » Faire tenir son entreprise, c'est un combat de chaque instant pour Laurence Derbecq qui puise au sein du réseau de précieuses forces pour y parvenir. « *La délégation FCE est un réseau qui rayonne sur le tissu local. Il permet de prendre à la fois confiance et recul face aux difficultés ! Lors de la mise en place de mon projet, il offrait un cadre rassurant pour franchir certains caps. Je recevais de judicieux conseils et découvrais le monde de la direction d'entreprise. C'est l'endroit où la solidarité et la complémentarité prennent tout leur sens !* ». Pour Laurence Derbecq, quitter la FCE de l'Yonne serait insensé puisque la délégation agit à la fois comme garde-fou et moteur pour continuer d'avancer...

Le financement solidaire

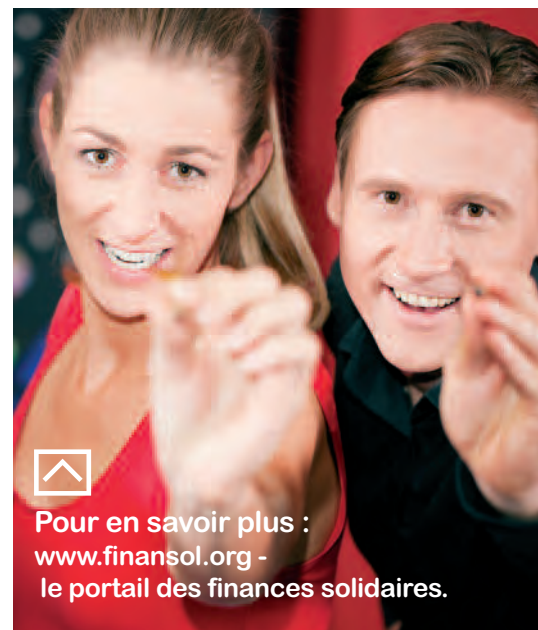
Quand on a un projet qui tient la route, mais pas les moyens de se lancer, il n'est pas toujours évident de convaincre des partenaires financiers de vous épauler. C'est pourquoi de plus en plus de candidats à la création d'entreprise **se tournent vers l'économie solidaire.**

Epargne éthique, solidaire, alternative ou de proximité, si les qualificatifs varient, l'approche est souvent la même : permettre à des personnes exclues du système bancaire classique, souvent fragiles socialement, de créer leur entreprise. Rangés sous le vocable de financeurs solidaires, les partenaires de ce type se sont multipliés ces dernières années et ça marche, puisque 80 % des entreprises financées par France active, le principal acteur de ce secteur, passent le cap des 5 ans.

Des clubs d'investisseurs

Créées il ya 25 ans, les CIGALES (Club d'Investisseurs pour une Gestion Alternative et Locale de l'Épargne Solidaire) prônent l'épargne de groupes et n'hésitent pas à entrer au capital d'une société quand les garanties manquent mais que le projet est solide. « Un club regroupe de 5 à 20 personnes qui se réunissent pour une durée de 5 ans et s'engagent à mettre tous les mois une part de leur épargne personnelle dans le pot commun. Juridiquement, il s'agit d'une indivision volontaire de personnes physiques et dans la pratique, les membres placent de 10 à 100 € par mois », précise David Nicolet, gérant d'une CIGALES. Ces clubs privilégient les petites entreprises en création ou développement, portées par des personnes qui ne sont pas couvertes par les banques pour différentes raisons. Un circuit court entre l'épargnant et l'utilisateur des capitaux, sur des montants variant de 800 à 4 500 €. « Les CIGALES interviennent en capital, en devenant actionnaire minoritaire. Nous restons en dessous du tiers du capital afin que le chef d'entreprise reste maître chez lui. Si nous pouvons lui donner des avis et des conseils, au final c'est lui qui dé-

cide. Plus exceptionnellement, notre participation prend la forme d'un apport en compte courant d'associé, mais nous n'avons pas le droit de faire des prêts », ajoute David Nicolet. Commerce équitable, bio, énergies renouvelables, secteur social, entreprise d'insertion, culture, sont les secteurs d'activités privilégiés.



Pour en savoir plus :
www.finansol.org -
le portail des finances solidaires.

Des interventions groupées

Pour être plus efficace ces structures de financement n'hésitent pas à s'associer sur un même projet. Les CIGALES travaillent ainsi régulièrement avec la société de capital-risque Garrigue qui dispose de moyens financiers plus importants (Garrigue investit parfois jusqu'à 30 000 € dans les sociétés et peut intervenir à plus long terme) ou la NEF (Nouvelle Eco-

au service des créateurs d'entreprise

nomie Fraternelle), une société financière sur le point de devenir un établissement bancaire à part entière. La NEF propose des prêts et des services bancaires en partenariat avec le Crédit Coopératif. Une aide qui bien souvent ne se limite pas au simple apport financier, mais bascule vers un véritable accompagnement avec un suivi du chiffre d'affaires, du prévisionnel ou de l'état des paiements. Une philosophie qui anime les interventions de l'ensemble des acteurs de l'économie solidaire.

Veiller à l'impact social

Une nouvelle forme de philanthropie est en train de se développer, valorisant un impact social maximum avec des attentes de retour sur investissement relativement faibles, de l'ordre de 3 à 5 %. La Fondation de France, au travers de 680 fonds, a ainsi fait le choix d'intervenir en amont, en s'intéressant dès le départ à l'innovation sociale et à des projets à haute valeur ajoutée en termes d'intérêt général. Elle finance, par exemple, le développement de l'association Terre de lien, qui travaille sur la problématique du foncier agricole. PhiTrust, société d'investissement solidaire finance de son côté des projets dans leur phase de développement et propose un accompagnement stratégique. Intervenant dans divers secteurs comme l'insertion ou le commerce équitable, elle soutient actuellement 17 projets sociaux, en France et à l'étranger, aussi bien en capital ou sous forme de dette, comme Equital Property, qui crée des centres d'affaires HQE en Europe. Premier financeur de l'économie solidaire, FRANCE

ACTIVE s'appuie sur un réseau national ancré localement et propose des solutions de financement allant de 5 000 € à 1,5 millions €. Une action en 3 temps qui couvre l'expertise financière, le financement, l'accompagnement et le suivi. FRANCE ACTIVE se porte garant auprès des banques pour aider les entrepreneurs à obtenir un prêt et les accompagne dans le montage financier. La garantie de FRANCE ACTIVE facilite les partenariats durables avec le banquier qui se trouve ainsi rassuré et limite le recours aux cautions personnelles. Principaux bénéficiaires, les entreprises créées par les personnes sans emploi ou en situation de précarité économique, les entreprises solidaires (sociétés commerciales ou associations) en création ou développement qui créent ou consolident des emplois.

Le boum du micro-crédit

Avec la crise, le recours au microcrédit s'amplifie chez tous ceux qui veulent s'en sortir. Depuis trois ans l'ADIE a vu les demandes exploser et en 20 ans d'existence ce sont plus de 97 000 microcrédits qui ont été accordés, 74 000 entreprises créées et 98 000 emplois qui ont vu le jour. « *La micro-entreprise correspond aux besoins de la nouvelle économie et l'évolution de la société* », souligne Catherine Barbaroux, sa nouvelle présidente. « *L'évolution de la démographie et des mentalités favorise le travail indépendant, notamment par le biais du développement des services à la personne* ». Avec à chaque fois là aussi, un suivi des projets et un accompagnement au quotidien de ces nouveaux entrepreneurs.



Témoignage

Djena, jeune mère célibataire, lassée de vivre « au ralenti », décide un jour de prendre sa vie en main. Elle raconte : « *je voulais sortir du système du RMI et de l'assistanat, devenir une femme autonome et indépendante* ». Pour ce faire, elle débute une formation de prothésiste ongulaire et démarre en free-lance dans un salon de coiffure. A cette même période, elle envisage d'ouvrir sa propre boutique, mais ne sait pas à quelle porte frapper. Elle suit une formation dans une Boutique de gestion, où elle apprend à établir un business plan. Cette formation éveille encore plus en elle la fibre entrepreneuriale. Cependant, tout n'est pas si simple. Djena ne dispose ni de fonds propres, ni de local, ni du matériel nécessaire pour créer son activité. Elle ne correspond pas aux profils des institutions bancaires pour pouvoir prétendre à un crédit. Elle soumet son projet à une amie, qui la met en contact avec l'Adie. « *J'y ai trouvé écoute, conseil, mais surtout un suivi en amont et en aval de la réalisation de mon projet. Quand j'ai besoin d'un renseignement, ils sont là, quand je n'ai pas le moral, ils sont là également* ». Aujourd'hui, plus d'un an après l'ouverture de sa boutique d'onglerie à Montfermeil, Djena sort la tête de l'eau. Elle a pu se constituer une clientèle très diversifiée, elle se verse un salaire et se dit optimiste quant au développement de son activité.

bonnes pratiques



La Women Initiative

Dans le but d'aider ses salariées femmes à tendre vers un équilibre vie professionnelle/vie personnelle, le cabinet d'audit Grant Thornton a mis en place la Women Initiative. Premières concrétisations de cette politique : *la mise en œuvre des CESU « Jeunes Mamans » financés à 80 % par le groupe, des plages horaires restreintes pour les réunions internes, une conciergerie d'entreprise proposant notamment une aide « SOS Nounou »*. Actif depuis trois ans, le Comité Women Initiative, oriente aujourd'hui ses réflexions autour de deux thèmes majeurs : aider les mères de famille, par des mesures adaptées, à mieux concilier motivations professionnelles et obligations familiales et favoriser une démarche d'accompagnement des salariées vers des postes de direction. En effet, l'un des enjeux majeurs de la politique de développement de Grant Thornton est de conserver ses talents féminins et d'en attirer de nouveaux. C'est dans cette optique que le Comité se veut force de propositions auprès de la Direction Générale, pour enrichir les processus décisionnels des points de vue des femmes de l'entreprise.

Pour tout renseignement :



www.fcefrance.fr

Création d'entreprise, les émergents donnent le La !

En matière d'entrepreneuriat féminin aussi

les pays émergents se distinguent !

A l'exception notable de l'Australie, ils affichent une parité ou une quasi-parité des genres dans le domaine, très en avance sur les nations occidentales.



Les chercheurs du Global Entrepreneurship Monitor (GEM)* suivent les chiffres dans 80 pays année après année : et au Mexique, au Costa Rica, en Afrique du Sud, en Ouganda, et en Angola, femmes et hommes se lancent dans la création dans des proportions identiques. Sans même parler du Ghana où 37% des femmes contre seulement 30% des hommes sont en cours de création ou à la tête d'une entreprise de moins de 42 mois !

En réalité, estiment les experts du GEM, le dynamisme entrepreneurial féminin semble résulter d'un double croisement : géographique et économique. Dans les pays les plus riches et les plus innovants, les femmes restent largement à la traîne. Leur TEA (total early-stage entrepreneurial activity) qui mesure le taux de création d'entreprises de moins de 42 mois, est en moyenne deux fois moindre que celui des hommes : 3,9% contre 7,3%. La Corée, le Japon, Israël, l'Irlande et même la Norvège récoltent la palme du sexisme avec

un écart particulièrement élevé. Avec un TEA féminin de 4,8% contre 7% pour les hommes, la France se situe dans une moyenne, avec l'Espagne, la Belgique, la Suède, la Finlande, les Pays Bas, la Suisse, la Grèce et les Etats Unis (où cependant, le niveau global de création est plus élevé). Seule exception : l'Australie où règne une parfaite parité.

Le puissant levier du micro-crédit

Dans les pays pauvres ou émergents, l'écart entre hommes et femmes est un peu moindre : 30% seulement. Mais les situations sont plus contrastées et semblent plus dépendre de facteurs culturels. Ainsi les pays d'Amérique latine et des Caraïbes, et les quelques nations africaines suivies par le GEM, se révèlent plus égalitaires que ceux d'Asie et d'Europe orien-

Et en France ?

Si la création d'entreprise par les femmes prend aujourd'hui de plus en plus d'ampleur, les différences entre créateurs et créatrices restent encore importantes. Selon l'Agence pour la Création d'Entreprise, les créatrices ne représentent que 29% des créateurs avec de fortes disparités selon le domaine d'activité. Ainsi, on retrouve des secteurs plus féminisés tels que les services dont 74% des créateurs sont des femmes, la santé avec 63%, l'éducation à 44%, puis les hôtels, cafés et restaurants à 41%. Et enfin le commerce de détail avec 40%. En revanche, peu de femmes créent dans d'autres secteurs vus comme très masculins comme la construction, le commerce-réparation automobile ou encore les activités financières, où elles ne représentent que de 6 à 16% des créateurs. Autre typicité et différence de taille : le fi-



Pour en savoir plus : www.gemconsortium.org



4,8%

Avec un TEA féminin de 4,8% contre 7% pour les hommes, la France se situe dans une moyenne...

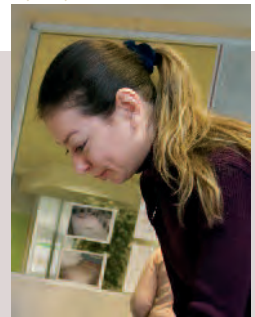
tale. Atteindre la parité en termes d'entrepreneuriat constituerait un bon point pour les économies : « dans les pays en développement, la recherche montre que les femmes font plus profiter leurs proches et la communauté au sens large des investissements qui ont été faits sur elles. (...) Autrement dit, augmenter l'entrepreneuriat féminin constitue un moyen d'améliorer le dynamisme des économies », écrit le GEM. Comment faire ? En les aidant, tout d'abord, à s'insérer dans le monde du travail. Car si une femme travaille, elle a trois fois plus de chance de créer une activité, même modeste, que si elle reste au foyer.

Deuxième levier : le micro-crédit. Car plus encore que les hommes, les femmes peinent bien à accéder au crédit bancaire. Elles constituent donc la clientèle privilégiée des organismes de micro-crédit qui leur octroient les 4/5èmes de leurs subsides.

nancement. Les femmes démarrent en général avec moins de capitaux que les hommes (moins de 8 000 € pour une majorité, et seules 12% ont pu réunir 40 000 € ou plus). Cependant, le recours à l'emprunt bancaire est presque le même que l'on soit un homme (37%) ou bien une femme (35%). Autre phénomène nouveau et croissant sur lequel on peut s'attarder : celui des "Mompreneurs", c'est-à-dire les nouvelles mamans chefs d'entreprise. Alors que la maternité est encore perçue comme un obstacle dans la carrière, aujourd'hui elle devient un déclencheur de la volonté d'entreprendre, en tirant notamment partie du statut d'autoentrepreneur. A noter que l'inégalité homme femme est également présente parmi les plus riches d'entre nous puisque **sur 1 000 milliardaires, seules 8% sont des femmes.**

Des femmes meilleures gestionnaires

Parmi les **500 premières entreprises mondiales**, celles qui ont une forte présence de femmes dans leurs comités de direction **affichent une rentabilité de 35% supérieure aux autres**. Sur 600 entreprises dont la croissance a été financée par le capital-investissement, **les sociétés dirigées avec des femmes enregistrent un chiffre d'affaires supérieur de 12% en moyenne**, tout en consommant un tiers de capital en moins que celles dirigées par des hommes.



★ L'Europe pourrait imposer des quotas de femmes à la tête des entreprises

Seulement 3 % des chefs d'entreprises européennes sont des femmes, déplorent le président du Parlement européen Jerzy Buzek et la vice-présidente de la Commission Viviane Reding, et on ne compte qu'une femme sur dix parmi les membres des conseils d'administration avec des progrès d'une extrême lenteur. Au rythme où les femmes intègrent les conseils d'administration, « il faudrait encore cinquante ans, pour atteindre un équilibre entre hommes et femmes au sein des entreprises européennes ». Pour faire évoluer cette situation, la Commission européenne et plusieurs gouvernements de pays de l'UE ont prévu de rencontrer les dirigeants des principales entreprises pour que ceux-ci leur présentent des propositions pour intégrer davantage de femmes à des postes de responsabilité. « S'il n'y a pas de progrès tangibles, la deuxième étape est claire : l'Europe aura recours à des quotas juridiquement contraignants », ont prévenu les deux responsables européens. L'objectif est que d'ici 2015, au moins 30 % des membres des conseils d'administration des entreprises européennes soient des femmes et que d'ici 2020, ce chiffre grimpe à 40 %, ont annoncé M. Buzek et Mme Reding.

Handicap : l'emploi comme priorité

La dernière Conférence Nationale du Handicap a consacré l'emploi des travailleurs handicapés comme une priorité du gouvernement qui a notamment repris à son compte les mesures défendues par les acteurs du secteur adapté.

La situation des travailleurs handicapés reste fragile au regard de l'emploi. Le rapport Busnel souligne ainsi que « près de deux demandeurs d'AAH sur trois ont déjà exercé une activité professionnelle et en arrivent à solliciter le bénéfice d'une allocation au terme d'un long parcours de désinsertion ». Une priorité doit donc être donnée à la prévention de cette situation. Les associations demandent ainsi de plus gros moyens pour l'insertion professionnelle des handicapés, qui sont deux fois plus souvent au chômage que le reste de la population. La question a donc fait l'objet d'un vaste panel de mesures, annoncées par le Président de la République en clôture de la dernière Conférence nationale du handicap.

Faciliter l'entrée des jeunes sur le marché du travail

Ils seront ainsi un public prioritaire des contrats d'objectifs (2011 – 2015) relatifs à l'apprentissage, signés entre l'Etat et les Régions, et un budget spécifique leur sera réservé au sein du fonds partenarial de sécurisation des parcours professionnels (FFSPP), qui majore le financement des contrats de professionnalisation. Un répertoire des formations accessibles aux jeunes handicapés issus de l'enseignement spécialisé ou adapté verra prochainement le jour, ainsi qu'un guide pratique identifiant l'ensemble des acteurs et dispositifs mobilisables et une cartographie régionale des offres de formation disponibles. L'accès

des étudiants handicapés à la RQTH sera facilité pour encourager leur accueil en stage par les entreprises et dans la fonction publique.

Prévenir la désinsertion professionnelle et améliorer le maintien dans l'emploi

Afin de mieux anticiper le risque d'incapacité professionnelle et accélérer le processus de reclassement, la visite de pré-reprise serait systématisée dans le cas d'arrêts de travail de longue durée et l'incapacité serait déclarée en une seule visite lorsque le salarié a bénéficié d'une visite de pré-reprise. Un régime d'équivalence temporaire entre reconnaissance d'incapacité totale et RQTH sera expérimenté afin de mobiliser plus rapidement les dispositifs spécifiques handicap. Une expérimentation des nouvelles possibilités de formation des salariés en arrêt de travail sera confiée à Opcalia avant sa généralisation, et les partenariats entre CRP et organismes de formation seront encouragés pour mieux répondre aux attentes du marché. Les centres de reclassement professionnel seront modernisés. De leur côté, les entreprises seront incitées à participer plus activement au reclassement de leurs salariés devenus inaptes. Au total, en 2011 tout comme en 2010, 70 000 travailleurs handicapés seront accompagnés par les Cap emploi.

« Depuis 2005, le nombre de personnes handicapées bénéficiant d'une formation a augmenté de 70% »

Concentrer les efforts sur les publics les plus éloignés de l'emploi

Une enveloppe de contrats aidés sera notam-

70 000 travailleurs handicapés

seront accompagnés par les Cap emploi, en 2011 tout comme en 2010.



« Il ne saurait être question que les personnes souffrant d'un handicap ne puissent, à la mesure de leurs possibilités, accéder à l'emploi et à la formation professionnelle », à réaffirmé le Président de la République en clôture de la CNH.

ment mobilisée à cet effet chaque année et leur prescription sera ouverte au réseau Cap emploi. Des outils d'accompagnement de l'insertion professionnelle, y compris sur le long terme, seront expérimentés.

Moderniser le secteur du travail adapté et protégé

En créant 3 000 postes supplémentaires en entreprise adaptée dans les 3 ans qui viennent, dont 600 contrats de professionnalisation, ciblés sur les personnes les plus éloignées de l'emploi (bénéficiaires de l'AAH, chômeurs de longue durée...), comme le demandait l'Union Nationale des Entreprises Adaptées (UNEA) dans son pacte pour l'emploi, et en expérimentant la possibilité pour les employeurs privés et publics de financer eux-mêmes des postes en EA, en déduction partielle de leur contribution à l'AGEFIPH. Un centre national d'appui et de ressources (CNAR) mutualisant les bonnes pratiques, sera créé pour aider les EA et les ESAT à

prendre toute leur place dans le monde économique et mieux faire face aux évolutions du marché et des publics qu'ils accueillent.

Soutenir et valoriser l'effort des employeurs

Le recrutement et les aides proposées aux employeurs et aux salariés seront simplifiés. La reconnaissance de la lourdeur du handicap sera notamment facilitée en élargissant les cas d'attribution automatique. Et pour valoriser les efforts d'insertion des entreprises, une agence de notation devrait être prochainement créée. Le pilotage de cette politique devrait être amélioré par un renforcement des coopérations entre l'AGEFIPH et FIPHFP et une clarification des partenariats entre Pôle emploi et les Cap emploi. Une convention triennale, précisant leurs offres de services respectives, les modalités d'organisation de la co-traitance et leurs relations avec les Maisons Départementales des Personnes Handicapées, sera signée en ce sens.





Françoise Gri,
Présidente de Manpower-
Group France

Pour Françoise Gri, le dialogue est incontournable

« Mon exemple
de dirigeante :
Indra Nooyi -
Présidente
de PepsiCo ! »
Françoise Gri,
53 ans, a été
nommée présidente
de ManpowerGroup
France en 2007.



Pour en savoir plus :
www.francoisegri.com

Quatre ans plus tard elle figure (pour la huitième fois consécutive) parmi les 50 femmes d'affaires les plus influentes au monde selon le classement du magazine américain Fortune – à la 31^e place exactement. Cette mère de deux filles a fait l'essentiel de sa carrière chez IBM – les six dernières années en tant que présidente d'IBM France. Depuis janvier 2011 elle est aussi présidente de ManpowerGroup Europe du Sud. Fondé en 1948 à Milwaukee, le groupe représente l'un des leaders du travail temporaire et du recrutement, comptant 4 500 bureaux dans plus de 80 pays. « En France on est à l'heure de la diversification », précise Mme Gri. « L'emploi prend tant de nouvelles formes que notre ambition est de rester l'un des premiers de notre domaine mais aussi d'être actif sur l'ensemble des secteurs de l'économie. Et particulièrement sur le marché de l'informatique, le plus recruteur et à la fois le plus pénurique en candidats. »

La transparence transformée en actes

Françoise Gri tient un blog (ndlr : www.francoisegri.com) sur lequel elle traite des questions sociétales autour de l'emploi et du travail. La transparence est pour elle un sujet capital de nos jours. « Il en va de la considération dans laquelle vous tenez vos équipes. Pour ma part, je tente de dire le plus de choses et surtout de mettre ma vie en adéquation. La transparence a du bon si elle se transforme en actes. » Comment définit-elle son style managérial ?

« Il tient au dialogue et j'accorde beaucoup d'importance au débat avant de prendre toute décision. » Elle essaie aussi d'entraîner ses équipes vers l'avant, en proposant des idées nouvelles. « Je les incite à se dépasser sans jamais oublier que la réussite d'une idée est dans son exécution, non dans son énonciation. »

Une ouverture d'avance

Mme Gri a réussi à « convaincre » tout au long de sa carrière grâce à deux partis pris : Premièrement elle juge indispensable de travailler ses dossiers, de les connaître et de faire corps avec eux. Deuxièmement elle s'est dotée d'une vision large, au delà de ses propres sujets. « Une vision large, c'est-à-dire s'intéresser à ce qui constitue les fondements de notre société, les attentes et la dynamique d'une entreprise. » Pour elle il faut savoir ce qui fait l'opinion publique et l'opinion interne. « On doit lire et connaître ceux qui réfléchissent à vos problématiques que ce soit sur les sujets dont vous avez la charge mais aussi sur tout ce qui concerne l'environnement dans lequel vous évoluez. » Puis elle est convaincue qu'un dirigeant doit toujours offrir « une ouverture d'avance » à ses collaborateurs. Cette quinquagénaire est favorable aux quotas pour les femmes dans les conseils d'administration, mais contre cette mesure dans les autres instances de direction (comité exécutif, comité de direction, etc.).

Françoise Gri est chevalier de l'Ordre national du Mérite et a été promue chevalier de la Légion d'honneur en février 2008.

Elle incarne **un leadership collégial...**



« Il faut dire qu'au début de ma carrière mes diplômés m'ont beaucoup aidée. » poursuit cette ingénieure général des Mines, ancienne élève de l'école Polytechnique et de l'École des Mines de Paris. Elle a toujours travaillé dans le secteur public – « même si la gestion de l'ANDRA suit les règles du privé ». Avec son titre en poche, elle a commencé en 1988 comme responsable du contrôle des installations nucléaires à la Direction Régionale de l'Industrie et de la Recherche en région Centre à Orléans. Puis cette mère de trois enfants a occupé divers postes à responsabilité autour de questions d'environnement, de protection, de sécurité et de qualité. Avant de diriger l'ANDRA elle a été pendant sept ans chef du service de l'environnement industriel au sein du Ministère de l'Écologie et du Développement Durable.

A la tête d'un projet hors norme

Son style de leadership ? « J'aime diriger de façon collégiale et travailler dans la bonne humeur. » A l'ANDRA, elle se concentre actuellement sur l'un des projets précurseurs : il s'agit du stockage géologique des déchets radioactifs issus du retraitement du combustible usé des centrales nucléaires. « C'est un projet industriel hors norme en France et même en Europe - une installation nucléaire à 500 mètres de profondeur, avec un enjeu économique qui se chiffre en milliards d'euros. » Un débat public sur le projet est programmé en 2013.

Un travail reconnu

Mme Dupuis a reçu le prix WIN France (« woman in nuclear ») en 2010. Il récom-

pense des femmes avec une carrière exemplaire, cherchant à développer la diversité et la mixité dans le nucléaire. « Mon travail commençait à être visible. Ce prix m'a fait plaisir, car c'était avant tout une reconnaissance pour ce que fait l'ANDRA. » Elle dit aussi soutenir la finalité du prix : Promouvoir le recrutement des femmes dans la filière nucléaire. Parmi les 530 salariés de l'ANDRA, 36% de l'ensemble, et 27% des ingénieurs cadres sont des femmes. Cette dirigeante juge nécessaire l'équilibre vie professionnelle et vie privée. « J'ai constaté que les collaborateurs, hommes et femmes, qui arrivent à concilier ces deux vies sont plus performants au travail. » L'un des messages qu'elle veut faire passer : un départ en congé maternité a l'avantage de pouvoir être anticipé !

Marie-Claude Dupuis est consciente que le métier d'ingénieur ne figure pas parmi les plus attrayants pour les jeunes femmes qui se dirigent vers une carrière scientifique. « Elles optent très souvent pour le secteur médical, la biologie, l'agronomie, moins pour l'industrie. » Avec ses collègues féminines de l'ANDRA elle essaie de changer cette perception en témoignant devant les jeunes élèves. « Dans le nucléaire, on constate que les femmes occupent souvent des postes liés à l'environnement et à la radioprotection. Elles sont également plus sensibles aux préoccupations de la société civile. Le secteur du nucléaire propose beaucoup de postes intéressants et offre de vraies opportunités de faire carrière. »



Marie-Claude Dupuis,
Directrice générale
de l'Andra

« Je n'ai jamais souffert d'être une femme », lance Marie-Claude Dupuis. Elle est directrice de l'agence nationale pour la gestion des déchets radioactifs (ANDRA) depuis 2005.

La sclérose en plaques :
80 000 victimes
dont 2/3 sont des femmes

La sclérose en plaques
s'attaque à votre mobilité.
*La recherche s'attaque
directement à la maladie.*



**Envoyez
vos dons
à l'ARSEP**

(Association pour la Recherche
sur la Sclérose en Plaques)

▼
14, rue Jules Vanzuppe
94200 Ivry sur Seine
Tél. : 01 43 90 39 39

Ou paiement par carte bancaire
sur www.arsep.org

▼
L'association a été
reconnue d'Utilité
Publique par le décret
du 13 décembre 1978.
Membre fondateur
de l'UNISEP



Catherine Rivière aime convaincre

Dossier Anna Voltz

Cette structure publique a été créée en janvier 2007 pour permettre à la France de rattraper son retard en matière d'équipement en superordinateurs pour la recherche académique. GENCI associe les principaux acteurs du calcul intensif en France : le Ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche, le CEA, le CNRS, les universités et INRIA.

Une formation clé

Avant de présider GENCI, Catherine Rivière a occupé différentes fonctions au sein de l'Institut Français du Pétrole et des Energies nouvelles (IFPEN). Son poste de chargée de mission auprès du directeur général de l'IFPEN a été déterminant : « *J'ai vu fonctionner un patron, dans toutes ses composantes, c'est-à-dire prise de décisions, instruction des dossiers et management.* » Elle a ensuite été directrice adjointe d'un des quatre secteurs de recherche de l'IFPEN puis a dirigé Tech'Advantage, sa filiale informatique. C'est en suivant la formation de l'Institut des Hautes Etudes de Défense Nationale, qu'elle prend véritablement conscience de l'importance de l'intérêt général : « *Grâce à ces étapes clés de ma carrière, j'étais prête à la transition quand on m'a parlé de GENCI.* »

Vers une démocratisation

La simulation numérique est un outil essentiel de la recherche scientifique, technologique et industrielle, en complément de la théorie et de l'expérimentation. « *Doter la France des plus puissants ordinateurs est l'expression de la volonté politique d'accroître non seulement sa compétitivité scientifique, mais aussi sa compétitivité in-*

dustrielle. » souligne-t-elle. « *Pour Airbus, par exemple, le calcul intensif est une technologie stratégique pour optimiser les niveaux de performance d'un avion dans tous les domaines et garantir sa conception.* », explique cette passionnée. Mme Rivière se décrit comme exigeante envers elle-même et ses collaborateurs. « *J'aime convaincre et faire adhérer.* » Son engagement va même au-delà de sa vie professionnelle : pendant quatre ans, elle a été présidente de l'association SOS Amitiés. Dynamique et ouverte, forte dans ses convictions, cette quinquagénaire aime relever de nouveaux défis, surtout quand ils paraissent difficiles. Sa mission à GENCI en est la démonstration : « *Nous ne sommes pas seulement là pour équiper les centres nationaux de calcul mais pour inscrire, dans la durée, l'action de la France dans une dimension européenne et démocratiser l'utilisation des superordinateurs auprès des scientifiques et des industriels, dont les PME.* »

Un bilan prometteur

« *GENCI a réussi en cinq ans à rattraper le retard français. Aujourd'hui, notre pays se situe au meilleur niveau européen en termes de puissance de calcul disponible pour les scientifiques, en deuxième position après l'Allemagne. En 2007, nous en étions très loin !* », se félicite-t-elle. Et demain ? Il s'agit de porter haut les couleurs de la France en participant activement à la construction de « l'Europe du Calcul », aujourd'hui sur les rails. « *Nous y mettons notre énergie et notre savoir-faire, pour réussir à l'échelle européenne ce que nous avons fait au niveau national.* »



Catherine Rivière, PDG de la société civile « Grand Equipement National de Calcul Intensif » (GENCI)

« *A dix ans, je voulais être ingénieur, sans savoir ce que ce métier signifiait - mais je l'associais déjà au calcul que j'adorais !* »

Catherine Rivière, 52 ans, est PDG de la société civile « Grand Equipement National de Calcul Intensif » (GENCI).

GymStill - la remise en

Ce programme de e-santé a été créé afin de prévenir ou de soulager les troubles musculo-squelettiques (TMS). Il s'agit d'un véritable coaching avec des courtes séances tonifiantes et relaxantes à pratiquer assis. **Explications.**

« Miss GymStill »



Faire efficacement de la gym en seulement quelques minutes et en plus en restant devant son écran ? Créée avec des experts et soutenue par les autorités médicales, c'est ce que propose la méthode GymStill. Il s'agit d'un programme de relaxation et de remise en forme en ligne - assez séduisant pour tous les salariés et chefs d'entreprises stressés, sédentaires et en manque de temps pour se rendre dans une salle de gym. « La méthode a l'avantage qu'on n'a pas besoin d'accessoires - à part son ordinateur - et on n'a pas besoin de se déplacer non plus. C'est totalement innovant car pendant la pratique de tous ces exercices la personne concernée reste complètement assise sur son siège. », souligne Daniel

Robert, le fondateur de GymStill et en même temps représentant légal de Novaction Santé. Le point fort est qu'à travers ce programme l'ordinateur devient l'outil de base et ne figure plus comme la source des troubles musculo-squelettiques (TMS) mais devient au contraire l'allié de santé de son utilisateur.

Choisir son programme

Pour se relaxer et se remettre au sport en douceur à travers cette méthode il suffit d'avoir quelques minutes de libres, d'allumer

son ordinateur et de se connecter sur le site de GymStill. Les abonnés reçoivent les exercices par e-mail tous les jours. Ceux-ci visent à chasser le stress, prévenir des TMS, améliorer la posture, à tonifier et raffermir les muscles. Les mouvements à imiter sont présentés par « Miss GymStill » - un personnage dessiné en 3D qui explique à la personne devant son écran quels mouvements elle doit effectuer exactement. « Ce coach virtuel a été créé afin de ne pas avoir un étranger sur son écran mais plutôt un personnage qui permet à l'utilisateur une certaine identification. Sans oublier que nous avons opté pour un protagoniste en 3D afin de pouvoir varier les angles. Enfin il fallait que cela reste réaliste sans aller trop loin, nous ne voulions pas que ce coach devienne trop caricatural. »

Avant de démarrer sa séance de gym à l'aide de ce coach féminin, on peut choisir la partie du corps qu'on souhaite travailler (dos, ventre, jambes, etc.). Il y a aussi trois programmes



forme devant son ordinateur

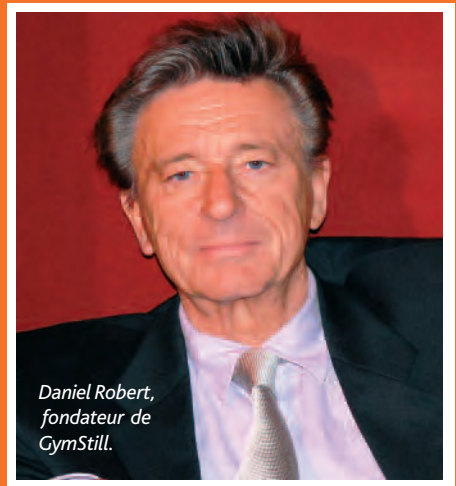
différents adaptés aux besoins de chacun : « Forme », « De-Stress Express » et « Forme plus ». Après avoir fait ses choix, on enchaîne les exercices d'échauffement, de musculation et de relaxation. Les dessins du programme sont simples et agréables à regarder. La voix du coach virtuel est douce à l'oreille, les différents exercices et gestes sont faciles à imiter – et grâce au coach on peut facilement corriger sa posture. Par séance et d'après le programme choisi il faut compter de six à huit minutes. Deux fois par semaine les abonnés reçoivent aussi des conseils précis d'un kiné. « Notre méthode a été spécialement conçue pour des personnes sédentaires. Les gens qui travaillent beaucoup d'heures devant leur ordinateur ont souvent des problèmes de dos assez importants. Suite aux mauvaises postures leur cou se redresse artificiellement ce qui fait très mal à la longue. Il faut savoir que 70% des douleurs des personnes qui restent longtemps assises sont d'origine dorsale », explique M. Robert. Les différents exercices et gestes de la méthode GymStill ont été élaborés avec des vrais sportifs afin de les rendre les plus efficaces possibles - pour ceux de relaxation les créateurs se sont inspirés du yoga.

La mise en pratique

Chaque jour, le programme donne la possibilité d'exécuter devant son ordinateur des mouvements destinés à entretenir sa forme ou d'alterner ces exercices avec les mouvements de relaxation. Pourquoi ne pas commencer sa matinée avec une petite séance de remise en forme et puis enchaîner entre midi et 14 heures avec une séance de relaxation ? « Pour les entreprises GymStill représente un moyen de communication et un portail pour allier la santé à la vie de l'entreprise. », estime le fondateur de la méthode.

Différentes formules d'abonnement existent, tout comme des formules spécialement adaptées aux entreprises et aux collectivités. « D'après le nombre de personnes participantes d'une même entreprise nous pratiquons des tarifs dégressifs : Pour 300 personnes par exemple, il faudra compter 30 euros par an et donc cinq euros par formule. »

Pour vraiment sentir les bienfaits de ce programme, il serait important de pratiquer ces mouvements quotidiennement ou en tout les cas le plus régulièrement possible ! « C'est un outil complémentaire pour prévenir des maux physiques et psychiques et pour rester en forme tout simplement. », conclut Daniel Robert. GymStill peut aussi être considéré comme un premier pas très utile permettant de reprendre goût à une activité physique plus régulière.



Daniel Robert,
fondateur de
GymStill.

« C'est un outil complémentaire pour prévenir des maux physiques et psychiques et pour rester en forme tout simplement. »,



 Pour en savoir plus : www.gymstill.com