

À la fois mère et médaillée

Un sujet brûlant, où l'intransigeance devient la norme. Peu importe qu'une femme soit une athlète ou une entraîneure de haut niveau, le consensus semble être qu'elle ne peut envisager poursuivre sa carrière si elle décide d'avoir un enfant. Parmi ce nombre grandissant de jeunes filles et de femmes qui pratiquent un sport de haut niveau, il y en a pourtant qui n'abandonnent pas leurs rêves, et continuent de participer à des compétitions, malgré qu'elles soient en âge de procréer. Bien que le nombre d'entraîneures à ce niveau soit peu élevé (trop peu, à notre avis), très souvent elles doivent faire un choix entre poursuivre leur carrière professionnelle ou avoir un enfant. Dans l'ensemble, les moyens qui permettraient d'accomplir les deux, dans une ambiance sereine et agréable, n'existent tout simplement pas.

Par ailleurs, certains exemples de réussite méritent d'être soulignés, car ils peuvent servir de modèles et faire la preuve que lorsqu'on prend les moyens nécessaires, tout est possible. Cependant, si nous acceptons d'emblée que les entraîneures et les athlètes féminines occupent une place essentielle dans notre système sportif, il va de soi que les politiques et les programmes en vigueur doivent faire en sorte qu'elles puissent harmoniser leurs aspirations professionnelles à leur désir profond d'avoir un enfant. Il appartient donc à nos institutions, et plus précisément à Sport Canada et aux organismes nationaux de sport, de reconnaître que les entraîneures et les athlètes féminines constituent un maillon essentiel du système sportif canadien et de faire en sorte que le milieu sportif soit beaucoup plus accueillant et favorable. Le meilleur qui puisse arriver, c'est que tous et toutes en sortiront gagnants.

L'article intitulé «À la fois mère et médaillée» raconte l'histoire d'une entraîneure et celle d'une athlète, toutes deux dans un milieu sportif de haut niveau, qui ont réussi à concilier ces deux volets, en grande partie grâce à leur ténacité. Il met l'accent sur les défis à relever et donne des exemples concrets, notamment dans le milieu des affaires, où de plus en plus d'employeurs prennent conscience de cette réalité et adoptent des mesures importantes pour permettre aux femmes de concilier vie professionnelle et famille. Le monde économique évolue en ce sens car il voit bien à quel point les femmes occupent une place essentielle dans l'entreprise privée. Force est de constater que le milieu sportif fait figure de parent pauvre à cet égard. Le [Journal canadien des entraîneures](#) incite fortement les dirigeants et dirigeantes sportifs du pays à prendre les mesures nécessaires pour que la situation change – et à agir dans les plus brefs délais. Finalement, il suffit d'avoir la volonté d'agir. – Sheila Robertson

Les avis exprimés dans les articles du **Journal canadien des entraîneures** sont ceux de leurs auteures et ne reflètent aucunement les politiques de l'Association canadienne des entraîneurs.

À la fois mère et médaillée

par Claire Carver-Dias

Les entraîneuses qui envisagent avoir un enfant appréhendent certainement le boire de 2 h du matin suivi du réveil à 5 h pour se rendre à la piscine, à la patinoire ou au gymnase. Mais il y a plus que le manque de sommeil. Même si beaucoup d'entre elles sont convaincues d'avoir la capacité et la volonté d'occuper un poste d'entraîneuse de haut niveau, elles abandonnent souvent leurs rêves professionnels pour fonder une famille – pas parce qu'elles croient qu'elles ne peuvent pas faire les deux, mais parce qu'elles savent qu'elles n'auront pas l'appui financier, émotionnel et physique nécessaire pour aller de l'avant.

Dans le même ordre d'idées, la plupart des athlètes féminines qui envisagent fonder une famille sans abandonner leur carrière d'athlète s'aperçoivent très rapidement qu'elles devront sortir des sentiers battus. Aux niveaux les plus élevés, dans le système sportif canadien, peu de sports offrent la souplesse et le soutien nécessaires dont une future maman a besoin, et peu d'athlètes féminines sont prêtes à prendre le risque de perdre leur place au sein d'une équipe, de rater des périodes d'entraînement ou des rendez-vous sportifs importants, ou de composer avec les changements physiques associés à une grossesse.

Dans cet article, j'analyse un certain nombre de défis auxquels doivent faire face les femmes qui pratiquent un sport de haut niveau, je fais état de témoignages de femmes qui ont réussi à aller au bout de leurs rêves, j'énumère les moyens ayant contribué à ces succès, et je donne un aperçu des mesures prises par certaines entreprises pour faciliter la conciliation travail-famille.

Les défis

Il va sans dire que dans la plupart des sports de haut niveau, concilier jeune famille et travail d'entraîneuse ou d'athlète au sein d'une équipe nationale paraît tout à fait incongru. Les défis que doivent relever une mère entraîneuse et une mère athlète sont sensiblement les mêmes.

Contrainte de temps

Les entraîneuses qui visent les échelons les plus élevés dans leurs sports respectifs constatent assez rapidement que leur cheminement de carrière et la période où elles sont en âge de procréer peuvent difficilement être rapprochés. Une entraîneuse qui débute sa carrière professionnelle dans la vingtaine devra compter, en moyenne, une dizaine d'années avant d'acquérir l'expérience et les compétences nécessaires pour obtenir un poste au sein de l'équipe olympique ou de l'équipe nationale. C'est précisément durant ces années, âge optimal, qu'elle voudra également fonder une famille. Se retirer temporairement ou demander qu'on fasse preuve de souplesse à son égard paraît irréaliste, et rend d'autant plus difficile un retour à un poste d'entraîneuse de haut niveau. De surcroît, les femmes qui quittent leur travail dans l'espoir d'y revenir plus tard se rendent compte que l'actualisation de leurs compétences et de leur certification coûte cher et exige beaucoup de temps – ce qui risque de compromettre leur retour à la vie professionnelle active.

Peu de postes ouverts, et une concurrence vive

Il arrive souvent qu'un grand nombre d'individus convoitent les deux ou trois postes de haut niveau disponibles, dans un sport donné. Il va de soi que si l'une de ces personnes choisit de se retirer temporairement à ce moment-là, elle devra renoncer à ce poste et accepter qu'une autre l'obtienne à sa place. La plupart des organismes nationaux de sport (ONS) ont tendance à choisir une personne, pour occuper un poste d'entraîneuse ou d'entraîneur de haut niveau, qui n'a pas

besoin de soutien particulier ni de mesures spéciales pour lui faciliter la vie, plutôt que de mettre leur choix en veilleuse, de dépenser le peu d'argent dont ils disposent ou d'accepter de s'adapter aux besoins et aux exigences d'une entraîneuse mère qui souhaite mener ces deux volets de front.

Les mêmes défis sont au rendez-vous pour les athlètes mères. Le nombre de places au sein d'une équipe de haut niveau est limité et, dans la grande majorité des cas, beaucoup d'athlètes souhaitent en mériter une.

Les exigences vis-à-vis les entraîneuses

Être parent et être entraîneuse exigent tous deux de la constance, du temps et une bonne dose d'énergie. Concilier vie de famille, vie professionnelle, salaires peu élevés et déplacements fréquents comporte énormément de stress et de difficultés de toutes sortes. De nombreux postes d'entraîneuses exigent de ces dernières qu'elles travaillent les soirs et les fins de semaine, et qu'elles voyagent beaucoup, les obligeant à planifier soigneusement la garde des enfants, ce qui ne fait qu'ajouter au stress ressenti par l'entraîneuse et sa famille.

Le type de services de garde personnalisés dont une entraîneuse mère a besoin est souvent beaucoup trop onéreux pour son portefeuille, et beaucoup trop exigeant à l'égard du mari ou du conjoint. Beaucoup d'ONS n'ont pas de politiques officielles en matière de congés de maternité et très souvent les entraîneuses sont des contractuelles, ce qui les prive de prestations d'assurance-emploi et d'indemnités de congé de maternité. Cela entraîne donc une baisse de revenus significative pour la famille, advenant qu'une entraîneuse quitte temporairement son poste.

Sans oublier les contraintes physiques de la profession d'entraîneuse, dont il faut absolument tenir compte dans le cas d'une femme enceinte. Ainsi, une entraîneuse doit demeurer longtemps debout, elle doit se pencher, marcher, grimper, soulever, parer, et démontrer des habiletés physiques qui ne sont pas toujours sécuritaires, ni très confortables pour une femme enceinte; qui plus est, très souvent, il n'y a aucune autre entraîneuse ou aucun autre entraîneur pour alléger sa tâche.

Peu de postes d'entraîneuse à temps partiel ou à horaire souple

Le peu de postes d'entraîneuse de haut niveau à temps partiel est un autre défi à relever. Même si certains sports font appel à une équipe d'entraîneurs et d'entraîneuses, il s'agit encore de nos jours d'un phénomène marginal. Dans la plupart des cas, alors que le financement se fait rare et que la présence d'une seule entraîneuse ou d'un seul entraîneur demeure la norme, ou bien cette personne est à son poste à temps plein, ou elle n'y est pas du tout. Pour les entraîneuses, c'est à prendre ou à laisser, la plupart du temps.

Une question de perception

On a tendance à penser que les entraîneuses qui se consacrent à la fois à leur famille et à leur carrière professionnelle s'éparpillent et ne s'engagent pas véritablement. Beaucoup de gens estiment par le fait même qu'elles accordent moins d'importance à leur profession d'entraîneuse et qu'elles s'y adonnent en dilettante.

Les exigences vis-à-vis les athlètes

Afin de venir en aide financièrement aux athlètes mères qui doivent assurer la garde de leurs enfants tout en participant à des compétitions avec une équipe nationale, le Programme d'aide aux athlètes (PAA) de Sport Canada ajoute les frais de garde d'enfants à la liste des besoins spéciaux reconnus comme étant admissibles au soutien financier. Une aide financière pour les

frais de garde est accordée uniquement lorsqu'une athlète doit faire appel aux services d'un gardien ou d'une gardienne pour lui permettre de participer à une séance d'entraînement ou à une compétition dûment approuvée et lorsque l'ONS atteste que l'athlète doit s'absenter du domicile familial pour participer à une séance d'entraînement ou à une compétition dûment approuvée, et qu'aucun membre de la famille ni service de garde de jour (y compris une bonne d'enfants ou une gouvernante) n'est disponible pour offrir ce service. Ainsi donc, les services de garde de jour, notamment les garderies et les programmes préscolaires, ne sont pas admissibles au financement, même s'ils sont sur la liste des services qui doivent en principe permettre à une athlète de participer à un entraînement ou à une compétition. Pas plus qu'une bonne d'enfants ou un membre de la famille qui garde les enfants. Aussi, malgré le fait que certains besoins spéciaux reçoivent une aide financière jusqu'à concurrence de 5 000 \$ par année, le montant maximum accordé aux services de garde est de 1 000 \$ par année. (Pour de plus amples renseignements sur l'aide financière disponible liée aux frais de garde que doivent assumer les athlètes mères, consulter le paragraphe 8.4 – Aide pour les besoins spéciaux, dans le cadre du Programme d'aide aux athlètes : <http://www.pch.gc.ca/pgm/sc/pol/athl/109-fra.cfm#a4>.)

Aucun précédent, ou presque

Le plus gros défi que doivent relever les mères entraîneuses est peut-être le fait qu'il y en a très peu qui ont ouvert la voie avant elles. Souvent, il n'y a aucune politique établie en matière de congé parental, car il n'y a jamais eu de demande officielle en ce sens. Il manque aussi cruellement de mentors ou de conseillers, hommes ou femmes, susceptibles d'aider les entraîneuses mères à traverser cette étape importante dans leur carrière professionnelle.

Des femmes qui ont réussi



Becky Kellar
Photo gracieusement
fournie par Hockey Canada

Beaucoup de femmes qui pratiquent un sport de haut niveau ont eu à faire un choix douloureux entre poursuivre leur carrière ou avoir un enfant. Quelques exceptions ont évalué le pour et le contre et ont décidé de foncer et de faire les deux en même temps.

La joueuse de hockey sur glace **Becky Kellar**, athlète olympique à trois reprises et deux fois médaillée d'or aux Jeux olympiques, est un bon exemple. Mère de deux fils, ce dont elle est très fière, au moment d'écrire ces lignes, elle poursuit son entraînement en vue d'une quatrième participation aux Jeux olympiques. Voici son histoire, qu'elle nous raconte dans ses propres mots.

Le bon moment

«Si l'on m'avait demandé quelques années avant que je donne naissance à mon fils **Owen** si j'allais prendre ma retraite avant d'avoir des enfants, j'aurais répondu oui. Mais lorsque mon mari, **Nolan Duke**, et moi-même avons décidé que le moment était venu de fonder une famille, je n'étais pas prête à cesser de jouer au hockey. Ensemble, nous avons donc pris la décision d'essayer de faire les deux.

Nous avons donc planifié ma grossesse de manière à éviter que je rate une saison au complet. J'ai donc participé au championnat du monde au printemps 2004, alors que je venais tout juste de tomber enceinte. Owen est né en octobre 2004, et j'ai pu reprendre mon poste et terminer la saison, pour me rendre jusqu'au camp d'entraînement de l'équipe nationale en janvier 2005. L'une des raisons pour laquelle je ne pouvais me permettre de repousser mon retour sur la glace est que si j'avais espoir de participer au championnat du monde de 2005, je devais absolument effectuer un retour et participer à l'un des camps d'entraînement de la saison. Ma seule option était le camp prévu en janvier.»

La garde des enfants et le soutien indéfectible

«Il fallait décider si le bébé allait m'accompagner et, pour ce premier camp après mon accouchement, on a décidé qu'il serait préférable de le laisser à la maison. Fort heureusement, je pouvais compter sur l'appui indéfectible de ma belle-mère, de ma mère et de mon père, pendant que Nolan était au travail. Ils nous ont beaucoup aidés.

À bien des égards, ma vie n'a pas vraiment beaucoup changé après la naissance de mon fils. La maternité s'inscrivait tout simplement dans ce mode de vie discipliné auquel j'étais habituée depuis longtemps, et presque tout ce que nous avons prévu faire dans ce contexte, à savoir un retour au jeu et un déménagement à Calgary en vue de la préparation aux Jeux olympiques (et ce, dès août 2005) s'est déroulé comme prévu.

Nous avons prévu embaucher une gardienne pour m'accompagner à Calgary afin qu'elle s'occupe d'Owen pendant les entraînements et les matchs. Nous avons fait affaires avec une agence de placement, des mois avant la naissance d'Owen, pour nous assurer de trouver une gardienne disposée à déménager dans l'Ouest et à y demeurer durant sept mois. Notre gardienne a travaillé pour nous avant que je déménage à Calgary, pour que nous puissions apprendre à bien nous connaître. Elle s'est parfaitement bien adaptée à nos besoins, ce qui nous a beaucoup aidés.

Nous avons d'abord envisagé que Nolan viendrait nous rejoindre régulièrement, mais au lieu de cela, à chaque fois que l'équipe effectuait un voyage, je retournais Owen et la gardienne à la maison. Tout compte fait, Nolan est venu une seule fois à Calgary, tandis qu'Owen et la gardienne sont rentrés cinq fois à la maison. Quant au coût des voyages en avion, j'ai pu utiliser beaucoup de milles Aéroplan accumulés depuis 1998 pour acheter des billets d'avion à la gardienne. Lorsque l'équipe devait se rendre en Europe, j'essayais de coordonner le plus possible mes déplacements de manière à faire un arrêt à Toronto. Étant donné qu'Owen avait moins de deux ans à l'époque, il pouvait partager mon siège. Tout compte fait, tout s'est bien passé. J'ai été obligée d'acheter quelques billets d'avion, à un moment donné, mais la plupart du temps, tout allait comme sur des roulettes.»

Camp d'entraînement et planification

«**Zach**, mon deuxième fils, est né en janvier 2007.

Pendant cette période précédant les Jeux olympiques, les choses sont un peu plus compliquées en ce qui a trait aux camps d'entraînement. Les deux enfants avaient plus de deux ans, ce qui signifiait une plus grande planification pour les voyages en avion.

Le premier défi a été le camp d'entraînement en mai 2009. Je suis partie seule à Calgary pour une semaine, afin de procéder aux tests de conditionnement physique et trouver une maison, puis ma mère est venue me rejoindre avec les deux garçons, et nous nous sommes tous dirigés vers Dawson Creek dans le nord de la Colombie-Britannique. Nous y avons passé deux semaines ensemble, puis, la dernière semaine, ma mère est rentrée à la maison avec les enfants, car je devais prendre part, avec l'équipe, à un entraînement à vélo et en montagne.

À Dawson Creek, nous étions logés dans des maisons prêtées par les gens de la place. C'est ainsi que ma mère, les enfants, deux autres joueuses et moi-même avons été logés dans une maison. À partir de ce moment-là, chaque journée était soigneusement organisée et planifiée.

Chaque journée doit être organisée en fonction du camp d'entraînement. Par exemple, à l'Île-du-Prince-Édouard, avant les Jeux de 2006 (<http://www.coach.ca/WOMEN/f/journal/juillet2006/index.htm>), nous courrions sur la plage à chaque matin, dès 7 h 30, pendant 45 minutes, puis, après le petit-déjeuner, nous nous rendions à la patinoire pour une séance d'exercice d'une heure ou deux. Puis nous faisons quelques exercices de tir et de maniement du bâton, à l'extérieur de la glace, suivis d'une séance de vélo stationnaire ou de poids et haltères. Nous revenions dîner à la maison et, en soirée, nous devions participer à une séance de conditionnement physique. L'entraînement est en grande partie axé sur le développement des habiletés sur la glace. Ce fut à peu près la même chose à Dawson Creek.

Les camps d'entraînement du printemps sont très exigeants, contrairement aux autres périodes de l'année, où nous nous entraînons deux fois par jour sur la patinoire. Au printemps, cela ressemble plus à un camp militaire, où règne la discipline et où les défis sont nombreux. Mais si vous réussissez à passer à travers, vous en êtes très fières. Nous avons vécu une expérience similaire à la Base des Forces canadiennes de Valcartier peu de temps avant les Jeux olympiques de 2002; là aussi, nous avons été mises à rude épreuve. Comme il s'agissait d'une vaste base militaire, nous devions utiliser nos vélos pour tous nos déplacements sur la base. Cela me rappelait un camp d'été pour adultes, sauf qu'il fallait travailler vraiment très fort.»

Faire ce que l'on aime, le plus longtemps possible



Becky Kellar, joueuse chevronnée, fait partie de la défense de l'équipe nationale de hockey féminin du Canada. Photo gracieusement fournie par Hockey Canada

«Je fais partie de l'équipe nationale depuis 1998, et ma vie a beaucoup changé au fil des ans. J'adore toujours jouer au hockey et je sais que lorsque je prendrai ma retraite et que je quitterai la compétition, il n'y aura plus de retour possible. Il n'y a pas si longtemps, mon frère me faisait remarquer que la majorité des gens vivaient de plus en plus vieux, souvent jusqu'à 85 ans et même plus, ce qui signifie qu'il me reste une cinquantaine d'années devant moi, sans faire de hockey de compétition! J'ai donc l'intention de poursuivre le plus longtemps possible. Mes enfants grandissent et voudront bientôt faire aussi des activités, ou pratiquer un sport, alors en ce qui me concerne, si je réussis à me tailler une place dans l'équipe, les Jeux de 2010 seront les derniers pour moi.»

Le retour du pendule

«L'une de mes sources de revenus consiste à diriger des écoles de hockey. Mon ancienne coéquipière **Cheryl Pounder** et moi-même dirigeons notre propre école de hockey à Mississauga et à Burlington. Nous avons eu l'idée d'ouvrir une école de hockey après avoir travaillé durant des

années comme entraîneuses dans différentes écoles de hockey, où chacune de notre côté, nous songions à ce que nous pourrions faire différemment. Nous en avons discuté pendant un an ou deux, et puis, avec l'aide du père de Cheryl et d'un de ses amis, nous y sommes parvenues. Notre école est ouverte depuis 2002. Voici certaines précisions concernant notre école :

- Strictly Hockey est une école réservée aux filles âgées de plus de six ans qui ont les habiletés et les aptitudes nécessaires pour envisager faire carrière dans ce sport.
- Les jeunes travaillent dans un environnement agréable et amusant et développent de nouvelles habiletés sous la direction de médaillées d'or olympiques.
- Pour de plus amples renseignements, visitez notre site à l'adresse suivante <http://www.strictlyhockey.ca/Site/Welcome.html>.»

L'avenir

«Je réfléchis encore à ce que je vais faire après 2010. Lorsque j'ai fait mes études de premier cycle à l'Université Brown, j'ai obtenu mon brevet d'enseignement, mais je ne l'ai jamais utilisé car j'étais trop occupée à jouer au hockey. J'ai aussi un MBA de l'Université Wilfrid Laurier, et cela ne m'a pas encore servi non plus. Lorsque j'ai décidé de faire une maîtrise, je ne savais pas vraiment ce que je voulais faire, mais à mon avis ce diplôme pouvait certainement être utile. Les frais de scolarité étaient remboursés par Sport Canada, ce qui représentait un sérieux coup de pouce. Bien sûr, il a fallu y consacrer beaucoup de temps, mais je me disais que si je pouvais y arriver sans être obligée d'assumer les droits de scolarité, cela valait certainement la peine d'essayer.

Lorsque je prendrai ma retraite du hockey de compétition, j'aimerais continuer à travailler tout en m'occupant de mes deux jeunes fils. J'y penserai un peu plus longuement après les Jeux de 2010.»

Les raisons du succès de Becky Kellar

Il serait facile de dire de Becky Kellar qu'elle est une athlète surperformante, dans le sens classique du terme, mais cela ne correspondrait pas vraiment à la réalité. Becky Kellar a été en mesure d'accomplir tout ce qu'elle a fait et de relever tous les défis liés au fait d'être mère et athlète en même temps, car elle a bénéficié du soutien dont elle avait besoin pour y arriver. Ses enfants ont souvent été confiés à des membres de sa famille en qui elle a entièrement confiance, une solution idéale et abordable en même temps, en ce qui a trait à la garde des enfants, ce qui lui permet de poursuivre son entraînement l'esprit tranquille, sans avoir à s'inquiéter de quoi que ce soit. Le soutien financier que lui offre son mari est également un élément essentiel lui permettant de poursuivre sa carrière d'athlète.

Un autre facteur tout aussi important est l'ouverture d'esprit manifestée par l'ONS dont elle relève, par Hockey Canada, son entraîneuse **Mel Davidson** et ses coéquipières, qui ont tous contribué, de près ou de loin, à son succès. Ainsi, elle a pu amener ses fils avec elle, à bord des autobus et des avions, et aux camps d'entraînement. **Julie Healy**, directrice de la section hockey féminin de Hockey Canada, affirme que l'équipe au complet apprécie la présence des enfants pendant les voyages. Elle ajoute que l'ONS fait tout ce qu'il peut pour venir en aide aux athlètes qui ont des enfants. «Nous savons à quel point il est important d'avoir les meilleures athlètes sur la glace et les meilleures entraîneuses derrière le banc», affirme la directrice. «Nous faisons vraiment tout ce que nous pouvons pour les aider, et nous aimerions en faire plus encore.»

L'entraîneuse en chef Mel Davidson était l'entraîneuse de l'équipe nationale de hockey féminin qui a remporté la médaille d'or aux Jeux olympiques de 2006 de même qu'au championnat du monde de 2007. Elle affirme que depuis que **Hayley Wickenheiser** et Becky Kellar ont décidé que leurs enfants feraient partie intégrante de leur sport bien avant 2006, le fait d'avoir des mères athlètes au sein de l'équipe n'a eu aucune incidence sur l'équipe. «Ça se passe comme ça depuis si longtemps, déjà, qu'il n'y a vraiment rien à dire», affirme l'entraîneuse. «C'est une partie de nous-mêmes.»

Pour Becky Kellar, sa propre ouverture d'esprit a sans doute fait la différence. Elle a toujours fait part de ses besoins, demandé de l'aide, demandé que l'on tienne compte de sa situation particulière et proposer des solutions viables et susceptibles d'être mises en pratique. Mel Davidson est d'avis que c'est là la clé du succès. «Moi-même, je demande toujours aux mères athlètes de me laisser savoir ce que je peux faire pour leur venir en aide. Une excellente communication est indispensable.»

Becky Kellar a pris la peine d'examiner toutes les possibilités de financement qui s'offraient à elle, allant même jusqu'à contacter Sport Canada pour savoir si elle pouvait obtenir une aide financière spéciale pour ses frais de garde d'enfants et ses coûts de réinstallation. Bien qu'elle ait

obtenu un certain montant pour les coûts de réinstallation, elle doit toujours s'en remettre largement à son mari et aux membres de sa famille pour que tout fonctionne rondement pour elle-même et ses fils. Mel Davidson estime qu'on pourrait certainement faire plus. «À mon avis, il faudrait mettre en place un système d'aide financière rigoureux pour les services de garde – un système entièrement accessible aux athlètes qui ont des enfants. Cette aide financière devrait permettre de rembourser au moins 75 p. 100, et tout près de 100 p. 100 des coûts que les athlètes parents doivent assumer, et qui plus est, il devrait s'agir d'une aide financière souple, dans la mesure où l'argent pourrait être utilisé pour les déplacements, l'hébergement, etc.»

Becky Kellar a bon espoir que son expérience servira à ouvrir la voie aux autres et sera également une source d'inspiration pour toutes les athlètes féminines qui croient que le fait d'avoir un enfant signifie la fin de leur carrière dans un sport d'élite, et pour toutes les femmes en général qui abandonnent ce qu'elles aiment faire après avoir eu un enfant.

Manifestement, Becky Kellar a su tirer son épingle du jeu mais de toute évidence, la partie n'est pas encore gagnée. Ce qu'il faudrait avant tout : une aide financière accrue dans le cadre du PAA et des conditions d'admissibilité moins rigides pour obtenir du financement au titre des services de garde.

Entraîneuse et mère



Laryssa Biesenthal, entraîneuse en aviron, photographiée ici avec sa fille aînée Avery Biesenthal Brambell, réussit parfaitement à concilier vie de famille et vie professionnelle. Photo gracieusement fournie par Carla Saris

Voici un autre exemple. **Laryssa Biesenthal**, entraîneuse d'aviron et mère de deux fillettes, a aussi trouvé comment concilier son rôle de mère et sa carrière d'entraîneuse. Deux fois médaillée de bronze aux Jeux olympiques et couronnée six fois championne du monde, Biesenthal a déjà été entraîneuse au Canada, et à l'heure actuelle elle occupe le poste d'entraîneuse senior à l'Australian Institute of Sport à Canberra, en Australie.

Biesenthal et son mari, **Iain Brambell**, ancien athlète olympique à l'aviron et médaillé de bronze en 2008, sont devenus les heureux parents d'**Avery** en décembre 2006. Biesenthal reprenait son poste six semaines plus tard. **Ryley** est venue au monde en novembre 2008. Déterminée à poursuivre sa carrière d'entraîneuse, Biesenthal acceptait de passer une entrevue téléphonique avec Rowing Australia, deux semaines seulement après son accouchement. Trois semaines plus tard, elle était à bord d'un avion à destination de l'Australie pour une entrevue en personne, et en février 2009, le couple Biesenthal-Brambell et leurs deux filles quittaient la C.-B. pour un nouveau chez-soi dans ce pays au bout du monde.

Pour l'entraîneuse et mère de famille, le soutien du conjoint est absolument indispensable si l'on souhaite réussir. «Nous sommes partis tous ensemble», précise Biesenthal. «Pour que tout fonctionne, Iain et moi avons décidé ensemble qu'il demeurerait à la maison jusqu'à ce que nous soyons bien installés, puis qu'il pourrait retourner travailler. Iain est tout simplement formidable.»

Biesenthal est d'avis qu'il est beaucoup plus facile de concilier son rôle de mère et son travail d'entraîneuse lorsque l'employeur accepte de fournir l'aide et le soutien nécessaires afin de faciliter la vie de l'entraîneuse qui doit composer avec les aléas logistiques associés au fait d'être à la fois mère d'un jeune enfant et entraîneuse, comme par exemple l'allaitement. «Mon plus gros défi était à l'époque d'assumer mes fonctions d'entraîneuse tout en allaitant mes filles, surtout

lorsqu'il y avait un boire aux trois heures. Cette réalité est devenue encore plus percutante lorsqu'il a fallu voyager à l'extérieur de Canberra et à l'étranger. Un employeur qui souhaite faciliter la tâche des mères de jeunes enfants pourrait par exemple leur permettre d'être accompagnées d'une gardienne ou de leur conjoint.»

Elle estime que si le milieu sportif souhaite garder dans ses rangs les athlètes féminines, il ne pourra plus faire abstraction du fait que les femmes sont différentes. «Si une femme veut avoir des enfants et continuer à travailler, ou allaiter son bébé pendant un an, il faudra lui apporter le soutien nécessaire. Ou si au contraire, elle souhaite cesser de travailler temporairement, les ONS devront être tenus de lui trouver un poste lorsqu'elle voudra reprendre le travail.»

Laryssa Biesenthal est d'avis qu'un employeur a tout à gagner à donner son appui à une entraîneuse mère, surtout au tout début lorsqu'elle cherche à concilier ses deux rôles. Selon elle, l'entraîneuse revient au travail plus forte que jamais.

«En tant que maman, je suis une entraîneuse beaucoup plus empathique. Je vois les athlètes à travers les yeux d'une mère et j'essaie vraiment d'établir un lien véritable avec elles – d'établir un rapport franc et honnête. Je me sens aussi beaucoup plus équilibrée, les deux pieds sur terre. J'adore mes filles et j'adore mon travail d'entraîneuse; je suis vraiment privilégiée.»

L'exemple du milieu des affaires au Canada

Une poignée de femmes seulement a choisi et a réussi à mener de front une carrière dans le sport de haut niveau et une vie de famille, pour les raisons énumérées plus haut.

Par contre, le milieu des affaires au Canada compte dans ses rangs de plus en plus de femmes qui travaillent et qui ont des enfants, et de plus en plus de femmes qui convoitent des postes de cadres et qui réussissent souvent à les obtenir. On y compte aussi de plus en plus de postes à temps partiel, même au niveau de la direction. Les chiffres indiquent que plus de 70 p. 100 des personnes qui occupent un poste à temps partiel sont des femmes (Statistique Canada, 2007). En 2006, 73 p. 100 des femmes ayant des enfants de moins de 16 ans à la maison faisaient partie de la main-d'œuvre salariée, comparativement à 39 p. 100 en 1976 (<http://www.statcan.gc.ca/pub/89f0133x/89f0133x2006000-fra.htm>). J'en ai discuté avec **Wendi Campbell**, comptable agréée et ancienne employée cadre aux RH chez KPMG Canada, qui agit maintenant à titre de mentore auprès de cadres, pour savoir ce qu'elle en pense.

Wendi Campbell constate que de plus en plus de femmes professionnelles choisissent de continuer à travailler après avoir eu un enfant. Les défis qu'elles doivent relever sont les mêmes que ceux auxquels sont confrontées les entraîneuses mères, mais elles ont plus de facilité à trouver le soutien dont elles ont besoin. Il existe des politiques en matière de congés parentaux, et elles ont droit à des prestations d'assurance-emploi.

«Les femmes qui travaillent et qui ont de jeunes enfants doivent assumer des responsabilités au travail et à la maison en même temps, ce qui est tout un défi», dit-elle. «Celles qui se débrouillent le mieux sont celles qui peuvent compter sur un réseau de soutien fiable au travail et à la maison.»

Le réseau auquel elle fait allusion est celui que parviennent à mettre sur pied en collaboration l'employeur et l'employée. «Bien sûr, les politiques sont importantes, mais je persiste à croire que c'est d'abord et avant tout une question de bonne volonté, et d'ouverture d'esprit, de part et d'autre. Il s'agit d'un arrangement réciproque; les deux parties doivent communiquer clairement et s'assurer que tout fonctionne bien.»

Grâce aux nouvelles technologies, il est dorénavant beaucoup plus facile d'avoir un horaire souple ou de travailler à temps partiel. Wendi Campbell affirme que cela a permis à beaucoup de

femmes de réaménager leurs horaires de travail, en fonction de leurs responsabilités parentales, mais qu'en contrepartie, cela contribue à augmenter le niveau de stress à la maison, dans la mesure où il est maintenant possible de joindre ces femmes en tout temps. Néanmoins, elle note une augmentation de la demande pour des cadres à temps partiel, à tout le moins dans l'industrie des services professionnels. Plus particulièrement, KPMG, où Wendi Campbell a passé une grande partie de sa vie professionnelle, a fait des efforts en vue de reconnaître l'apport des femmes qui ont des enfants, et le talent qu'elles possèdent, et l'entreprise propose dorénavant des horaires souples et comportant moins d'heures de travail. Le niveau de participation à ce type d'horaires est en hausse, d'une année à l'autre, et Wendi Campbell est en mesure de constater que ces programmes remportent un vif succès.

«Une chose semble acquise, les personnes qui ont des enfants et qui sont sur le marché du travail semblent beaucoup mieux organisées», dit-elle. «Elles savent comment établir leurs priorités, et il arrive même parfois qu'elles offrent un produit mieux ciblé et plus équilibré.»

Conclusion

Le milieu des affaires au Canada semble être sur la bonne voie, dans la mesure où un segment important de la population active – les femmes – y trouve un environnement propice. Le milieu du sport, par contre, éprouve encore beaucoup de difficultés à ce chapitre, même pour celles qui ont des objectifs louables et toutes les habiletés nécessaires pour les réaliser. Un certain nombre d'entraîneuses mères et d'athlètes mères ont réussi (sans que cela soit nécessairement facile), alors que d'autres ont été écartées ou ont simplement choisi d'abandonner face aux énormes défis à relever.

Le milieu du sport au Canada est donc appelé à effectuer le virage nécessaire, à tourner le dos au statu quo et à s'imposer en tant que leader, prêt à faciliter le travail des athlètes et des entraîneuses qui ont des enfants. Sport Canada et les ONS doivent offrir davantage de soutien aux services de garde et des conditions susceptibles de protéger et de promouvoir nos athlètes féminines et nos entraîneuses d'élite au Canada. Le coût peut sembler faramineux, mais sachez qu'il est encore plus coûteux de voir disparaître de notre système sportif, ces femmes de talent exceptionnelles.

À propos de l'auteure



Claire Carver-Dias

Claire Carver-Dias est une consultante en communication chez Clearday Communications et elle agit à titre de mentore auprès des cadres, chez Impact Consulting. Elle est spécialiste en évaluation et en mentorat en matière d'efficacité au sein des équipes de travail, tirant profit de son expérience à titre d'ancienne athlète olympique et entrepreneure pour aider les entreprises à atteindre leurs objectifs. Elle a pratiqué un sport de haut niveau pendant 15 ans et a remporté une médaille de bronze aux Jeux olympiques, deux médailles d'or aux Jeux du Commonwealth, deux médailles d'or aux Jeux panaméricains, et plus d'une trentaine de médailles sur la scène internationale. Claire a récemment terminé son mandat à titre de présidente d'AthlètesCAN et elle a fait partie du conseil d'administration de l'Association canadienne des entraîneurs, du Comité des sports du Conseil des Jeux du Canada et du Comité de candidature du Canada aux Jeux du Commonwealth. Auteure dont les œuvres ont été publiées, elle possède un baccalauréat avec distinction de l'Université de Toronto et une maîtrise en anglais de l'Université McGill. Elle prépare à l'heure actuelle son doctorat en anglais.