



# LesPROPOS

- Affaires
- Avancement
- Carrefours
- Dynamisme
- Excellence
- Influence
- Rayonnement
- Réseau
- Solidarité

## 25 ANS DE RÉSEAUTAGE ET D'ENTRAIDE

Mot de la présidente.....	2	Les cellules d'entraide, un laboratoire de leadership d'avant-garde.....	8
Éditorial.....	3	Galerie d'images des 30 heures des cellules.....	10
Les cellules d'entraide :		Vision du futur du Cercle des Sages.....	16
25 ans de solidarité et de partage.....	5	Longue vie aux cellules d'entraide!.....	18
La petite histoire des cellules.....	6	Témoignages.....	20



# 25 ANS

XXX

## Cellules d'entraide du RFAQ

# Mot de la PDG \*\*\*

Présidente-directrice générale



Ruth Vachon

## La cellule d'entraide, un microréseau dynamisant

Depuis 25 ans, il est connu et reconnu qu'à moyen et à long terme, les cellules d'entraide du Réseau des Femmes d'affaires du Québec font la différence sur le plan professionnel et même personnel pour les leaders et les membres qui s'y investissent.

De plus, les anciennes leaders de cellules bénéficient à la fin de leur mandat d'un autre niveau stimulant de réseautage et de formation : le Cercle des Sages.

Je souligne avec fierté que parmi les centaines de membres de cellules d'entraide, plusieurs pionnières en sont toujours membres. Le concept démontre sa pertinence de façon fort avantageuse!

Les cellules font aussi la différence au RFAQ, car elles constituent l'une de ses forces importantes d'action, d'attraction et de rayonnement. J'en veux pour preuve sa pérennité, le dynamisme remarquable de ses membres et l'exportation du concept en Suisse, en France et en Belgique.

Obtenir de l'information pour pallier ses lacunes ou de l'aide pour atteindre ses objectifs professionnels, vouloir intégrer le RFAQ plus facilement et partager son expérience, tisser des liens privilégiés ou profiter du rayonnement et de la force d'un groupe provincial constituent certains des besoins des membres du RFAQ et c'est ce qui les motive à rejoindre une cellule.

Sur un plan plus personnel, les cellules et moi formons une histoire d'affaires et de plaisir durable. En 1991, lorsque j'ai quitté le Saguenay pour Montréal en vue de lancer une deuxième entreprise, je n'y connaissais personne. Enfin, c'est ce que j'ai cru brièvement jusqu'à ce que je réalise que je connaissais déjà Lise Cardinal.

Lise était alors vice-présidente marketing de l'Association des femmes d'affaires du Québec (AFAQ), devenue le RFAQ en 1996. Quelques mois plus tôt, Lise m'avait remis le prix Fémina de l'AFAQ, région du Saguenay.

C'était la bonne personne! Elle avait implanté les cellules d'entraide en 1988 et m'en a fait valoir les nombreux avantages. J'ai alors compris d'emblée que rejoindre une cellule était un conseil judicieux et une façon éprouvée de connaître des gens d'affaires, particulièrement des consœurs.

J'y voyais un moyen d'améliorer mes habiletés de gestion et le soutien de « mon » conseil d'administration. J'y adhérais pour communiquer, partager et aider des femmes engagées dans leur réussite professionnelle.

C'est donc avec mes consœurs de la cellule Les Dynamiques, sur la Rive-Sud de Montréal, que j'ai partagé dès 1992 mon enrichissante vie en cellule. Et dans le plaisir, en plus!

À la tête du RFAQ quelque 15 ans plus tard, c'est avec bonheur et émotion que j'ai bénéficié des retombées à long terme de ma cellule. Mes anciennes consœurs ont été les premières à m'offrir avec enthousiasme leur aide et leur soutien.

Je suis fier de déclarer que rejoindre une cellule d'entraide demeure l'une de mes meilleures décisions professionnelles et personnelles. Et nombreuses sont les membres du RFAQ qui me confient régulièrement être du même avis.

À titre de présidente-directrice générale du RFAQ, qui dois-je remercier pour toute l'aide et le soutien apportés depuis 25 ans? Au départ, des femmes d'affaires visionnaires, créatives et motivées par le goût de l'entraide qui sont à l'origine de l'implantation de ce concept porteur à l'AFAQ. Merci à Lise Cardinal, initiatrice des cellules d'entraide, qui a par la suite exporté le concept avec succès en Europe. Merci également à Nicole Beaudoin, ancienne présidente-directrice générale du RFAQ, qui a été leader de la première cellule d'entraide du Réseau.

Merci également à Geneviève Morand, femme d'influence et réseauteuse hors pair, responsable depuis 2009 de l'implantation et de l'expansion des cellules en Suisse et dans d'autres pays européens. L'ouverture, l'enthousiasme et la détermination des membres de ces nouvelles cellules, qui œuvrent dans des contextes d'affaires différents du nôtre, m'impressionnent.

Enfin, merci à toutes les membres du RFAQ qui, au fil des ans, ont non seulement joint une cellule, mais l'ont fait avec passion et dynamisme dans le but de donner et de recevoir. C'est là l'essence même du modèle des cellules.

Bienvenue aux nouvelles membres et longues vies aux cellules d'entraide!



# Éditorial x x x

## JUSTINE LACOSTE, ÉDITRICE

Pour le RFAQ, regrouper les femmes afin qu'elles s'entraident a toujours constitué une motivation de premier plan et ce concept de solidarité demeure un grand objectif. Après 25 ans, nous pouvons être fières que ces regroupements aient connu un aussi grand succès.

Toutes, nous avons appris à partager. Nombreuses sont celles qui, en tant que membres de cellules d'entraide, sont restées fidèles aux principes d'action du RFAQ. Le nombre croissant de cellules d'entraide et le succès qu'elles connaissent sont grandement attribuables au travail de Lise Blondin et aux efforts qu'elle déploie.

Les membres des cellules participent aux activités et au recrutement, au gala Prix femmes d'affaires du Québec, au tournoi de golf de l'été et aujourd'hui, elles soulignent avec nous le 25<sup>e</sup> anniversaire des cellules. Toutes, nous apprécions le fait de pouvoir nous retrouver dans le cadre d'activités bien organisées, présidées par Ruth Vachon et réalisées par Paryse Saint-Pierre.

Fier de ce succès, le RFAQ a l'intention de continuer de promouvoir les cellules et de souligner sa différence en tant que réseau. Heureux 25 ans à toutes les membres de nos cellules d'entraide!

## Vive l'entraide!

### GENEVIÈVE MORAND,

initiatrice des cellules d'entraide en Suisse et auteure du livre *L'art de l'entraide*.



Voici venir le temps, où d'entraide vibrante  
Chaque femme se révèle, à elle-même et aux autres,  
Et non plus seule errante. Briser l'isolement,  
Et pour remède penser cellule tout simplement.

Pour joindre une cellule, il suffit de courage,  
Le premier pas qui coûte, et les autres qui suivent,  
Et chaque mois d'apprécier toujours d'avantage,  
Se trouver assidues et toujours expressives.

Pour être remise en question, soutenue, reflétée,  
Dans une cellule d'entraide tu es entrée,  
En toute confiance tu t'exprimes dès lors,  
Cela est unique et vaut du monde tout l'or.

J'aime le tour de table, qui en « je » ose dire  
Ce que jamais encore, n'est sorti de ma bouche  
Sans plus aucune peur, même de fausses couches  
Et à tout partager, pour ensemble grandir.

Dépasser les obstacles et prendre de la hauteur  
Et dans le non jugement, gagner en grandeur,  
De là, découvrir la bienveillance qui sonne,  
Dans tous les cœurs ouverts, et en écho résonne.

Je suis reine Guenièvre, prête à relier  
La Table ronde et ses si sages chevaliers  
Léo de Grand mon père, en dot pour aventure,  
M'a donné pour destin, d'être femme d'Arthur.

Et en Suisse, je poursuis le chemin de l'entraide  
Je suis Geneviève et ses compagnes de cellules  
Qui toutes ont pour devise à la vie et à l'aide  
De ne plus rester seule, chacune dans sa bulle.

Car l'entraide est vieille, comme nos us et coutumes  
Juste oubliée de nous, par excès de bienfaits,  
De magasinage en shopping sur le bitume,  
Je n'ai sur la langue, que le goût du méfait.

D'être trop distraite de qui je suis vraiment  
J'ai cherché par-dessus les vagues vainement  
Le trésor qui gît au plus profond de mon cœur  
Et dont le secret est à nulle autre saveur.

Je pars à la découverte de mes talents,  
Je devine mon plein potentiel et le tien,  
Le leadership participatif je pratique,  
Pour plus de projets, chaque jour acrobatique.

Merci au Québec, à Lise et à vous toutes,  
Pour votre belle attention et aussi votre écoute,  
Pour nous avoir soutenues dans notre désir  
De progresser par l'entraide avec grand plaisir.

 Hôtelierie  
Champêtre



Créateur de réunions exceptionnelles à votre image  
Vous êtes unique, votre réunion aussi.



**Hôtelierie Champêtre est fier partenaire du Réseau des Femmes d'affaires du Québec et vous offre:**

- Un service gratuit de sélection de sites pour vos réunions "24h" (1 seul appel pour 31 établissements)
- Des prix spéciaux sur les certificats-cadeaux pour vos clients et employés
- Un accès à des tarifs réduits sur les nuitées pour tous les membres du R.F.A.Q.
- Des offres exclusives aux membres Privilège Hôtelierie Champêtre

**Pour plus d'information ou pour faire votre réservation :**

514-861-4024 poste 223 - sans frais 1-800-861-4024 poste 223 - ventes@hotelleriechampetre.com  
Isabelle Dairy, Gestionnaire au développement des affaires

[www.hotelleriechampetre.com](http://www.hotelleriechampetre.com)

Suivez-nous sur Facebook

# LES CELLULES D'ENTRAIDE : 25 ANS DE SOLIDARITÉ ET DE PARTAGE

PAR NICOLE BEAUDOIN



En mars 1989, j'étais vice-présidente, finances et administration de Via Rail Canada. J'occupais ce poste depuis deux ans et j'étais la patronne de 550 employés répartis dans tout le Canada. Ces personnes étaient responsables de divers services au sein de l'entreprise : comptabilité, trésorerie, budget, assurances, finances, achats, contrôle d'inventaire et informatique.

C'était pour moi le poste rêvé. Je possédais 22 ans de scolarité et plus de 20 ans d'expérience acquise à des postes de gestion à différents niveaux en administration, comptabilité et finances. Il était clair que j'avais réussi à briser le plafond de verre seule, avec le seul soutien des membres de ma famille.

Lorsque j'ai rencontré Lise Cardinal, elle avait en tête un projet de « cellules d'entraide » plus ou moins structuré, mais elle avait l'intuition qu'il y avait un besoin important du côté des femmes-cadres et professionnelles plus particulièrement. En effet, il y avait à l'AFAQ de plus en plus de femmes possédant un tel profil. Lise m'a proposé d'organiser une rencontre entre une douzaine de ces femmes et j'ai accepté, car cela permettrait de valider son intuition sur le terrain.

J'ai accepté d'inviter et de recevoir une dizaine d'autres femmes qui avaient gravi les échelons des entreprises et avaient des postes prestigieux et exigeants. La plupart d'entre elles se disaient un peu surprises d'être arrivées là où elles se trouvaient sur le plan carrière. Mais ces résultats étaient vraisemblablement attribuables à beaucoup de travail, à des possibilités qu'elles avaient saisies et à un peu de chance... celle d'avoir été au bon endroit, au bon moment.

Notre première rencontre a été fusionnelle, une vraie découverte. On se retrouvait entre gagnantes, avec toute la fierté, mais aussi toute l'insécurité que nous vivions toutes, ne connaissant pas les jeux politiques qui se jouent à ces échelons et auxquels les hommes sont très habitués, et dans lesquels ils étaient devenus habiles.

Chacune a d'abord raconté sa vie personnelle et professionnelle. Nous avons très rapidement constaté que nos échanges pourraient certainement nous aider à avancer dans notre carrière, ne serait-ce qu'en évitant des erreurs souvent dues à notre précarité dans nos fonctions respectives.

Nous avons décidé de nous revoir une fois par mois, à date fixe, et nous avons eu un premier 24 heures au cours duquel nous avons validé les règlements nécessaires pour gérer les cellules : confidentialité fondée sur la confiance, absence de conflits d'intérêts, diversité des professions, de

grande entreprise dans le domaine de l'alimentation, réorganisation, pertes d'emploi, changements de domaines d'activité, etc.

La cellule a apporté un soutien indéfectible et extraordinaire à chacune de ses membres. Le problème plus important des cadres étant la solitude, la cellule apportait une solution et réglait ce problème. La richesse et la pertinence des échanges sont irremplaçables, puisque ces femmes vivaient des réalités similaires.

Plusieurs cellules ont été créées par la suite. Des entrepreneures s'y sont greffées, apportant avec elles leur conception du risque et de la liberté d'action. Grâce aux cellules, plusieurs emplois et de nombreuses entreprises ont été sauvés. Des liens d'amitié solides se sont tissés. Et surtout, ce qui est important, les femmes ont appris à être solidaires, ce qui n'était pas évident lorsque chacune se battait toute seule pour réussir sa propre carrière.



l'âge, de l'expertise, engagement personnel envers les autres membres de la cellule.

Nous avons aussi décidé de donner un nom à la cellule : elle porterait le nom de cellule VIA – qui veut dire « aller vers » et qui est très descriptif de l'objectif des cellules. Au cours de la première année de rencontres de la cellule, nous avons vécu ensemble de grands bouleversements au sein de nos entreprises : fusions et acquisitions de firmes de comptables et de compagnies manufacturières, fermeture d'une très

Sur le plan personnel, ce premier contact avec l'Association des femmes d'affaires du Québec, devenu le Réseau des femmes d'affaires en 1996, a changé ma vie. En effet, le 1<sup>er</sup> décembre 1993, j'achetais l'AFAQ, dont j'ai assuré la gestion pendant 17 ans. On ne sait jamais où une cellule peut nous mener!

À toutes celles qui ont contribué au succès des cellules, je souhaite un bon 25<sup>e</sup> anniversaire.

# LA PETITE HISTOIRE DES CELLULES

## Les cellules d'entraide : notre douce revanche sur le *Boy's Club*

PAR LISE CARDINAL



Personne ne s'est levé un beau matin en se disant que c'était le jour J pour mettre sur pied des cellules d'entraide au RFAQ. Comme toutes les bonnes idées, on peut dire que c'est du besoin qu'est née l'invention.

Dans mon premier ouvrage, intitulé *Comment bâtir un réseau de contacts solide*, je relate en détail les circonstances qui ont présidé à la naissance du

concept. Bref, il m'apparaît clair que les cellules constituent un outil qui a contribué, et qui contribue encore aujourd'hui à l'avancement des femmes dans le milieu des affaires. Avec le recul, je peux dire que les cellules d'entraide, ces groupes de 10 à 15 femmes de secteurs d'activité et d'âge différents, ont été le ciment qui a servi de base au réseautage responsable, en même temps que le moteur qui a permis à bien des femmes de poursuivre leur ascension professionnelle, de faire des pas de plus vers la prospérité et la reconnaissance de leurs compétences...

## Une affaire d'ascenseur

Les cellules sont nées à la fin des années 1980, dans les suites d'un article de la journaliste Marie-Agnès Thellier, paru dans le magazine PME, intitulé *Les femmes dans l'entreprise : l'ascenseur bloqué* et dans lequel j'étais largement citée. Nous étions à une époque – heureusement révolue – où une femme occupant un poste de haute direction pouvait faire l'objet d'un reportage tant sa nomination était un événement en soi.

Il y a 25 ans, en effet, rares étaient celles qui pouvaient rêver d'un poste de vice-présidente et il arrivait régulièrement aux quelques rares femmes qui occupaient de tels postes clés qu'on leur demande de parler à leur patron en les prenant à tort pour des secrétaires de direction. Bref, il y avait encore bien des croûtes à manger avant d'arriver aux six femmes premières ministres que compte le Canada aujourd'hui!

Toujours est-il que cet article, ainsi que les réactions outrées de nombreux lecteurs (masculins) du magazine, m'ont fait réfléchir et conduit à la conclusion suivante : à compétences égales, les hommes cadres supérieurs ou dirigeants possédaient un outil que leurs collègues féminines n'avaient pas : un bon réseau! Quelqu'un – ou plutôt quelqu'une – vers qui se tourner pour mettre une situation en perspective, pour demander conseil, trouver des solutions, du réconfort, des encouragements... Bref, la « tape dans le dos » de ces messieurs n'existait tout simplement pas de notre côté.

Certains dirigeants d'entreprise ont même communiqué avec moi – j'étais alors responsable du recrutement à l'AFAQ, l'ancêtre du RFAQ – pour demander combien de temps il faudrait à l'AFAQ pour équiper leurs employées d'un réseau digne de ce nom. Avant de leur proposer quoi que ce soit, j'ai décidé d'aller moi-même sur le terrain.

## Du vase clos au cercle ouvert

À cette époque, l'AFAQ comptait tout au plus une douzaine de membres gestionnaires de haut niveau. J'ai décidé de communiquer avec elles. L'une de ces femmes était Nicole Beaudoin, alors vice-présidente finances chez Via Rail, qui a longtemps présidé le RFAQ.

Nicole a insisté pour que nous nous rencontrions. Puis, nous avons résolu de réunir toutes ces hautes gestionnaires membres de l'AFAQ dans une salle chez Via Rail, histoire de voir ce que nous pourrions faire ensemble. Dix ont accepté l'invitation. Leur première rencontre a donné lieu à plus de quatre heures de discussions et d'échanges.

Sans le savoir, nous venions de donner naissance à la première cellule d'entraide. Ce groupe de femmes est devenu la cellule VIA, qui existe toujours aujourd'hui.

Si cette première rencontre est auréolée dans mes souvenirs d'une sorte de magie, elle s'accompagnait aussi d'un bien cruel constat : les femmes ne se connaissaient pas entre elles, fonctionnaient en vase clos et hésitaient même à échanger leurs cartes professionnelles et leur numéro de téléphone (à l'époque, il n'y avait pas de courriel ni de cellulaire). Il reste que je savais avoir créé une formule gagnante, qui allait porter des fruits.

Avant de lancer officiellement les cellules d'entraide, j'ai consulté la direction du Groupement des chefs d'entreprises et de membres →

*Membre du Réseau des Femmes d'affaires du Québec*

**Sylvie Ayotte**

Appartements confortables et luxueux,  
Entièrement meublés et équipés

Pouvant accommoder de 1 à 7 personnes  
Idéalement situés en ville ou en banlieue de Montréal  
Directement du propriétaire

(514-951-8245) sayotte@videotron.ca

*Sylvie Ayotte  
Location d'appartements corporatifs*





de la Young Presidents' Organization, qui offrait déjà une formule similaire à ses membres.

Nous avons créé le premier protocole de fonctionnement, modifié chaque année pendant au moins 10 ans, puis nous avons formé une vingtaine de cellules d'entraide au cours des 10 années suivantes. Le concept s'est rapidement fait connaître dans bien des sphères du monde des affaires.



## Du scepticisme à la reconnaissance

Les premières cellules ont inquiété les patrons. Se pourrait-il que leurs « filles » discutent de secrets d'État? La confidentialité des propos échangés devenait une source d'inquiétude pour les patrons comme pour les membres des cellules, qui devaient parfois partager de l'information qui, en d'autres contextes, serait hautement confidentielle. Heureusement, lentement mais sûrement, la confiance et l'esprit d'entraide que nous préconisions au départ se sont installés. Les cellules d'entraide sont devenues l'un des nombreux atouts rattachés à une adhésion du RFAQ.

Au fil de ces 25 années, des dizaines de cellules ont été formées. Certaines de ces cellules n'ont pas survécu, alors que pour d'autres, leurs membres continuent à se rencontrer. Des amitiés se sont tissées, des complicités se sont établies et toutes se sentent mieux entourées.

Si ce succès est tout à l'honneur du RFAQ, il demeure toutefois certaines ombres à ce reluisant tableau. En effet, force est de constater que de moins de femmes gestionnaires font partie d'une cellule d'entraide. Elles négligent ainsi un aspect important de leur réseau, celui de la diversification, en se cantonnant uniquement dans leur secteur d'activités. C'est un peu dommage.

Cela dit, nos cellules d'entraide ont aidé des centaines de femmes de milliers, voire de millions de façons. Et cela vaut d'être célébré. Bon anniversaire à toutes! ■

# lavery

*Droit. En affaires.*

DONNEZ UN NOUVEL ÉLAN À VOS  
**AFFAIRES**

**ON S'AFFAIRE  
À VOTRE RÉUSSITE**



VISEZ CE CODE À MATRICE  
AVEC VOTRE TÉLÉPHONE INTELLIGENT  
OU VISITEZ NOTRE SITE INTERNET.

175 avocats

► [lavery.ca](http://lavery.ca)

LAVERY, DE BILLY, S.E.N.C.R.L. ► AVOCATS MONTRÉAL QUÉBEC OTTAWA

## Les cellules d'entraide, un laboratoire de leadership d'avant-garde pour libérer tout le génie de nos cellules

PAR FERNANDE TURGEON



Apprendre ensemble à être des leaders d'influence

À la fin des années 1980, les émotions sont taboues en entreprise et la mentalité voulant que la tête soit en haut de l'organisation pour donner des ordres aux pieds qui sont au bas de l'échelle (et là uniquement) pour exécuter sans poser de questions, est toujours bien ancrée.

Quelques femmes ont alors des postes de direction dont le pouvoir réel est fréquemment remis en question. Elles ne peuvent lancer une entreprise que très difficilement, à moins que leur père ou leur mari les endosse directement.

C'est dans ce contexte que les cellules d'entraide du RFAQ – les CE, comme je les appelle – voient le jour, lancées par Lise Cardinal, déjà visionnaire. Les CE permettent aux femmes d'affaires de se rencontrer de manière structurée pour échanger et partager leurs connaissances, leur expertise et leur expérience, et se guider mutuellement pour créer leur place dans le monde des affaires.

En créant les CE, le RFAQ se positionne à l'avant-garde de ce qui est maintenant considéré comme une approche cruciale pour toutes les entreprises : celle d'être une « **entreprise apprenante** » ou une **learning organisation** selon le célèbre terme utilisé par Peter Senge dans son ouvrage à succès intitulé *The Fifth Discipline*. Une telle entreprise permet non seulement à ses employés de travailler et d'apprendre ensemble, mais de le faire principalement les uns des autres, de se transmettre et de renouveler un savoir tacite non disponible ailleurs dans l'entreprise.

Cependant, très peu d'organisations y ont réussi et leur personnel vit de plus en plus en cloisons – les fameux « silos ». La grande majorité des entreprises a ainsi au-dessus de la tête une épée de Damoclès qui risque de s'abattre lorsque le personnel baby-boomers quittera, de plus en plus massivement, son emploi.

Se transformer en entreprise apprenante, gérer efficacement son capital de savoir et favoriser l'apprentissage entre pairs devient donc un enjeu majeur qui nécessite un leadership différent!

Le RFAQ est donc précurseur, puisque depuis maintenant 25 ans, c'est exactement ce qu'il nous a permis de faire au sein des CE : apprendre les unes des autres et devenir des leaders d'influence en acquérant des compétences dites de collaboration.

Comment? Premièrement, par la qualité de ses leaders, conscientes d'avoir à exercer un pouvoir informel fondé sur la confiance en elles-mêmes et en leurs membres, ainsi qu'en leur capacité de collaborer et de s'entraider généreusement. →



• Spécialité: Photographie événementielle et portraits d'affaires professionnels

- Cours de photo personnalisés
- Plus de 20 ans d'expérience à votre service!



Cellulaire: 514-586-9629

Deuxièmement, par différentes façons de faire, telles que :

- de riches échanges lors des tours de table où le respect, le questionnement ouvert et l'écoute active sont de mise;
- des conférences livrées par les membres afin de partager leurs savoir (p. ex. sur une nouvelle loi en RH, sur une nouvelle législation ou de nouvelles tendances marketing, techno, réseaux sociaux, économiques, financiers, etc.);
- du temps d'entraide de dépannage, où l'on aborde sans jugement ni idées préconçues et avec des questionnements ouverts, la résolution de problèmes, par exemple en matière de gestion des liquidités ou de conflits entre partenaires, ou encore pour l'atteinte d'objectifs audacieux;
- des ateliers de 24 heures, grâce à des échanges authentiques autour du bilan et de la planification de l'année;
- le regroupement des Sages, où la transmission de savoir entre leaders est de mise;
- des formations annuelles des 30 heures en leadership organique (d'influence);
- des rencontres d'échange de pratiques exemplaires au sein du Cercle des leaders.

Partout, nous apprenons entre nous et nous nous exerçons à le faire et cela, depuis 25 ans déjà!

Maintenant, nous passons à une nouvelle étape : celle de la consignation de ce savoir partagé en leadership collaboratif pour en faciliter l'utilisation et la transmission.

La boîte à outils des leaders du RFAQ voit donc le jour cette année, grâce à ces généreux partages. Une douzaine d'outils, établis par un comité consultatif composé de leaders de CE et de présidentes régionales, sont succinctement documentés pour permettre leur usage au quotidien et en faciliter le transfert au sein du RFAQ, au travail et dans la communauté.

Cette boîte à outils est une suite logique permettant aux leaders du RFAQ de laisser libre cours au génie de leur cellule et ainsi de se démarquer, de continuer à être dans le peloton de tête et de contribuer activement afin que leur organisation y soit! ■

Bienvenue aux leaders de demain au sein de nos CE!



## à la main verte

création de jardins



**Sylvia Jean**  
 (438) 933-1778  
 infoalamainverte.ca  
 www.alamainverte.ca

*à la main verte* est une entreprise à possession féminine prometteuse et en pleine expansion. Nous offrons des services de jardinage, verdissement, tonte de gazon, plantations et horticulture. De plus, nous travaillons dans les espaces intérieurs et extérieurs. L'entreprise est orientée vers le jardinage écologique; n'utilisant aucun engrais ou pesticides nocifs pour la santé et favorisant les plantes d'intérieur dépolluantes.

*à la main verte* a été créée par Madame Sylvia Jean en Avril 2012, et a rapidement gagné la confiance de la Ville de Montréal en 2013 pour l'entretien des terrains sportifs, tonte de gazon et aménagement horticole du Complexe sportif Claude Robillard. Madame Sylvia Jean est une horticultrice très à l'écoute des attentes de ses clients et en reste leur contact privilégié. Possédant un fort sens artistique et respectueuse de l'environnement, elle a su rester simple et disponible pour sa clientèle.

*à la main verte* a su développer une activité, tout au long de l'année, en ajoutant les décors et illuminations de Noël à sa palette d'activités!

## 25 ans de cellules d'entraide en images : les 30 heures

1995



1996



1997



1998





Depuis 25 ans, les cellules d'entraide permettent aux femmes d'affaires de tous les domaines de partager leurs expériences et leurs expertises professionnelles et de développer des liens durables entre elles.

Bell est fière d'être partenaire d'un tel réseau de soutien qui propulse le leadership féminin.

Bon 25<sup>e</sup> aux cellules d'entraide du Réseau des Femmes d'affaires du Québec.

The Bell logo, consisting of the word "Bell" in a bold, blue, sans-serif font, is centered in the lower right portion of the page.

# 25 ans de cellules d'entraide en images : les 30 heures

1999



2000



2001



2002



Pour communiquer ce que vous avez de meilleur !

# GRAPH*illus*

Services graphiques adaptés à vos besoins

Graphillus écoute.  
Graphillus propose.  
Graphillus design.  
Graphillus accomplit.

**CONSEILS** ▶ Réflexion communicationnelle ▶ Organisation et direction artistique ▶ Gestion de projet « Clés en main » **DESIGN** ▶ Identité visuelle, logo... ▶ Outils promotionnels ▶ Grands formats **WEB** ▶ Création de sites internet ▶ Signatures numériques ▶ Services connexes

**Suzanne LeBlanc**

Designer graphique

514.521.1533

[suzanneleblanc@graphillus.com](mailto:suzanneleblanc@graphillus.com)

[graphillus.com](http://graphillus.com)

[facebook.com/graphillus](https://www.facebook.com/graphillus)

<http://www.linkedin.com/profile/view?id=45580421&trk>

## 25 ans de cellules d'entraide en images : les 30 heures

# 2003



# 2004



# 2005



# 2006



Le Groupe Compass vous accompagne...

...au crépuscule de votre vie (Morrison)



...au travail (Eurest)

...lors du grand jour (Gourmet Cuisine)



...dans les gradins (Levy Restaurants)

...lorsque la cloche sonne à l'heure du dîner (Chartwells Restauration - Jeunesse)



...lorsque le travail vous éloigne de la maison (ESS)

...lorsque vous prenez une pause entre deux cours (Chartwells - Collèges et universités)



...avant même que vous ne fassiez vos premiers pas (Morrison)



...à chaque étape de votre vie!

514.761.5801  
www.compass-canada.com



gourmetcuisine

Levy Restaurants

Au nom des femmes, MERCI de notre avancement et de l'influence que vous avez apporté aux milieux sociaux et économiques !

*Céline Rousseau*  
Présidente

# 25 ans de cellules d'entraide en images : les 30 heures

2007



2008



2009



25 ANS

# VISION DU FUTUR DU CERCLE DES SAGES

**Le Cercle des Sages : un dynamisme qui contribue à celui des cellules**

**AGATHE LAMONTAGNE**

présidente Cercle des Sages et présidente de Bijouteries du Québec

Certains moments ont le don de réveiller de doux souvenirs en moi. En cette année du 25<sup>e</sup> anniversaire des cellules d'entraide, plusieurs de mes souvenirs ont un lien direct avec le Cercle des Sages. Voici les événements qui m'y ont amenée.



**1986.** Début de récession. Je suis gestionnaire en ingénierie et force est de constater que les grands projets au Québec se font attendre. Je cherche donc un défi ailleurs. Une réorientation de carrière – comme ce sera le cas pour plusieurs d'entre nous – m'amène à l'AFAQ. Lise Cardinal est la première personne que j'y rencontre. J'aime son énergie, sa vision et sa détermination à aider les femmes en affaires.

Pendant plusieurs années, nous unissons nos forces pour le recrutement des futures membres d'abord. C'est l'époque de la présidence de Henriette Lanctôt, aidée de Lise, qui est alors à la vice-présidence de l'Association. L'heure est à la structure des régions. Dire que j'étais heureuse de contribuer à la création du chapitre de Laval, en 1992-1993, est un euphémisme. J'en deviens directrice régionale après avoir été de tous les comités pendant six ans. J'ai tant de beaux souvenirs des femmes actives, dynamiques, pleines de talents et généreuses que j'ai eu la chance de connaître! Plusieurs d'entre elles sont devenues de véritables amies.



Galas relève de Laval



Gala Hommage Laval



Comité de gestion de Laval



**1995.** Le Cercle des Sages voit le jour et est fondé par notre gourou du réseautage, Lise Cardinal. Ce Cercle se compose de toutes les présidentes régionales, présentes et passées, et de toutes les leaders de cellules d'entraide ayant terminé un mandat d'une année complète. S'y sont ajoutées quelques sages émérites, sans qui le Cercle des Sages n'aurait pas connu le succès qu'il a aujourd'hui.

La vision qu'a Lise Cardinal d'une sage se définit en ces termes : « Celle qui, par ses actions, fait du réseautage un mode de vie ». C'était vrai à l'époque, et c'est encore plus près de la réalité d'aujourd'hui. Au fil des ans, diverses activités sont mises sur pied au Cercle des Sages : colloques, dîners-conférences, visites d'entreprises, voyages de pêche, ateliers de design et de décoration, atelier de préparation à une séance de photo, conférence sur le diamant et les pierres précieuses, ouverture d'une boutique de prestige. On y a même travaillé à la diversité culturelle, sans parler de sessions de Pilates! Merci à Andrée Auger, Suzan Bermingham, Anne Choquette, Lorraine Filipon et Ruth Vachon pour leur engagement dans tous ces projets.

Chaque année au Cercle des Sages, nous accueillons de nouvelles membres. Pour les femmes qui ont travaillé au bon fonctionnement du Réseau dans leur région et ont dirigé une cellule d'entraide, le tout a lieu lors de la soirée d'intronisation, où la reconnaissance est au rendez-vous. Cette soirée est une autre occasion de vivre pleinement le sentiment d'appartenance et de ressentir l'engagement et l'adéquation entre les forces et les intérêts de chacune. →



Rencontre du Comité des Sages

2011. J'endosse aujourd'hui comme alors la mission du Réseau et celle du Cercle des Sages. En décembre 2010, j'accepte de prendre la relève à la présidence du Cercle des Sages, qui a beaucoup prospéré sous la vigilance et grâce au dynamisme de Lise Cardinal.



2013. Encore un beau défi! Bien, sûr le contexte d'affaires change, nous faisons maintenant face à la mondialisation, à l'évolution technologique, à l'incertitude économique. Jamais l'entraide et la solidarité entre femmes n'auront été un aussi importante et nécessaire. Nous grandissons au rythme de notre Réseau, qui rayonne de plus en plus auprès de modèles de femmes inspirantes telles que vous, chères consœurs du Cercle des Sages.



Cellule d'entraide Synergie-2001

Merci de votre participation et au plaisir de vous accueillir à nos rencontres en 2014. ■



**Carte fidélité  
Économisez  
encore plus**

En affaires,  
la première  
**IMPRESSION**  
— c'est —  
**IMPORTANT**

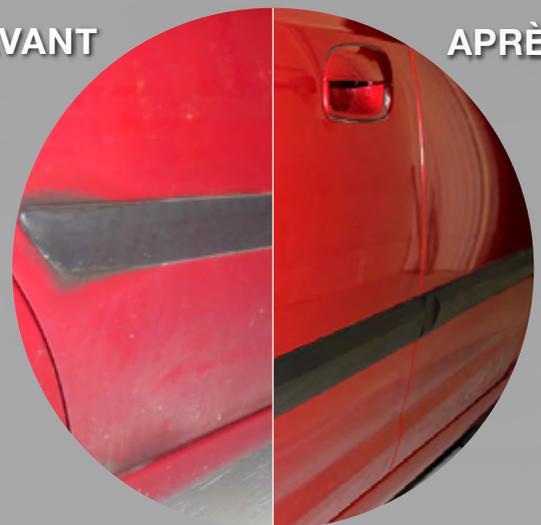
**Lizard Lick**

ESTHÉTIQUE AUTOMOBILE

Votre clinique de  
rajeunissement  
pour votre véhicule

AVANT

APRÈS



**Économisez 15%**

sur nos forfaits

sur présentation du code promotionnel:

FEMMESAFFAIRES2014

**APPELEZ-NOUS**  
**514-688-1110**  
[www.lizardlick.ca](http://www.lizardlick.ca)

# LONGUE VIE AUX CELLULES D'ENTRAIDE!

PAR LISE BLONDIN,  
COORDONNATRICE PROVINCIALE  
DU RFAQ



En 2000, on m'a demandé de prendre la relève de Lise Cardinal pour coordonner les cellules d'entraide.

Depuis lors, c'est un pur bonheur pour moi de côtoyer ces femmes qui ont à cœur de s'entraider. Je suis toujours émue par leur immense générosité et c'est avec enthousiasme que j'apporte ma contribution aux succès des cellules,

qui ont connu une évolution constante en accueillant des femmes aux profils de plus en plus diversifiés. Et je crois que justement, cette diversité est une des clés de leur réussite.

**Diversité des compétences.** Bon nombre des membres ne sont pas à leur première carrière – la richesse des expériences et des compétences regroupées au sein d'une même cellule est donc extraordinaire. Dans une société où la concurrence limite souvent les relations humaines à des rapports de force, les cellules d'entraide permettent de rapprocher les membres dans un climat amical. Elles atteignent plus rapidement leurs objectifs, en toute confidentialité. Pour plusieurs femmes, les cellules aident à briser l'isolement et à découvrir les effets positifs d'un réseau d'affaires sur le cheminement de leur carrière.

**Diversité des cultures.** Le Québec est une terre d'accueil pour plusieurs immigrantes et nous avons à cœur de nous comprendre et de nous entraider. Des communautés culturelles variées sont de plus en plus présentes au sein des cellules. Ces liens permettent à chacune d'apprécier ce qui nous distingue et la compréhension des cultures d'ailleurs s'en trouve grandement améliorée, ce qui facilite l'intégration des nouvelles arrivantes.

**Diversité d'âge.** Par le passé, rares étaient les membres du RFAQ dans la jeune vingtaine. Elles ne se sentaient pas interpellées par les réseaux d'affaires. Avec la création, en 2012, du Réseau des Jeunes Femmes d'affaires du Québec, les membres expérimentées peuvent apporter conseils et soutien aux membres de la relève et profitent en retour des perspectives nouvelles, de la fraîcheur et des talents technologiques de leurs jeunes consœurs.

Certaines cellules ont décidé d'avoir des orientations particulières. Tout en conservant sa mission d'entraide, une cellule a formé le comité coaching d'affaires pour entrepreneures. Ce comité multidisciplinaire vient en aide aux membres du RFAQ dont les entreprises sont en réorientation ou en questionnement. Une autre cellule a ajouté comme critère que ses membres évoluent dans un environnement entièrement masculin ou qu'elles soient responsables de personnel et des finances au sein de leur entreprise.

**Des cellules pour apprendre et expérimenter.** Les cellules permettent une variété d'apprentissages en communication et en leadership. Chaque cellule est guidée par une leader. Certaines n'ont jamais eu à diriger d'équipes. Pour elles, le rôle de →

NOUS SOMMES FIERS DE SOUTENIR

## Les Cellules D'entraide du RFAQ



*Emerging Peak, Brent Laycock*

Sincères félicitations au RFAQ pour la célébration de 25 ans d'entraide et de partage.



**Présidente du chapitre de Montréal RFAQ de 2004 à 2006.**  
FRANÇOISE E. LYON, Adm. a.  
Première vice-présidente

**Placements** dans des entreprises de croissance de haute qualité pour le compte de clients particuliers et d'institutions depuis 1968.

P E M B R O K E

G E S T I O N P R I V É E D E P L A C E M E N T

PML.CA

leader est une toute nouvelle expérience. Même celles qui occupent des postes de haute direction dans leur entreprise vivent une expérience, car les membres de la cellule ne sont pas leurs employées. Je me rappellerai toujours une leader qui avait sous sa direction quelques centaines d'employées. Elle entrevoyait son rôle de leader de cellule avec facilité. À la fin de l'année, elle me confiait que cette expérience avait changé sa perception du leadership.

Mon rôle est de m'assurer que l'expérience des leaders sera enrichissante et stimulante. Afin de les soutenir dans leur mandat, avec l'aide d'expertes en leadership, nous organisons chaque année, au début de septembre, une rencontre appelée « Les 30 heures des leaders », au cours de laquelle il y a une formation en leadership. À la suite de cette formation, nous élaborons ensemble une série de rencontres mensuelles pour les accompagner dans leur rôle.

En guise de reconnaissance, une fois leur mandat terminé, les leaders accèdent au Cercle des Sages, où elles peuvent participer à diverses activités organisées à leur intention.

Au fil des ans, j'ai entendu de nombreux témoignages de membres qui ont trouvé un soutien précieux et réconfortant auprès de leurs consœurs. Certaines ont été touchées par la maladie, d'autres ont vécu des réorganisations et d'autres ont même perdu leur emploi. Certaines ont subi du harcèlement au travail ou ont relevé des défis majeurs dans leur vie personnelle ou professionnelle, alors que d'autres ont été menacées par la faillite. Grâce au soutien des membres de leur cellule et des liens de solidarité qui se sont tissés au fil du temps, ces défis sont devenus des expériences positives. Même 25 ans plus tard, on constate que les cellules ont toujours leur raison d'être.

Lors du 30 heures de 2013, pour une première fois, nous avons invité les présidentes régionales du RFAQ à la formation en leadership. Ensemble, les participantes ont réalisé qu'elles avaient bien plus en commun que ce qu'elles auraient imaginé au départ. Elles avaient beaucoup à apprendre les unes des autres.

Les cellules sont l'un des rares endroits où la technologie est absente. Lors des rencontres, aucun compte-rendu n'est préparé et tous les cellulaires sont fermés. Comment transmettre concrètement le savoir d'une leader à l'autre? Le cartable des leaders vient bien sûr à la rescousse. Le cartable donne les directives générales, sans toutefois inclure des outils concrets. Il est actuellement remis sur cédérom et le sera bientôt sur clé USB. L'une de nos membres dévouée et engagée, Fernande Turgeon, a formé un comité consultatif formé de présidentes régionales et de leaders qui se chargera de créer une boîte à outils des savoir-faire et des savoir-être. Cette boîte à outils pourra être utilisée par les leaders de cellules autant que par les présidentes régionales, et permettra de sauvegarder les connaissances acquises au cours des années. Elle est en voie de production et sera disponible prochainement.

Aujourd'hui, le RFAQ compte 21 cellules situées principalement à Montréal et les environs. D'autres cellules ont aussi été créées dans les régions. Sachant que les cellules d'entraide sont l'un des services les plus prisés au RFAQ, j'ai comme projet pour 2014 de créer de nouvelles cellules en régions. ■

Les cellules sont bien vivantes et plus fortes que jamais! Longue vie aux cellules d'entraide du RFAQ et bonne célébration!



## SAVOUREZ L'EXPÉRIENCE PREMIÈRE MOISSON

*Fier partenaire du Réseau des  
Femmes d'affaires du Québec*

PREMIEREMOISSON.COM



*l'art du vrai!*

**Les cellules d'entraide : une solidarité à découvrir**  
Des leaders et des membres témoignent de leur expérience au sein des cellules d'entraide.



Viviane Bastien

### Propulsion, la cellule *la plusse meilleure* au monde

« La cellule Propulsion est un lieu privilégié qui a permis à chacune de rencontrer de “belles personnes”, comme dirait “notre” Fernande (Turgeon) – des femmes de culture, d’âge et de profession différente. Quelle richesse! Voilà une cellule d’entraide qui permet à chacune de profiter de l’expertise et de l’expérience des autres, ce qui nous apporte beaucoup. » Ce témoignage nous a été envoyé par l’artiste visuelle Viviane Bastien, membre de la cellule Propulsion et décoratrice, organisatrice d’intérieur et spécialiste en valorisation résidentielle (home staging).



Houda Benmoussa

### La cellule Propulsion, un lieu de rencontre exceptionnel

La cellule Propulsion est la meilleure! Elle se réunit une fois par mois pour parler des réussites et des difficultés de chacune, et aussi de problèmes plus personnels. Elle regroupe des femmes chaleureuses et humaines qui s’épaulent, sans jugement, sans critique, mais avec douceur et générosité. Sa leader est Houda Benmoussa arrivée au Canada il y a environ 12 ans, Houda Benmoussa détient une maîtrise en communication qui l’a rapidement menée dans le monde de la finance. Heureuse maman de deux enfants, Kamil et Iness, elle est engagée dans un travail qui la passionne.



Marie-Louise Donald

### La cellule Les Maillons : une source d’engagement

La cellule Les Maillons est un groupe dans lequel notre modus-vivendi est l’engagement de chacune envers elle-même, tout d’abord, puis envers chacune des membres. Cet engagement se manifeste par une écoute active, une ouverture de commentaires (pas toujours facile) et un soutien concret et pragmatique qui se poursuit à l’extérieur des rencontres. Depuis deux ans, sa leader est Me Marie-Louise Donald, conseillère juridique et d’affaires chez Émergence conseil. Marie-Louise concentre sa pratique en propriété intellectuelle, droit de la publicité et des médias, droit commercial et relations de travail. Depuis 2004, la firme boutique Émergence conseil concentre ses activités dans tous les secteurs de l’économie créative.



Kim Cairnduff

### La cellule Vive Nous réunit des femmes d’exception

La cellule Vive Nous réunit dix femmes douées, empathiques et déterminées issues de domaines professionnels variés. L’amitié, l’entraide et la bienveillance forment les piliers de notre cellule, au sein de laquelle chacune évolue professionnellement et personnellement avec le soutien continu des autres. Sa leader est Kim Cairnduff, médiatrice familiale accréditée et membre de l’Ordre des psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec. Kim a œuvré de 1987 à 2012 au sein de divers organismes du domaine de la santé et des services sociaux. En 2013, elle a fondé Services Kim C, entreprise de médiation familiale et de psychoéducation qui accompagne parents et enfants après une séparation.



Julie Hélène Tremblay

### La cellule Les Complices, un bouquet d’expertises variées

La Cellule Les Complices se compose de femmes qui évoluent dans les domaines de l’assurance de biens et de personnes, des arts de la table, de la comptabilité, de la création de capsules vidéo, du design, du droit, de la fiscalité, de la formation, de l’immobilier, de la mode, des services financiers et des soins personnels. Sa leader, Julie Hélène Tremblay, est fiscaliste chez Dufour Charbonneau Brunet et associés et avocate à son compte. Elle offre des conseils en fiscalité, assure la planification fiscale et successorale et aide ses clients dans la réorganisation de leurs affaires ou lors de l’achat ou de la vente d’une entreprise

## Témoignages ✕ ✕ ✕

**Les cellules d'entraide : une solidarité à découvrir**  
Des leaders et des membres témoignent de leur expérience au sein des cellules d'entraide.



France Lefebvre

### Cellule Osmose : entraide et maillage en priorité

La cellule Osmose accueille huit femmes qui ont choisi, pour 2013-2014, d'utiliser le codéveloppement pour s'entraider dans leurs projets professionnels et personnels. Des formations sur les médias et en développement des affaires soutiennent et complètent cette orientation. La cellule est dirigée par France Lefebvre, présidente de Fortuna Groupe Conseil, cabinet spécialisé en développement des talents et en transformation organisationnelle. Résolument axée sur les résultats, France se distingue par ses interventions concrètes, aisément applicables au quotidien. Conférencière appréciée, ses sujets de prédilection touchent le comportement humain et l'engagement des employés. Ses propos teintés d'humour apportent un éclairage utile tant en entreprise que dans la vie personnelle.



Catherine Longuemare

### Dynamique et inspirante, la cellule Ladie's Club

Voilà une cellule d'entraide qui se distingue! Dans un climat de confiance, propice aux échanges, on retrouve des femmes dynamiques et inspirantes, qui permettent à chacune de leurs consœurs d'évoluer sur le plan professionnel et personnel. Le Ladie's Club a comme leader Catherine Longuemare, styliste et couturière. Travailleuse autonome depuis le début de sa vie professionnelle, Catherine s'est jointe à la cellule Ladie's Club il y a six ans, afin de briser l'isolement qui est souvent le lot des travailleuses autonomes. Styliste chevronnée, Catherine offre des conseils vestimentaires et excelle dans l'art de recycler et d'actualiser les vêtements



Hanadi Diab

### Business Bums, point de rencontre des professionnelles solidaires

La cellule des Business Bums est formée de professionnelles dynamiques, très unies, qui aiment partager leurs bons coups et leurs coups de cœur, tout en étant un peu... « bums » à leurs heures! La leader des Business Bums est Hanadi Diab. Libanaise d'origine, sa formation en sciences politiques et en gestion des affaires l'a conduite dans le milieu de l'assurance. Elle est aujourd'hui souscriptrice en assurances et risques spéciaux chez Assurances Northbridge. Organisée, réfléchie et volontaire, Hanadi aime s'investir dans des projets qui allient humanisme et dépassement de soi en accompagnant, par exemple, des enfants dans leur apprentissage de la lecture



France Normand

### La cellule Têtes d'affiche, résolument axée sur le partage

Les principes qui régissent cette cellule d'entraide sont simples et reposent sur la source de bonheur de nos rencontres mensuelles. Nous avons choisi d'équilibrer nos besoins d'entraide entre la vie professionnelle et personnelle. Par l'intermédiaire des échanges, des partages et d'entraide, nous créons des liens durables avec des femmes d'affaires exceptionnelles par le biais de rencontres et d'activités. Têtes d'affiche est dirigée par France Normand, membre de la cellule depuis près de huit ans et leader pour la deuxième fois. Au travail ou pour la cellule, j'adopte le travail d'équipe, le bien-être, le sentiment de confiance et d'appartenance de toutes mes membres.



## Les cellules d'entraide : une solidarité à découvrir

Des leaders et des membres témoignent de leur expérience au sein des cellules d'entraide.



Josée Tremblay

### Fusionn'elles, une cellule qui nous grandit

La cellule Fusionn'elles est un super groupe de femmes d'affaires motivantes, œuvrant dans des secteurs différents. Au sein de cette cellule, l'entraide est la priorité de même que le partage et les échanges d'expériences nous font grandir en tant que femmes. Fusionn'elles est sous la direction Josée Tremblay, notaire en pratique privée. Professionnelle engagée, mère, épouse, et fière partisane de deux fils qui jouent au hockey, Josée est une femme de cœur, engagée, généreuse et professionnelle. Josée vise le bien-être et l'équilibre dans toutes les sphères de sa vie et en acceptant de devenir leader de sa cellule, elle y contribue chaque jour.



Sonia Morissette

### Via, la doyenne des cellules d'entraide

La cellule Via est la première cellule à avoir été formée au réseau. Elle est constituée de membres dynamiques et engagées pour qui l'entraide et le partage de connaissances sont la clé du succès pour l'avancement de ses membres. La cellule Via a comme leader l'ingénieure Sonia Morissette. Présidente de Technovel inc., Sonia travaille auprès de clients d'envergure, à qui elle offre des services spécialisés en gestion des processus d'affaires, en amélioration continue Lean Six Sigma et en gestion de changement organisationnel notamment dans les secteurs de la santé, de l'assurance et du divertissement.



Véronik Carrier

### Cellule Les Pionnières, nouvelle venue dans la Vieille Capitale

Les Pionnières de Québec est une jeune cellule qui existe depuis septembre 2013. Nos dynamiques membres se démarquent par leur volonté d'innover dans les thématiques et projets... déjà, une confiance mutuelle et volonté d'entraide et de bâtir des relations durables contribue, à l'épanouissement de chacune. Sa leader, Véronik Carrier, rêvait de la mise sur pied d'une cellule d'entraide à Québec depuis son arrivée au Réseau. Véronik est directrice et formatrice des Ateliers Technik Vox et aide les gens à mieux communiquer avec un outil important : leur voix. Elle enseigne l'art oratoire dans le cadre d'ateliers et de conférences, et est aussi chanteuse soliste.



Ginette Duplessis

### Entraide au programme de la cellule Eve-Olution

La Cellule Eve-Olution est en grande forme. Les rencontres entre ses membres sont conviviales, dynamiques et stimulantes. Chacune contribue au succès de la cellule en partageant son expertise sous forme de mini-conférences mensuelles couvrant des sujets qui ont une résonance pour toutes. La cellule est dirigée par Ginette Duplessis. Membre du Réseau depuis plus de 25 ans, la leader croit fermement à l'entraide féminine en affaires. C'est pourquoi, avant d'occuper le fauteuil de leader pour Eve-Olution, elle a été leader de la cellule Via. Dans les deux cas, l'expérience a été tout aussi enrichissante que valorisante.



Marjorie Michel

### La cellule d'entraide comme un laboratoire

Adeptes convaincues de l'interculturalisme, Marjorie Michel avait le désir de découvrir, de donner et d'échanger. Invitée à rejoindre la cellule Via, elle a décidé de tenter l'expérience. La première année a été selon elle un laboratoire, où elle a entre autres découvert les réalités professionnelles et personnelles de femmes exceptionnelles, qui se livraient en toute confidentialité quand elles avaient besoin d'aide. « Avec le temps, j'ai appris aussi à partager mes expériences. Grâce à l'appui de ses femmes, j'ai surmonté sereinement de grandes difficultés personnelles et professionnelles, dit-elle. C'est au sein de ce groupe que le mot entraide a pris tout son sens pour moi. Merci à toutes! »

**Les cellules d'entraide : une solidarité à découvrir**  
Des leaders et des membres témoignent de leur expérience au sein des cellules d'entraide.



Hélène Carrier

### Bravo à la force du Réseau!

Si je suis encore membre du Réseau après 23 ans, c'est grâce à la plus merveilleuse des cellules, Les Complices, et les personnes talentueuses et généreuses que j'y ai rencontrées. Ma cellule et le réseau m'ont permis d'acquérir de nouvelles connaissances, tant au niveau professionnel que personnel, d'élargir mon réseau de contacts, de développer des affaires et d'exercer mon leadership. Parce que je crois fermement à la force du Réseau, je me suis engagée en participant activement aux réunions de ma cellule et y recrutant plusieurs nouvelles membres afin d'en assurer sa vitalité et sa pérennité.



Louise Hébert

### La cellule d'entraide : un laboratoire d'apprentissage

J'ai joint une cellule d'entraide tout de suite après avoir adhéré à l'Association des Femmes d'affaires du Québec, en 1992. Il s'agissait alors d'une cellule en démarrage, dans laquelle nous avons appris à nous connaître puis à trouver notre mission. Cette expérience a été pour moi un laboratoire d'apprentissage : apprendre à écouter, à atteindre un consensus, à donner sans compter, à aider. Bref, une expérience fort enrichissante! Appartenir à une cellule m'a aussi permis de prendre confiance en moi au sein d'un nouveau réseau. Enfin, ce fut un tremplin dont je ressens encore aujourd'hui les effets bénéfiques dans le cadre de mon travail chez Guidatour.

Diane  
Toulouse-Jodoin

### Témoignage

« Merci, Lise Cardinal, d'avoir fait des cellules une niche bien remplie de personnes extraordinaires! »  
Les cellules donnent une vision très distincte des femmes d'affaires, selon Diane Toulouse-Jodoin. Les cellules permettent de profiter de points de vue différents et de voir comment chacune est perçue en tant que profession et en tant que personne. Les cellules nous dynamisent et permettent à une foule de projets de prendre forme. À la cellule Vision, une foule d'expériences inoubliables ont d'ailleurs pu voir le jour : calendrier des Gazelles, expérience des valves cardiaques à Saint-Jude Médical... Et que dire des 30 heures, des 24 heures! Des rencontres inestimables et des amitiés qui durent.

Mots d'Elles, plateforme d'informations dédiée à l'entrepreneuriat et au leadership féminin, vous offre des services en gestion de communautés incluant :

- Ateliers de formation
- Analyse et création de comptes professionnels
- Animation et gestion de contenu
- Rédaction d'articles de présentation et de promotion

*Mots d'Elles*

Modèles de réussite en affaires

Coordonnées :

Déborah Cherenfant

Courriel : [contact@mots-delles.com](mailto:contact@mots-delles.com)

Téléphone : 514-9441701

## L'ÉQUIPE DES PROPOS



Éditrice  
**Justine Lacoste**  
justinelacoste@xplomet.com



Révision | lecture d'épreuves  
**Hélène Pâquet**  
info@helenepaquet.ca



Design graphique | mise en page  
**Suzanne LeBlanc**  
suzanne.leblanc@graphillus.com | graphillus.com

### Ceci est votre bulletin Les Propos

Merci à celles qui ont communiqué contenu et informations pour cette parution.

Pour nous écrire : [propos@rfaq.ca](mailto:propos@rfaq.ca)  
Réseau des Femmes d'Affaires du Québec  
47, rue Jean-Neveu, Longueuil (Québec) J4G 1N8

Tél. : 514 521-2441 ou 1 800 332-2683

Télééc. : 514 521-0410

### Carte de tarifs

Vous voulez annoncer vos produits ou vos services ou publier un publiereportage sur votre entreprise? Communiquez avec **Maria Remiggi** au 514 521-5119, poste 135.



naturalizer

20% de rabais\*  
Sur Notre Collection Printanière

\*Présenter cette publicité dans tout magasin naturalizer participant ou entrer le code promo en ligne sur [naturalizer.ca](http://naturalizer.ca). Valide sur la marchandise à prix régulier ou en solde. Non valide sur des achats antérieurs, sur l'achat de cartes-cadeaux ou conjointement avec tout autre coupon.

L'offre prend fin le 11 mai 2014

PROMO CODE: TWENTYTCA

