

FANNY RAINVILLE et MARIE-LAURENCE GÉNIER

# Maman est partie travailler



FEMMES, CARRIÈRE, MATERNITÉ :  
RÉCITS D'UNE CONCILIATION

avec des témoignages de **Bianca Gervais, Mel Charlot**,

**Kim Thuy, Marwah Rizqy, Marie-Claude Barrette** et +++



FANNY RAINVILLE et MARIE-LAURENCE GÉNIER

# Maman est partie travailler

FEMMES, CARRIÈRE, MATERNITÉ :  
RÉCITS D'UNE CONCILIATION

TRÉCARRÉ 



# Introduction

«J’ai toujours su que j’allais être maman et, avant de le devenir, pas une seule seconde j’ai douté de la possibilité d’avoir aussi la carrière de mes rêves. J’étais persuadée que je pourrais tout mener de front et tout réussir. J’idéalisais l’idée de cette «mère-actrice» qui embrasse sur le *fly* son bébé avant d’aller jouer au théâtre le soir... Légère et sans culpabilité! *Ha ha ha!* Et donc, deux semaines après avoir accouché (par césarienne), j’étais en studio de doublage. Trois mois plus tard, je répétais pour une pièce de théâtre que j’ai jouée alors que mon bébé n’avait que six mois. J’interprétais une fée clochette déjantée, vêtue d’un corset et d’une jupe courte, avec mon corps post-accouchement zéro assumé, et je sentais le petit lait suri. *Su-per*. En me rendant au théâtre, le soir, je fermais les yeux “juste trois secondes” lorsque j’arrivais aux feux rouges. J’étais... brûlée. Et je n’avais jamais l’impression d’être à la bonne place au bon moment. Quelques années plus tard, dans le cadre de mes recherches pour mon roman *Les Insoumises*, je suis devenue accompagnante à la naissance, et j’ai vite constaté que je n’étais pas la seule maman à être retournée si tôt au boulot. Bien sûr, j’évolue dans un milieu particulier et j’ai un métier assez précaire, mais une réflexion s’est alors amorcée en moi en lien avec le travail et la maternité.

Est-ce que nous, les femmes, pouvons tout avoir: la carrière ET la maternité? Si oui... à quel prix?

J'ai eu envie de mêler ma voix à celle d'une collaboratrice chère à mon cœur: ma cousine, la psychologue Marie-Laurence Génier.»

«Quand Fanny m'a approchée pour ce projet de livre, c'était évident que j'allais accepter. Par la nature du projet et son intention, j'étais déjà convaincue. Ayant œuvré en recherche sur les enjeux de sexe et de genre dans les milieux de travail durant plusieurs années, ces thématiques m'intéressaient fortement. Après avoir fait de longues études en psychologie et désirant devenir maman, pouvoir approfondir les réponses à ces questions me rendait curieuse et ô combien enthousiaste! En bonus, j'allais passer des heures avec ma précieuse cousine!»

Ce livre aspire à offrir une voix aux femmes. Une occasion de partager nos expériences différentes et similaires. De se valider, de se comprendre, de s'offrir un espace de lecture parfois drôle, parfois touchant. Cela dit, notre souhait est aussi que les hommes s'interrogent et se positionnent à travers ces différents défis. Nous considérons que leur implication est importante et nécessaire pour avancer. En revanche, il était fondamental, pour nous, de d'abord donner la parole aux femmes pour toutes les raisons que l'on connaît, telles que les doubles standards, les facteurs de discrimination, le travail invisible et la charge mentale. Que chacune de ces histoires vous apporte réflexion, apaisement, validation ou toutes ces réponses!

FANNY ET MARIE-LAURENCE

# Marie-Claude Barrette

*Décembre*

Marie-Claude est mère de trois enfants et, depuis peu, grand-mère d'un petit bout de chou. On la connaît pour avoir animé des émissions telles que *Deux filles le matin* et *Marie-Claude*. Elle est aussi la conceptrice du balado *Ouvre ton jeu* et créatrice de la plateforme *MarieClub – Espace mieux-être*. Lorsqu'on lui a parlé de la conciliation travail-famille et de la place des mères dans la société québécoise, il était clair que Marie-Claude avait déjà beaucoup réfléchi à ces questions. Elle s'est montrée allumée, vive d'esprit et généreuse, pareille-pareille comme à la télé!



Bonjour, je parle bien à Marie-Claude Barrette?

Oui.

Pour une émission de télé, on cherche des femmes qui ont commencé à travailler seulement à 40 ans et on se demandait si ça vous intéressait de participer.

Euh...

\*

J'ai eu quatre grossesses.

J'ai accouché de mon fils Noël à vingt-neuf semaines et il est resté en vie pendant sept minutes seulement. J'ai quand même vécu quatre grossesses et quatre accouchements. Au départ, je ne voulais pas d'enfants. J'ai été hospitalisée pour une intoxication alimentaire et, probablement à cause des antibiotiques, la pilule contraceptive n'a pas fait effet. J'ai su que j'étais enceinte d'Angela à douze semaines. J'étais un peu perdue, mais à partir du moment où j'ai su que je portais un enfant, c'était comme s'il n'y avait plus d'avortement possible. Pas parce que je suis contre, mais je

me suis dit que, si ça arrivait, c'était parce que ça devait arriver.

C'était clair pour moi que je voulais recommencer à travailler assez rapidement. De toute façon, il y a vingt-sept ans, on ne pouvait pas prendre un an de congé de maternité; c'était trois ou six mois. Je trouvais qu'économiquement je m'appauvris-sais beaucoup en restant à la maison. Quand j'étais enceinte, je ne pensais pas à ça. Mais là, le bébé est arrivé, je touchais seulement 55% de mon salaire, on venait de déménager et je ne savais pas ce qu'il y avait devant moi. Je me disais: «Mais qu'est-ce qu'on va faire?» Je n'avais pas de compte conjoint avec Mario, je n'avais jamais été pour ça avant, alors que pour mon chum, l'argent, ça avait toujours été pour nous deux. Mon amie Marcia Pilote m'a suggéré de faire un *deal* avec Mario. «Avoir une famille, c'est comme avoir une entreprise.» On est allés au resto (un terrain neutre) et j'ai pu parler de finances, à cœur ouvert, avec lui. Le fait que je rapportais moins, alors que j'avais toujours eu un bon salaire, ça me dérangeait profondément. Et parce que je suis féministe, c'était difficile pour moi d'avoir besoin de l'autre. Cela dit, ça m'a libérée quand on a décidé de tout mettre en commun.

Après mon premier congé de maternité, j'ai créé mon emploi avec deux amis en mettant sur pied une entreprise d'organisation d'événements. C'était une décision économique, oui, mais pas que ça. «Juste» être à la maison, ça ne me remplissait pas. Mario n'a eu que deux semaines de congé parental et, à ce moment-là, les gens avec qui il travaillait lui envoyaient des fax au cas où il s'ennuierait! Son congé de paternité n'était même pas pris au sérieux! Heureusement, ç'a vraiment changé au fil du temps.

Avant d'avoir un enfant, je ne devais m'occuper que de moi, tandis que là, ce n'était plus le cas!

Ç'a été une grande perte d'insouciance, de l'inquiétude et, pour la première fois de ma vie, une inquiétude économique.

Pourtant, mon chum avait une bonne job, mais ça me gossait, j'ai l'habitude d'en porter beaucoup sur mes épaules. Puisque Mario était député et que j'ai toujours été très politisée, au nom de cette mission politique à laquelle je croyais et parce que j'en suis un membre fondateur, j'ai toujours fait le choix de prendre des emplois où je pouvais être en congé à Noël et l'été et où j'allais toujours pouvoir être disponible pour les rendez-vous et les maladies des enfants. C'est sûr que ça donne des emplois moins bien rémunérés et des postes avec moins de responsabilités. J'ai fait ça jusqu'à mes 40 ans. Mes premiers REER, je les ai eus quand j'ai commencé à faire de la télévision! Avant, ma priorité, c'étaient les enfants. Et cette attitude-là contribue vraiment à l'appauvrissement des femmes. Je trouve aussi que les femmes ne négocient pas assez leur cachet, leur salaire. Elles ne connaissent pas leur valeur quand vient le temps de négocier. Les hommes commencent presque systématiquement avec un salaire plus élevé et, après, tu ne peux plus rattraper ce décalage-là. On doit se parler entre femmes pour avoir des comparatifs et traverser le mur du tabou de l'argent. Et pas juste entre femmes, sinon, on pourrait avoir des surprises!

## **DEUIL ET IMMOBILITÉ**

Mon fils Noël est décédé le 24 décembre. Ç'a été très difficile de vivre un deuil périnatal en plein cœur du temps des fêtes. Au retour, en janvier, j'avais encore l'air enceinte, mais je devais annoncer à tout le monde qu'il n'y avait plus de bébé, qu'il était mort. Je me suis alors retirée quelques

semaines du travail... Puis je suis retombée enceinte assez rapidement de mon fils Charles, qui est né le 14 décembre de l'année suivante. À la seizième semaine de grossesse, on m'a proposé de passer une amniocentèse, ce que j'ai fait, et mes eaux ont crevé. J'ai donc été alitée jusqu'à la fin de ma grossesse. Je suis partie de chez moi le 2 août et je suis revenue le 20 décembre. J'ai dû complètement arrêter de travailler. J'étais immobile, couchée dans un lit d'hôpital avec une pente de vingt degrés. Je ne pouvais pas marcher, ni même faire de mots croisés! Ç'a été une période de grands changements dans ma vie: l'immobilité physique provoque une suractivité mentale. (À l'époque, les cellulaires étaient interdits dans les hôpitaux.) Je croyais que ça allait durer une semaine... puis deux semaines... puis trois. Au travail, les gens s'impatientaient, j'ai dû lâcher prise sur ce que les autres pensaient. J'étais inquiète de revivre un deuil périnatal. Au départ, Charles avait juste 2% de chances de survivre. Je n'avais aucun programme d'assurance salaire, je gagnais zéro dollar, c'est Mario qui prenait tout sur lui.

Sur le plan tant personnel que professionnel,  
je me disais: «Mais qu'est-ce qui va rester  
de moi après?»

Ce n'était pas une période facile, je ne me sentais pas comprise. Plusieurs personnes me jugeaient de laisser ma fille de deux ans à la maison – on s'entend qu'elle était avec son père! – et j'ai dû m'obstiner avec deux médecins pour ne pas me faire avorter.

Chaque jour que je passais alitée, les chances de survie de Charles augmentaient. J'avais perdu un enfant sans pouvoir rien faire, et là, je pouvais faire quelque chose pour sauver

celui-ci. Je ne voulais pas me sentir coupable si jamais je le perdais, mais je savais que ça allait avoir une incidence sur toute ma vie. J'escaladais une montagne très lentement, un pas à la fois; une vision qui me suit encore aujourd'hui. Ça m'a enlevé toute notion de performance et d'*ego*. Certaines personnes vont ailleurs pour sauver des vies, moi je restais dans un lit pour sauver *une* vie. Charles est né à 34 semaines et 3 jours à l'hôpital Sainte-Justine.

Je suis retournée au boulot lorsque mon fils avait 6 mois, mais comme j'avais maintenant deux enfants, c'était totalement autre chose! Mon chum est reparti assez vite travailler à l'extérieur et je vivais de grandes périodes de solitude. Par contre, cette expérience m'a aidée dans le milieu professionnel, car je ne me suis plus jamais fait marcher sur les pieds.

J'étais complètement transformée! J'étais devenue une gestionnaire, une leader!

J'étais capable d'en prendre encore plus qu'avant et je profitais de la liberté de marcher, de parler, d'aller au restaurant. J'avais 30 ans et ma vision de la vie avait changé. J'ai pris un poste à l'École de musique de Rivière-du-Loup en tant que directrice générale et j'avais beaucoup de responsabilités. Malgré tout, mes choix professionnels n'étaient pas basés sur « combien », mais sur « comment ».

Comme mère de famille, on devient vite essouffée. Quand j'arrivais au bureau à 8 heures le matin, j'avais l'impression que ma journée était déjà faite! Mais non! Tu passes à travers ta journée de travail, et après, tu vas chercher les enfants à l'école, à la garderie, tu enlèves leurs vêtements d'hiver – c'est terrible, l'hiver! – et là: « Maman, qu'est-ce qu'on mange? » Y a tellement de choses à faire! Ma charge mentale était au maximum et ma tête n'arrêtait jamais: *Faut pas que j'oublie ça, j'ai-tu fait dégeler le poulet? Merde Mario est pas là,*

*qui va aller au cours de théâtre?* À l'arrivée de Juliette, notre troisième fille, j'ai décidé de me simplifier la vie. Puisque la semaine j'étais assez seule, je me suis dit: «Si je fais juste des règlements, quelle relation je vais avoir avec mes enfants?» J'étais déjà gestionnaire au bureau le jour, est-ce que j'allais «gérer» mes enfants le soir?! Ça ne m'intéressait pas; j'haïis moi-même toute forme d'autorité! J'ai décidé qu'on allait s'amuser, le soir, à la maison, une fois que toutes nos obligations seraient terminées. C'était le bordel dans mon salon, ma vaisselle traînait parfois sur le comptoir. Pas grave! Quand Mario revenait le vendredi, il n'avait pas de traitement de faveur et, quand il y avait une brassée dans la laveuse, il allait la mettre dans la sécheuse! Je trouve que les mamans doivent déléster, on ne peut pas tout faire! On se compare aux autres, certaines osent même porter des jugements!

**On peut-tu se sacrer la paix, les filles ?**  
**On *rushe* toutes !**

Ce n'est pas rare que les femmes de 40 ans pognent un mur. Elles ont tout mis en place pour que leurs enfants développent des passions, essaient un peu de tout. Mais elles n'ont rien fait pour elles; elles ont mis leurs passions de côté, elles se sont oubliées. Je n'éprouve aucune culpabilité par rapport à mes enfants, car j'ai l'impression que j'ai été la meilleure mère que je pouvais être avec ce que j'avais à offrir. Mais si je me regarde comme femme et que je me demande si j'ai été la meilleure personne envers moi-même, je ne suis pas sûre que je peux répondre oui à ça.

Je me suis mise sur la voie de service pour devenir une bonne mère.

**Conseil :** Un médecin m'a déjà conseillé d'ouvrir toutes les lumières de la maison en arrivant le soir avec les enfants. De mettre de la lumière partout. Il m'a aussi recommandé de m'inscrire à une activité qui me permettrait de socialiser; je me suis alors inscrite dans un chœur. Finalement, j'ajouterais de planifier des journées «cachées» dans son agenda, des moments juste pour soi.

\*

## Écarts de rémunération

- En 2024, le salaire médian annuel des travailleuses salariées était 17,1% plus bas que celui des travailleurs salariés. Il était 28% plus bas pour les travailleuses autonomes. Ces écarts placent le Canada au septième rang des pires écarts de rémunération entre les hommes et les femmes<sup>1</sup>.
- D'où proviennent ces écarts? Le plafond de verre, les métiers à prédominance masculine mieux rémunérés, les interruptions de carrière liées à la grossesse, le temps partiel parfois choisi par les femmes pour la conciliation travail-famille... Et il y a un élément supplémentaire dont on parle moins: **la négociation**. À âge égal, diplôme identique, poste équivalent, on remarque une différence moyenne de salaire de 9% de moins pour les femmes. Dès le départ, sur le marché du travail, les femmes gagnent moins que les hommes et sont moins enclines à négocier<sup>2</sup>.
- Claudia Goldin, gagnante du prix Nobel d'économie en 2023, a démontré que la principale raison expliquant

l'écart salarial pour un même emploi entre les hommes et les femmes est l'arrivée du premier enfant<sup>3</sup>.

## Le « congé » de maternité

Une étude de TendLab a démontré que les **compétences développées lors du congé parental** sont les mêmes que celles souhaitées pour les postes de gestionnaires, soit l'intelligence émotionnelle, le courage, la capacité de priorisation, la capacité de collaboration et la faculté d'adaptation<sup>4</sup>. À quand une meilleure reconnaissance de ce congé parental? La notion même de congé dérange une majorité des femmes interrogées, considérant qu'il s'agit d'un mot bien loin de la réalité vécue.

## Qui suis-je ? Qu'est-ce que je veux ?

La Dre Roxane Larocque, psychologue, propose de faire le point avec soi-même, de se questionner: «Je suis qui, moi, comme femme, comme maman, comme professionnelle? Qu'est-ce que j'ai envie d'être comme parent? Qu'est-ce que j'ai envie d'avoir comme carrière? Qu'est-ce que j'ai envie d'avoir comme partenariat parental?» Cette **prise de conscience** peut aider à naviguer à travers la maternité et nous permettre d'aligner nos désirs à la personne qu'on est foncièrement.

# Chloé Robichaud

*3, 2, 1... action!*

Chloé est maman de jumeaux âgés de 3 ans. Scénariste et réalisatrice, ses films *Sarah préfère la course*, *Chef de meute*, *Pays* et *Les Jours heureux* se sont démarqués au Québec et à l'international. À la télé, elle a réalisé des épisodes de *Trop* et de *Transplant*. Elle est aussi la créatrice de la série web *Féminin/Féminin*. Son dernier film, *Deux femmes en or*, est sorti sur les écrans en mai 2025 et a remporté le Prix spécial du jury au Festival du film de Sundance.



**De :** Fanny Rainville  
**Envoyé :** 16 octobre 2024 16:27  
**À :** Chloé Robichaud  
**Cc :** Marie-Laurence Génier  
**Objet :** Re : Projet de livre : Maman est partie travailler

Allô Chloé!

On est vraiment contentes de te compter parmi les participantes!

Voici quelques disponibilités. Si jamais ça ne marche pas pour toi, on essaiera de trouver un autre moment.

Lundi 28 octobre: entre 17 h et 20 h  
Lundi 11 novembre: entre 17 h et 20 h  
Lundi 18 novembre: entre 17 h et 20 h

À tout bientôt!  
Fanny et Marie-Laurence

---

**De :** Chloé Robichaud  
**Envoyé :** 17 octobre 2024 13:10  
**À :** Fanny Rainville  
**Cc :** Marie-Laurence Génier  
**Objet :** Re : Projet de livre : Maman est partie travailler

Bonjour!

En fait, ce sont des heures qui tombent un peu dans mes moments avec mes enfants justement haha! Ça tombe en plein dans le sujet! Je viens de tourner à Toronto quelques semaines et je les ai peu vus. J'essaie de rester présente d'ici à Noël!

**AUJOURD'HUI**, les pères s'impliquent davantage, ils profitent de congés parentaux, les entreprises se sont dotées de politiques d'équité salariale : sur papier, tout est beaucoup mieux qu'avant. Mais qu'en est-il vraiment ? Comment les femmes vivent-elles ce quotidien supposément plus adapté à la conciliation de leur carrière et de leur maternité ?

Avec ce livre composé de récits, les autrices souhaitent nourrir la réflexion sur cette question et faire naître des pistes de solution afin que les femmes puissent s'épanouir pleinement dans leur vie professionnelle comme dans leur vie familiale. Elles font témoigner des mères sur les défis de la conciliation travail-famille, en plus de solliciter l'expertise d'intervenantes spécialisées en la matière.

**DES ÉCHANGES SENSIBLES ET PERSONNELS  
AVEC VINGT-DEUX FEMMES PROVENANT DE MILIEUX VARIÉS  
QUI REVENDIQUENT UNE PARENTALITÉ ÉGALITAIRE,  
SANS CULPABILITÉ, SANS ÉPUISEMENT.**



Diplômée de l'École nationale de théâtre du Canada, **FANNY RAINVILLE** est autrice, comédienne, scénariste et maman d'une préadolescente. Elle a publié *Les Insoumises* (2022) et *Le Chant des braises* (2024) chez Libre Expression.

**MARIE-LAURENCE GÉNIER** est psychologue organisationnelle. Elle accompagne les individus dans le développement de pratiques saines et inclusives afin de favoriser leur bien-être et de créer des milieux de travail plus humains. Chargée de cours à l'Université de Sherbrooke, elle est aussi nouvellement maman d'une petite fille.

