

## Edito



**Redonner à d'autres ce que nous avons eu la chance d'avoir : cet élément essentiel de la mission fondatrice de Force Femmes est aussi un principe m'ayant guidée tout au long de ma carrière. Il sous-tend également les valeurs humanistes sur lesquelles se fondent le travail de l'UNESCO et sa volonté de favoriser l'égalité des chances.**

**Celle-ci est par ailleurs inimaginable sans l'égalité des genres, qui est l'une des priorités globales de l'Organisation. Nous devons semer les germes du savoir, terreau de l'esprit d'entreprise et des carrières florissantes.**

Actuellement directrice à l'UNESCO, il m'aurait été impossible d'occuper ce poste sans avoir reçu une éducation de qualité. Or, pour un trop grand nombre de filles de par le monde, l'éducation de qualité demeure un luxe. En effet, les statistiques démontrent que les filles sont plus susceptibles d'être non scolarisées que les garçons, et que les deux tiers des 796 millions d'adultes analphabètes dans le monde sont des femmes.

Si l'égalité des genres est une priorité à l'UNESCO, c'est parce que nous reconnaissons que cette situation est lourde de conséquences. Même lorsque les femmes sont éduquées, elles demeurent souvent marginalisées dans la vie professionnelle et politique. Les coûts de cette discrimination sont élevés, en termes financiers et philosophiques. Des recherches ont démontré que les entreprises ayant une plus forte représentation de femmes au sein des instances dirigeantes étaient les plus performantes<sup>1</sup>. L'égalité des genres encourage à la fois des économies florissantes et des sociétés épanouies.

Que peut-on faire? La réponse est double. A l'UNESCO, l'égalité des genres enrichit notre travail dans tous nos domaines d'action : l'éducation, la culture et les sciences. Fondamentalement, nous savons que nous avons la possibilité d'être le miroir du type de société que nous souhaitons créer : l'égalité des genres commence chez soi. Je suis fière que l'UNESCO ait été l'une des premières agences des Nations Unies à atteindre la parité entre les sexes.

Les femmes représentent actuellement 56% de notre personnel et 52% du personnel de niveau professionnel. Bien que seulement 28% des postes de direction soient actuellement occupés par des femmes, nous nous sommes engagés à atteindre un taux de 50 % de femmes aux postes de direction et de fonctionnaire de rang supérieur d'ici à 2015. Je suis convaincue que nous atteindrons cet objectif sous les auspices de notre Directrice générale, Madame Irina Bokova, la première femme ayant été élue à la tête de l'Organisation.

Les actions sont plus éloquentes que les paroles. Tout comme Force Femmes qui accompagne et soutient des femmes de plus de 45 ans dans leurs démarches de retour à l'emploi et de création d'entreprise, nous ne devons pas attendre. Pour reprendre les mots de Gandhi, un homme dont les actions étaient plus éloquentes que les paroles, « nous devons être le changement que nous voulons voir dans le monde ».

<sup>1</sup>McKinsey and Company, Women Matter, 2007

**Mme Saniye Gülser Corat**  
Directrice de la Division pour l'égalité des genres de l'UNESCO

Regards croisés → p.2

Retrouver un emploi → p.4

Créer son activité → p.6

# L'auto-entreprenariat vu par une créatrice Force Femmes...

À l'occasion de la journée nationale des auto-entrepreneurs du 7 avril dernier, nous avons demandé l'avis d'une créatrice d'entreprise accompagnée par l'association ayant fait le choix de l'auto-entreprenariat dans le cadre de sa création d'activité et celui d'un expert sur les spécificités de ce statut assez récent...

**Marie-Pierre Coustenoble**, accompagnée en création d'entreprise à Lille



J'ai travaillé longtemps dans le secteur des cosmétiques, d'abord en tant que commerciale terrain (pour Shiseido pendant cinq années, puis trois ans pour les produits Helena Rubinstein), puis j'ai poursuivi dans l'encadrement de force de vente régionale. J'ai par la suite accédé à un poste de di-

rectrice des ventes nationales pour Guerlain. J'y suis restée onze ans.

En 2006, j'ai créé un Spa, avec une équipe dédiée aux soins et à la coiffure, que j'ai revendu en 2008. J'ai alors entrepris un bilan de compétences et démarré une formation Master 2 en Ingénierie Management à l'Institut d'Administration des Entreprises de Lille 1. Depuis 6 mois maintenant, j'ai intégré le cabinet de recrutement OP SEARCH.

J'avais la possibilité d'intégrer un cabinet en tant que salariée ou en tant qu'indépendante. J'ai opté pour la deuxième formule par le biais du statut d'auto-entrepreneur. J'ai découvert ce statut et son articulation lors de ma formation Master 2. C'est véritablement pour la notion d'indépendance que j'ai fait ce choix, mais également pour la facilité de mise en place.

Les démarches pour accéder à ce régime sont en effet extrêmement simples par le biais du CFE (Centre de Formalités des Entreprises). La mise en route est rapide, il y a peu de pression administrative et la centralisation des procédures de déclaration aux différentes structures est très appréciable.

**C'est véritablement pour la notion d'indépendance [...] mais également pour la facilité de mise en place.**

La limite essentielle se situe au niveau du non-accompagnement, sauf si vous passez par un organisme que vous

devez rémunérer. Ce qui oblige à se mobiliser et à aller chercher l'information par soi-même. Internet m'a été d'une aide précieuse.

**Le parcours de la création de son activité demande de l'engagement et de la patience.**

Aujourd'hui, je suis donc consultante en recrutement, en indépendante. Ma mission consiste en l'élaboration de stratégies de recherche (par l'approche directe): j'identifie les profils, je mène des entretiens téléphoniques ou en face à face, j'établis des « short-lists », je fais le suivi des clients ainsi que celui de l'équipe des chargés de recherche, et enfin je m'occupe de la prospection commerciale pour développer mon portefeuille clients ainsi que celui du cabinet.

À tous ceux qui souhaiteraient à leur tour se lancer dans l'auto-entreprenariat aujourd'hui, je leur conseillerais d'être encadrés au maximum pour valider la faisabilité de leur projet et sa viabilité. Le parcours de création de son activité demande de l'engagement et de la patience.

## FOCUS >> QUELQUES CHIFFRES

Au 1<sup>er</sup> janvier 2010, l'auto-entreprenariat avait un an et on enregistrait 320 000 créations parmi lesquelles 40% dédiées aux services aux particuliers, 30% aux services aux entreprises et 15% à des activités commerciales.

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2011, l'INSEE a compté près de 50 000 demandes de création d'auto-entreprise, soit la moitié des demandes globales de création d'entreprise.

>>Téléchargez le guide de l'auto-entrepreneur en ligne: [www.auto-entrepreneur.fr/guide-de-l-auto-entrepreneur.php](http://www.auto-entrepreneur.fr/guide-de-l-auto-entrepreneur.php)

# ...et par un expert sur la question!

**Dominique Mentha, Directrice**  
**Camille Petit, Consultante**  
 De l'APCE (Agence Pour la Création d'Entreprises)

## > Pourquoi le régime a-t-il été créé ?

Le régime de l'auto-entrepreneur a été créé le 1<sup>er</sup> janvier 2009. L'objectif principal est de faciliter la création d'une activité par toute personne souhaitant exercer en indépendant, à titre occasionnel ou accessoire, et ainsi de bénéficier d'un complément de revenu.

Il s'agit également d'offrir, à un certain nombre de porteurs de projet, la possibilité de se lancer dans l'entrepreneuriat avec un régime simple et évolutif.

## > Qui est concerné ?

Ce régime s'adresse à toute personne ayant l'envie ou l'opportunité d'exercer une petite activité professionnelle en toute indépendance. Il est ouvert à tous : salarié, demandeur d'emploi, fonctionnaire, retraité, étudiant, etc., sous réserve du respect des règles et obligations que peuvent éventuellement imposer une situation ou un statut particulier.

## > Quels sont les avantages et les inconvénients de ce régime ?

Le régime bénéficie d'un ensemble de mesures simplificatrices. La première, et non des moindres, est l'absence de cotisations sociales lorsque le chiffre d'affaires est nul – les modalités de calcul et de paiement des cotisations sociales étant largement simplifiées.

## **Ce régime s'adresse à toute personne ayant l'envie [...] d'exercer une petite activité professionnelle en toute indépendance.**

De plus, la comptabilité est allégée, en particulier grâce au régime de franchise de TVA. L'auto-entrepreneur a également la possibilité d'opter pour un système de versement fiscal libératoire qui lui offre une exonération temporaire de la contribution économique territoriale (anciennement taxe professionnelle).

Enfin, il est dispensé d'immatriculation au Registre du Commerce et des Sociétés ou au Répertoire des Métiers (lorsque l'activité artisanale est exercée à titre accessoire).

Si les avantages sont nombreux, ce régime n'est cependant pas adapté à l'ensemble des activités ; les seuils de chiffre d'affaires peuvent bloquer l'ambition de certains projets. Les investissements initiaux, les frais divers et les achats ne sont pas déductibles : c'est donc sur le chiffre d'affaires et non sur le bénéfice que sont calculés les cotisations sociales et les impôts. Enfin, il est impossible de récupérer la TVA payée sur les stocks et sur les achats divers.

Pour résumer, le régime de l'auto-entrepreneur est totalement adapté aux personnes qui, en toute indépendance, se lancent dans une petite activité à forte valeur ajoutée nécessitant peu d'investissements et de stocks, ne présentant pas de risques particuliers et dont l'objectif principal est de se consacrer à leur activité en évitant de s'embarasser des tâches administratives.

## **[...] L'auto-entrepreneuriat est adapté aux personnes qui [...] se lancent dans une petite activité à forte valeur ajoutée [...]**

Pour les autres projets, la création d'une entreprise "classique" sous forme d'entreprise individuelle (soumise à un régime réel d'imposition) ou d'une société doit être sérieusement envisagée.

## > Après deux ans d'existence, quels sont les impacts visibles dans le monde de l'entrepreneuriat en France ?

Par sa simplicité, le régime de l'auto-entrepreneur a rendu possible, aux yeux de beaucoup de Français, l'accès au monde entrepreneurial ; beaucoup y ont vu une opportunité répondant à leurs attentes. Ainsi, en 2009, année de sa mise en place, les créations d'entreprises ont atteint un nombre record avec 580 193 nouvelles unités.

Ce nombre a augmenté de 75 % au regard de 2008 ; les auto-entrepreneurs représentaient alors 55 % des créations d'entreprises (soit 320 019 unités). Loin de s'essouffler, ce régime continue d'attirer beaucoup de Français (+ 12% de création d'auto-entreprises en 2010).

## > Quel avenir pour le régime de l'auto-entrepreneur ?

Le régime s'installe dans la durée. Après deux années, l'explosion du nombre de création d'auto-entreprises est amenée à se stabiliser. Le régime de l'auto-entrepreneur est une possibilité parmi celles déjà proposées en France dans le cadre de la création d'entreprise.

**POUR TOUTES INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES :**

**>> [www.autoentrepreneur.biz](http://www.autoentrepreneur.biz)**

# Femme & senior : un atout

Annie Ducellier a créé le cabinet de conseil aux entreprises Isotélie, et les accompagne sur les questions délicates de l'égalité professionnelle et de la mixité sous toutes ses formes. Dans son ouvrage *la Mixité, un atout pour l'entreprise*, elle revient sur ce qu'une femme senior peut représenter de positif pour l'entreprise qui l'embauche.

## Les atouts et les contraintes

Après 45 ans, une femme peut mettre en avant qu'a priori, elle n'aura plus de congé maternité et que ses enfants ayant grandi, elle n'a plus les mêmes obligations horaires ou de vacances. De plus, la mobilité (entrave traditionnelle et culturelle française), qui reste un véritable frein à l'évolution des femmes dans l'entreprise tant qu'elle a des enfants, devient envisageable et est un argument de négociation précieux.

En revanche, elle peut se retrouver face à l'obligation de prendre soin de ses petits-enfants ou plus fréquemment encore, de ses parents ou de ses beaux-parents, devenus dépendants. L'allongement de l'espérance de vie et la prise en charge de ses ascendants devient préoccupante pour ce deuxième temps de carrière ; une étude démontre que le profil-type de la personne non rémunérée s'occupant des « anciens » de la famille est une femme de 55 ans en moyenne.

## Des clichés à combattre

L'apparence physique joue malheureusement un rôle dans le recrutement d'une femme, quel que soit son âge, et les femmes de plus de 45 ans n'échappent pas à ce type de jugement. C'est pourquoi il est capital d'avoir suffisamment confiance en soi pour ne pas, en plus de « s'excuser » d'être une femme, chercher à se faire pardonner son allure ou son âge !

## Avoir conscience de ce que l'on apporte

Des études ont prouvé qu'un homme n'hésitera pas à affirmer qu'il « sait », alors qu'il n'a qu'une vague idée de ce dont il s'agit, là où une femme avancera qu'elle « pense savoir » ce qu'elle maîtrise dans les faits. Il est capital de mettre en avant les compétences techniques, professionnelles et comportementales afin de faire évoluer non seulement les mentalités mais également les situations. Une femme senior peut tutorer en entreprise, une femme senior peut encadrer des équipes, une femme senior représente une véritable ressource de valeur pour l'entreprise qui l'embauche, etc. Et la première qui doit s'en persuader est « la femme senior ».

### FOCUS >> LE CHEMIN VERS L'ÉGALITÉ PROFESSIONNELLE EN ENTREPRISE

L'égalité professionnelle est désormais une question incontournable à intégrer au fonctionnement des entreprises.

La RSE (Responsabilité Sociétale des Entreprises) fait l'objet de forums, salons et colloques afin de sensibiliser toutes les structures accueillant des salariés (de la TPE à la holding internationale) aux problématiques d'égalité et de mixité.

Des cabinets d'accompagnement des entreprises dans l'élaboration de process plus équitables et progressistes proposent des outils et des formations aux managers afin qu'eux-mêmes dispensent les bonnes pratiques au sein de leurs équipes.

>> plus d'infos sur [www.egaliteprofessionnelle.org](http://www.egaliteprofessionnelle.org)

## Sur la toile

### Sélection de sites internet

#### *L'emploi et les femmes*

#### **Feminin Monster**

Tout le monde connaît le portail d'offres d'emploi Monster.fr, mais savez-vous qu'il existe un onglet « Monster eu féminin » ? Celui-ci recense des liens vers des réseaux de femmes, des conseils spécifiques pour la gestion de sa carrière et des clés pour gérer sa vie de famille et son temps de travail. Il regroupe des articles sur des thèmes allant du sociétal (l'égalité homme-femme au sein de l'entreprise) au look à adapté au passage d'une entretien d'embauche. Bref, il est adapté aux femmes et à leurs questions.

> <http://feminin.monster.fr>

#### **Bourse pour l'emploi Femme actuelle**

L'hebdomadaire féminin a entrepris le lancement d'une bourse pour l'emploi recensant près de 45.000 offres d'emploi, sur l'ensemble du territoire français, afin de proposer aux femmes des offres mais également des tests d'évaluation, des vidéos-conseils en ligne et même une évaluation gratuite de son niveau de rémunération.

> <http://emploi.femmeactuelle.fr>

## Le site du mois

### Ebook emploi au féminin

#### **Une vision globale**

À travers l'étude de quatre grandes thématiques, l'ebook (c'est-à-dire le livre en ligne) dresse un état des lieux du marché féminin de l'emploi.

L'état des lieux, les freins, les tremplins et le chemin vers la parité constituent les chapitres de cet ouvrage.

#### **Des liens interactifs**

13 auteurs et 5 illustrateurs ont participé à cet ouvrage complet et documenté. Une référence à consulter...sans l'imprimer !



>><http://redaction.blog.regionsjob.com/index.php/post/2011/03/08/Ebook-Emploi-au-feminin>

Alors qu'on se concentre beaucoup sur les parties « Expérience » et « Formation » de son CV, quitte à les retravailler des dizaines de fois, on a tendance à considérer la dernière rubrique comme étant du « bonus », une sorte de supplément pour occuper l'espace et donner de la légèreté. Isabelle d'Humières, coach spécialisé sur le passage d'étapes professionnelles, nous explique comment valoriser cette rubrique pour l'employeur.

### Le titre

En tant que catégorie « fourre-tout », on ne sait pas nécessairement comment l'intituler. Pourtant, si l'intention est d'attirer le regard du recruteur jusqu'à elle, mieux vaut s'appliquer à ne pas la présenter comme un bouche-trou permettant de combler l'espace vide.

Ainsi, des appellations telles que « Hobbies », « Divers » ou « Autres informations » ne sont pas recommandées, contrairement aux classiques mais efficaces « Centres d'intérêts » ou « Informations complémentaires », voire à l'intrigant « À savoir ».

### Le contenu

L'objectif est de mettre en valeur vos aptitudes, talents ou goûts extra-professionnels, si possible sortant du commun, afin de susciter chez le recruteur un intérêt particulier pour votre candidature qui, à parcours professionnel égal, pourrait faire pencher la balance en votre faveur.

Ainsi, le triptyque « Cinéma / lecture / natation » est vivement déconseillé. N'hésitez pas à donner des éléments de précision, toujours exacts (car un mensonge démasqué pourrait être fatal dans le cadre d'une entretien d'embauche), susceptibles d'amener des questionnements.

« Comédienne amateur depuis 10 ans », « Stage d'œnologie en juillet 2010 », « 3 mois de mission humanitaire pour la construction d'une école au Mali » : ces éléments sont porteurs de sens et révélateurs de votre personnalité, au-delà de vos diplômes et votre expérience professionnelle.

### Le sous-texte

La valeur ajoutée de ce que vous proposez d'apporter à l'entreprise auprès de laquelle vous postulez ne réside pas uniquement dans vos compétences mais également dans votre savoir-être : la pratique régulière d'un sport collectif encourage à penser que vous aurez bon esprit dans le cadre de missions effectuées en équipe.

Si vous participez à des tournois, on pourra en déduire que vous êtes persévérante et combattive.

L'investissement dans une structure associative est également porteur d'une image positive, d'une forme de générosité efficace et utile.

Enfin, ce qui relève du ludique et du divertissement est toujours appréciable « Joueuse de majong », « 2<sup>ème</sup> prix de rédaction de nouvelle fantastique au concours national », etc. apporte une valeur originale à votre profil.

### Les limites

Attention, il ne s'agit pas de faire de ce chapitre le pavé principal de votre parcours, ni un catalogue de tout ce que vous appréciez.

Quelques points (cinq maximum) suffiront largement au recruteur pour se faire une idée générale de l'ensemble des qualités que vous pourrez mettre au service de son entreprise !

## Agenda

### 05/05 – Bordeaux

#### LES JEUDIS.COM

Premier salon de recrutement spécialisé IT (informatique et telecoms). 50 exposants, plus de 500 postes à pourvoir.

Entrée gratuite, Maison mondiale du Vin, de 10h à 18h

Plus d'informations sur [www.lesjeudis.com](http://www.lesjeudis.com)

### 13 et 14/05 – Lille

#### SALON DES SERVICES À LA PERSONNE

Pour répondre à toutes les problématiques du quotidien, et proposer des solutions emploi.

Lille Grand Palais, de 10h à 19h, entrée à 5 € sur place ou gratuit par préinscription à <http://www.salon-services-personne-lille.com/invitation-gratuite/>

### 19/05 – Paris

#### SALON DES CARRIÈRES COMMERCIALES

Des centaines de postes à pourvoir à Paris et en province, des contacts directs avec les recruteurs.

De 10h à 18h, Espace Champéret 75017  
Invitation gratuite sur [www.jobrencontres.fr](http://www.jobrencontres.fr)

### 26 et 27/05 – Toulouse

#### CARREFOUR EMPLOI

Environ 180 entreprises à rencontrer, des centaines de postes à pourvoir, plus de 15.000 visiteurs attendus.

Entrée gratuite, de 9h à 18h30, au Parc des Expositions, Hall 7

Plus d'informations sur [www.carrefoursemploi.org](http://www.carrefoursemploi.org)

## Lu et vu pour vous



### L'inadaptation du CV anonyme

Après une phase d'expérimentation dans de nombreuses grandes entreprises, les premiers résultats de l'utilisation du CV anonyme sont « décevants ».

Les résultats de l'étude commandée par Eric Besson à Pôle Emploi en 2010 viennent de paraître et font ressortir que l'utilisation de cet

« outil » n'avantage pas les demandeurs d'emploi. Au mieux, elle ne change rien : comme pour les femmes ou les seniors, au pire elle pénalise, comme pour les jeunes issus de l'immigration. Yazid Sabeg, commissaire à la diversité, recommande pour sa part la pratique généralisée de la « méthode des habiletés », permettant de mettre le (la) candidat(e) en situation à son futur poste, privilégiant ainsi l'expérience et l'adaptabilité aux diplômes. Cette méthode a notamment fait ses preuves lors de récents recrutements à la Poste. *Le Monde\_14/04/2011*

### La croissance reprend et s'installe

Le ministère de l'Economie confirme les prévisions de Christine Lagarde, Ministre de l'Economie, de l'Industrie et de l'Emploi, « *la reprise s'est poursuivie et intensifiée en 2010, [...] et se diffuserait à l'ensemble des secteurs économiques en 2011.* », affirme-t-on. Ainsi, 160.000 emplois marchands devraient être créés en 2011 (à noter, 125.000 ont été générés en 2010). La consommation des ménages promet de progresser semblablement à 2010, avec une augmentation plus significative pour la fin 2011 – « *hausse des revenus liés à l'amélioration progressive du marché du travail* ». La reprise de l'activité économique est notamment permise par la reprise de l'investissement des entreprises, lequel « joue traditionnellement un rôle d'accélérateur ». *Les Echos\_18/04/2011*

## Sur la toile

### Les sites des créatrices de Force Femmes

#### Jardin

**Frédérique Dupin-Mazel**, paysagiste, propose un service d'accompagnement personnalisé pour tout aménagement paysager ou projet jardinage.

<http://jaidescendudansmonjardin.fr>

#### Aide à domicile

**Elisabeth Tardy** offre un service d'aide à domicile. L'entreprise compte actuellement 9 salariés à temps partiel.

<http://faire-bien.com>

#### Décoration

**Christine Cebron**, le Home Stager permet de vendre 2 à 3 fois plus vite et au meilleur prix une maison ou un appartement en travaillant sur l'effet « coup de cœur ».

[ccebron.homestaging@gmail.com](mailto:ccebron.homestaging@gmail.com)

## Le site du mois



> **Qui sont-ils ?** Droit-finances.net fait partie du réseau CommentCaMarche.net, site communautaire d'assistance et de conseils.

> **Que font-ils ?** Ce site vous donne un accès libre et gratuit à un grand nombre de fiches pratiques sur tous les domaines du droit quotidien et des finances personnelles. Ces fiches ont été rédigées par des journalistes spécialisés, en collaboration avec des professionnels du droit.

> **Est-ce utile ?** Dans le cadre de la création d'entreprise, on y trouve toutes les informations pratiques pour se mettre à son compte : démarches et formalités, choix du statut, fiscalité, aides financières... Il y a également des textes officiels, des chiffres et indices, et tout ce qui concerne l'actualité du monde de l'entrepreneuriat. Chacun peut poser ses questions sur un sujet juridique, fiscal, financier ou pratique et apporter des réponses aux questions posées par les autres internautes.

> **Bémol :** le site n'est pas toujours très lisible car il recouvre un nombre important de thématiques.

>> <http://droit-finances.commentcamarche.net>

# J'ai décidé de tenter ma chance!



**Après 14 années dans la communication Marie-Charlotte d'Aligny est revenue à ses deux passions: l'histoire et les arts. Elle s'est ainsi lancée dans la restauration de tableaux. Mettre du neuf dans les œuvres... et dans sa vie!**

Historienne de formation, j'ai d'abord travaillé en tant qu'attachée de presse auprès de l'ancien Président de la République Valéry Giscard d'Estaing. Puis j'ai été recrutée par Anne Méaux, l'une des fondatrices de Force Femmes ; je m'occupais de conseil en stratégie de communication. Je suis partie après 12 ans, suite à la mutation de mon mari en région lyonnaise.

J'ai alors profité de ce changement pour me consacrer à mes premiers amours (le dessin, la peinture et la sculpture), ainsi qu'à ma famille. J'ai néanmoins rapidement souhaité reprendre une activité professionnelle qui associerait mon goût de la recherche en histoire à celui de la pratique des arts plastiques. Je me suis ainsi orientée vers le métier de restauratrice de tableaux, et ce malgré des mises en garde quant au nombre de restaurateurs déjà en activité, au marché peu extensible et à la restriction des budgets en raison de la crise. J'ai réussi à intégrer une école, et une fois mes trois années d'études à Lyon terminées avec succès, tout s'est enchaîné. Quelques aménagements au sein de ma maison m'ont permis de consacrer une pièce en grand atelier. J'avais acquis l'équipement nécessaire au cours de mes années d'études. Sur le plan administratif, la formule de l'auto-entrepreneuriat m'a beaucoup simplifié les démarches. Le plus compliqué a été de trouver un assureur qui comprenne mon métier puis de répondre à ses exigences de sécurité. Pour le nom de mon atelier, j'ai fait au plus simple en choisissant mon prénom : *l'Atelier de Macha* (mon prénom est Marie Charlotte mais on m'a toujours appelée Macha).

Mon premier gros chantier a été un grand tableau d'Eglise provenant d'une commune proche de chez mes parents dans l'Allier. J'ai eu de la chance car cela m'a permis de me constituer un book et d'avoir des articles dans la presse locale ; les recherches autour de ce tableau ont été très intéressantes, j'ai pu retrouver l'origine du tableau et son peintre.

Depuis je ne me suis plus arrêtée, le bouche à oreille a bien fonctionné même s'il est nécessaire d'être toujours en quête du prochain client. Aujourd'hui, mon activité principale est la restauration de tableaux ("nettoyage" des tableaux, réparation des supports, fixation de la couche picturale...) sur tout format (toile, bois, cuivre ...). J'exerce dans mon atelier ou sur place. Je propose également un service de diagnostic et de conseil en conservation, et développe des activités complémentaires de restauration de cadres et de copie de tableaux.

J'ai compris que pour se développer le professionnalisme, la recommandation des clients seraient la meilleure carte de visite et le partenariat avec d'autres artisans est aussi essentiel. Et puis sans mes relations, mon énergie et le soutien de mes proches je n'y serai pas arrivée. L'atelier ne tourne pas encore à plein régime mais aujourd'hui je suis toujours aussi enthousiaste et j'ai plusieurs projets de développement.

>> <http://latelierdemacha.com>



L'aventure de la création d'entreprise se fait souvent en solo pour démarrer. Être son propre patron représente un certain nombre d'avantages mais l'indépendant est souvent confronté à l'isolement. Quelques conseils pour rester motivé quand on travaille seule.

### Trouver son rythme

#### > Se mettre dans de vraies conditions de travail

Travailler seule offre une souplesse quant à l'organisation de son emploi du temps. Mais trop de largesse peut vite conduire à une démotivation et à un ralentissement du montage de son projet. Il est fondamental de commencer sa journée aux mêmes horaires qu'une journée de bureau, dans des conditions propices à la concentration.

Éviter de travailler en pyjama sur son canapé par exemple! Mieux vaut réserver une pièce de la maison uniquement pour son activité, ainsi cela évite de mélanger le temps personnel et le temps professionnel. À l'inverse, il faut savoir également décrocher, que votre travail ne déborde pas sur vos soirées et votre espace privé. Trouver un équilibre est important.

#### > Varier ses tâches

Alterner ses tâches durant la journée permet de rester dans une dynamique de travail et de ne pas s'enfermer dans une

monotonie. Prendre du plaisir dans ce qu'on fait au quotidien est source de motivation!

### Provoquer des rencontres

#### > Ne pas rester seul face à soi-même

On peut vite se sentir démoralisée sans collègue à qui parler, les yeux rivés sur son ordinateur. Prenez les devants, organisez des déjeuners avec des anciens collègues ou des potentiels clients. Vous avez la possibilité d'organiser vos journées comme bon vous semble, alors profitez-en!

N'hésitez pas également à multiplier les contacts téléphoniques. Les temps de pause et d'échanges sont primordiaux : ils servent à se vider la tête mais aussi à échanger sur son projet et à avoir un regard extérieur sur son travail. En outre, les diverses discussions peuvent mettre en relief des perspectives différentes sur les problèmes et questions qui se posent à vous.

#### > Investir dans le réseau:

Le réseau constitue un moyen simple de partager les expériences entre créateurs et

partenaires divers.

Le réseau est générateur d'informations. Il peut être un moyen d'approfondissement sur certains axes de son activité, voire dans son propre domaine d'expertise. Il peut également apporter des ressources et compétences.

Renforcez le lien qui vous lie à votre univers professionnel en passant par des cercles et associations professionnelles.

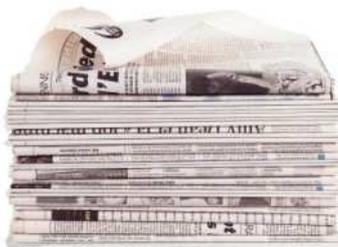
Être en veille sur tout ce qui touche son secteur d'activité permet de rester dans le bain!

### S'encourager

#### > Positiver et être fier de son travail

En solo, il n'y a pas de chef pour vous féliciter sur vos bons résultats, ni de prime pour vous récompenser. A vous de vous autoriser un moment de détente après une phase de prospections intensives par exemple.

## Lu et vu pour vous



### Journée nationale des auto-entrepreneurs... chaque mois!

Des « ApéroEntrepreneurs » sont organisés par plus de 20 entrepreneurs un peu partout en France, chaque premier jeudi du mois. C'est l'occasion pour les entrepreneurs, de se retrouver pour parler d'entrepreneuriat, nouer de nouveaux contacts... Participation gratuite pour tous ceux

qui ont déjà créé leur entreprise ou sont en train de le faire. Informations complémentaires (inscription, adresses des RDV,...)

Sur le site: <http://www.aperoentrepreneurs.com>

### Femmes entrepreneurs : de plus en plus d'initiatives

Les initiatives se multiplient pour favoriser la création et le développement des PME, qui représentent l'essentiel du tissu économique européen. Le rôle et la place des femmes dans cette dynamique est de plus en plus prise en compte. Par exemple, la Commission Européenne a décidé de mettre en oeuvre plusieurs programmes en faveur des femmes comme la constitution d'un réseau européen de 270 femmes entrepreneurs, ambassadrices de l'esprit d'entreprise. Leur rôle est d'encourager plus de femmes à devenir chefs d'entreprises. La Commission Européenne inaugure également des programmes de tutorat afin d'apporter aux femmes entrepreneurs des conseils et un soutien sur la gestion de leur entreprise. Le mouvement est lancé et la volonté politique l'accompagne. *Article sur leParisien.fr*

### Concours Cré'Acc 2011

Pour la neuvième année consécutive, l'Ordre des experts-comptables et l'APCE lancent le concours régional et national d'aide à la création d'entreprises "Créez, Accompagné". Il s'adresse à tous les créateurs qui sont dans la phase précédant l'immatriculation de leur entreprise et aux jeunes entreprises immatriculées depuis moins de 6 mois. *Dépôt des candidatures sur : [creacc@apce.com](mailto:creacc@apce.com) avant le 1/06/2011.*

## Agenda

### 28/04 – Paris (75)

#### BAR A COACH

Le bar à coach c'est une rencontre entre des coachs-entrepreneurs et des créateurs d'entreprise, dans une atmosphère chaleureuse, pour aider à améliorer et renforcer la communication des créateurs. Il s'agit pour le créateur de s'entraîner à présenter son projet, à convaincre ses interlocuteurs... De 16h à 20h au Café du Pont Neuf. *Infos : [www.baracoach.com](http://www.baracoach.com)*

### 5/05 – Mérignac (33)

#### FORUM DES CRÉATEURS

Le club des entreprises de Mérignac organise le forum des créateurs s'adressant aux porteurs de projets souhaitant se développer. Les thématiques abordées: les assurances, la communication, l'intérêt d'internet, la réussite commerciale, le rôle de l'avocat et de l'expert comptable, le coût de la création et son financement, les différents statuts.... De 17h à 21h à l'hôtel Mercure Bordeaux Aéroport à Mérignac. *Infos : [www.club-entreprises-merignac.com](http://www.club-entreprises-merignac.com)*

### 10/05 – Lyon (69)

#### MANIFESTATION

Angelor, réseau privé de Business Angels à Lyon, sélectionnera dix entrepreneurs en région Rhône-Alpes pour se présenter auprès d'investisseurs lors d'une rencontre le 10 mai. Si vous cherchez à financer votre projet par apport de fonds propres, déposez votre candidature avant le 30 avril. *Infos : [www.angelor.fr](http://www.angelor.fr)*

## Zoom sur...

## &gt; Dr Pierre Ricaud – produit partage

Pour la deuxième année consécutive, Dr Pierre Ricaud a organisé la vente d'un produit partage au profit de Force Femmes. Ce fut également l'occasion de faire le point sur un partenariat qui ne cesse de s'enrichir...

26 ateliers maquillage et l'organisation de journées en institut, (plus de 170 participantes), des ateliers création d'entreprises (25 créatrices) et un soutien financier (32.210€) grâce au produit partage.



Extrait du film consacré aux engagements de Dr Pierre Ricaud avec Force Femmes Ateliers beauté

L'occasion également de réaliser un film témoignage de ces actions. A visionner sur le site internet de Dr Pierre Ricaud à l'adresse suivante : <http://www.ricaud.com/fr/innovation-beaute/marque-engage.htm>

## L'actu des régions

## &gt; Forum emploi de Sanary-sur-mer (antenne de Marseille)

Plus de 900 personnes se sont succédées à l'Espace Saint-Nazaire de Sanary-sur-Mer où se tenait le Forum Emploi co-organisé par la Municipalité, Pôle Emploi et la MIAJ. Près de 50 stands permettaient aux visiteurs de se renseigner, avoir accès à des offres d'emploi, rencontrer des structures locales.

L'antenne marseillaise de Force Femmes était présente et des femmes en recherche d'emploi ont ainsi pu être conseillées toute la journée sur les démarches à entreprendre pour retrouver un travail.

## &gt; Forum RSE de Marseille

La Délégation Régionale aux Droits des Femmes et à l'Egalité a accueilli Force Femmes sur son stand, parmi 35 autres, à l'occasion du 6ème Forum RSE de la région PACA, le 31 mars dernier, au Parc Chanot.



Cette année encore, l'objectif était de développer les bonnes pratiques de Responsabilité Sociétale et environnementale des Entreprises et des institutions et plus de 1000 visiteurs sont venus assister aux ateliers et aux mini-conférences de sensibilisation.

En fin de journée, la remise des Prix RSE PACA a récompensé Ricard mais également TLV-TVM (entreprise de transport maritime) pour le Prix de la TPE, Terre d'Oc pour le Prix de la PME (société de cosmétiques et senteurs comptant 12 salariés) et le prestigieux Prix de la Délégation régionale a été attribué à DCNS Var (leader de la navale de défense).



Accueil de demandeuses d'emploi à Sanary-sur-mer

## SAVE THE DATE &gt;&gt; FORUM FORCE FEMMES À LILLE

Le IIIème Forum de Force Femmes Lille se tiendra le mardi 17 mai prochain, à la Préfecture de Région. Deux table-rondes, un pôle ressources et des entretiens professionnels sont au programme.

Pour tout renseignement ou inscription, merci d'envoyer un mail à [forumemploi@forcefemmes.com](mailto:forumemploi@forcefemmes.com)

## Force Femmes...

... accompagne les femmes dans leurs démarches de **recherche d'emploi**

- > Accompagnement individuel
- > Accompagnement collectif (ateliers, réunions etc.)

...accompagne les femmes dans leurs démarches de **création d'entreprise**

- > Accompagnement individuel
- > Accompagnement collectif (ateliers, cycles...)
- > Sensibilisation et information (forums et réunions...)

...sensibilise les entreprises et fait évoluer les mentalités

- > Développer un réseau féminin et solidaire
- > Participer à la réflexion et aux débats
- > Mettre en œuvre des partenariats

## La verte Europe...

### Emplois verts: l'avenir de l'environnement et de l'économie en Europe

En Europe, plus de 20 millions d'emplois sont déjà en lien avec l'environnement et ce chiffre devrait augmenter grâce aux efforts que l'UE déploie (105 milliards d'euros aux investissements dans les technologies vertes et dans l'innovation) pour s'orienter vers des lendemains plus verts.

Il est important de souligner que les emplois verts ne sont pas nécessairement des emplois de haute technicité réservés à une élite ; ces solutions innovantes devront être mises en pratique dans le « monde réel » et dans des secteurs très divers comme les transports, l'approvisionnement en énergie ou la construction.

Ce programme baptisé « Des compétences nouvelles pour des emplois nouveaux » est une initiative phare de la stratégie Europe 2020. Le grand objectif de ce programme est de combler les déficits de compétences.

## Contact

COMMENTAIRES & SUGGESTIONS COMMUNICATION@FORCEFEMMES.COM

DIRECTRICE DE LA PUBLICATION Véronique Morali

RÉDACTRICE EN CHEF Elise Moison

RÉALISATION ET COORDINATION Véronique Eréac, Elise Moison & Agathe Savioz

ONT PARTICIPÉ À CE NUMÉRO Evelyne Huard, Corinne Maes & Carole Le Melledo.

CRÉDITS PHOTOS Force Femmes

Force Femmes, Association loi 1901, est immatriculée à la Préfecture de Paris. Force Femmes est présidée par Véronique Morali.

Force Femmes  
169 rue de la Roquette - 75011 PARIS - T : 01.53.34.15.30 – F : 01.53.34.15.34

## Revue de presse

Hors-série n° 9 - mai-juin 2011 - 5,90 €

L'EXPRESS HORS-SÉRIE

LA FORCE DE L'ÂGE

Inventer sa vie à 50 ans

VERONIQUE MORALI a créé l'association Force Femmes, favorisant le retour à l'emploi des femmes de plus de 45 ans

LA VALEUR DE L'EXPÉRIENCE vue par

- > Jane Fonda
- > Alain Touraine
- > Michel Maffesoli

- **Le travail, si je veux !** Rester dans l'entreprise. Créer son activité.
- **La retraite utile** Partager son expérience. Acquérir des compétences.
- **Vivre autrement** Famille, couple, solo. S'installer au soleil.

EXPRESS ROULARTA  
M 08002 - 9 H - F: 5,90 € - RD

L'EXPRESS – MAI-JUIN 2011

**Force Femmes - par le biais de sa Présidente Véronique Morali - fait la Une du hors-série de l'Express « La Force de l'âge ; inventer sa vie à 50 ans » !**

Un hors-série très complet qui débroussaille de nombreux sujets tels que la retraite, l'emploi (conseils, adresses, statistiques, témoignages, etc.), la création d'entreprise, la succession, la santé, etc. Une mine d'information !

**Allez les femmes !**

Femme et senior... une double discrimination que subissent des quantités de travailleuses. Depuis 2005, Force Femmes défend l'idée que les femmes de plus de 45 ans représentent au contraire une véritable force et les aide à trouver ou retrouver du travail. Véronique Morali, énarque et chef d'entreprise, préside l'association. Elle vient de prendre également, en 2011, la présidence du Women's Forum, rendez-vous mondial des femmes d'influence.

www.forcefemmes.com

AVEC LE SOUTIEN DE

APICIL  
Association Européenne de Coaching  
Coca-Cola  
Caisse des Dépôts  
Caisses d'Epargne Midi-Pyrénées  
Crédit Agricole  
Dr Pierre Ricaud  
Fimalac  
Fondation ELLE  
Fondation L'Oréal  
Fondation Orange

Galeries Lafayette  
GDF Suez  
Helena Rubinstein  
Image 7  
JP Morgan Chase  
La Redoute  
Lagardère  
Latham & Watkins  
Manpower  
Microsoft  
Mondial Assistance  
Paul  
Pernod Ricard  
Préfecture du Rhône  
Préfecture du Nord  
Pricewaterhouse Coopers  
Randstad  
Rémy Cointreau  
Secrétariat d'Etat à l'Emploi  
Sofidéc Baker Tilly  
SNCF  
State Street  
WIN