

La Lancée

Une lancée à poursuivre

Pourquoi la participation et le leadership des filles et des femmes dans les secteurs du sport, du plein air et de l'activité physique sont-ils des enjeux de société ?



Crédits

Une initiative de:
Gouvernement du Québec

Mise en œuvre par:
M361

En partenariat avec:
Fillactive et Égale Action

Rédaction | M361:
Marianne Boire, François Grenier, Emmanuelle Bergeron, Françoise Ruby, Marjolaine Arcand et Tatiana Polevoy

Conception graphique:
Cossette

Une initiative de:

Québec 

M361  MOTEUR
D'IMPACT
SOCIAL

En partenariat avec:

FILLACTIVE

Égale
ACTION
AGISSONS POUR L'ÉGALITÉ

Table des matières

Le guide

Mot de Mme Isabelle Charest	.4
Des avancées, une lancée	.6
Des données préoccupantes	.8
Sondage sur les leaders féminines	.10
La fréquence d'activité physique et le leadership sont fortement liés	.14
Participation et leadership des filles et des femmes en activité physique et en sport: où en sommes-nous?	.16
Femmes et plein air	.23
Égale Action: au service de l'équité et de l'égalité dans le sport depuis 20 ans	.24
Fillactive: incubateur de plaisir et de leadership	.30
Pionnières et éclaireuses	.36
Les hommes: des alliés indispensables	.44
Le sport, le plein air et l'activité physique: puissants vecteurs de changements sociaux	.46
Une lancée à poursuivre	.50



Mot de Isabelle Charest

Ministre responsable
du Sport, du Loisir
et du Plein air

Personne ne s'étonnera qu'une ancienne olympienne comme moi accorde une importance cruciale à la pratique du sport et qu'elle en fasse la promotion auprès des jeunes. Or, si la compétition n'est pas pour tout le monde, il demeure vrai que toutes et tous devraient pratiquer régulièrement des activités physiques et de plein air. Sauf que, bon an mal an, à peine 15% des adolescentes de 12 à 17 ans rapportent avoir été actives durant leurs loisirs. C'est le genre de statistique qui a tout pour m'inquiéter, moi qui suis mère d'une fille de 13 ans, surtout sachant que les femmes ont davantage de chances de demeurer actives dans leur vie adulte si elles ont eu l'occasion de l'être au cours de leur jeunesse.

Pour aider les filles en ce sens, nous avons pris, comme gouvernement, l'engagement d'investir 1,5 milliard de dollars dans les infrastructures sportives. Si nous voulons que les filles bougent davantage, il est primordial qu'elles aient accès aux installations. Évidemment, ces investissements vont aussi servir à toute la population. Que ce soit par des travaux de rénovation ou par la construction de nouvelles infrastructures sportives en tout genre, nous nous devons de fournir à la population, notamment aux jeunes filles et aux femmes, des installations de qualité qui les aideront à adopter un mode de vie physiquement actif. Évidemment, l'enjeu de la participation des filles et des femmes dans le vaste monde du sport est beaucoup plus complexe qu'une

simple question d'infrastructures. Tous les angles de la question sont donc à l'étude.

Je trouve d'ailleurs préoccupant le fait que trop peu de femmes occupent des postes de leadership, et ce, malgré tous les efforts investis au cours des dernières années. On ne compte pas assez de femmes comme directrices, entraîneuses ou arbitres, même si elles sont nombreuses à posséder toutes les compétences requises. Ces femmes pourraient devenir autant de sources d'inspiration pour nos adolescentes.

Face à ces constats, je suis heureuse d'apporter mon soutien à la stratégie globale de mobilisation La Lancée. Ce mouvement collectif, mis en œuvre par M361, en partenariat avec Fillactive et Égale Action, a justement pour mission de contribuer à une plus grande représentation des filles et des femmes dans le monde du sport, du plein air et de l'activité physique. C'est là une initiative inclusive, que je salue et qui devrait conduire à développer une offre d'activités qui répond mieux aux besoins des filles et des femmes, et ce, pour que toutes et tous demeurent physiquement actifs.

Isabelle Charest

Ministre responsable du Sport, du Loisir et du Plein air



La Lancée

Des avancées, une lancée!

Ceux et celles qui suivent l'actualité avec assiduité auront possiblement remarqué un changement intéressant, depuis quelque temps: les nominations féminines dans des postes de leadership se succèdent à un rythme inégalé. Dans le domaine du sport tout spécialement, c'est du jamais vu! Empruntant un chemin défriché par des pionnières et des éclaireuses, une nouvelle génération de battantes fracasse les plafonds de verre et accède à des fonctions qui étaient autrefois réservées aux hommes.

Et pourtant, malgré ces avancées, les femmes demeurent encore minoritaires dans les postes de leadership, notamment dans les organismes de sport et de plein air. Et, malgré tous les efforts investis en promotion de l'activité physique auprès des jeunes, les adolescentes demeurent moins nombreuses à persévérer dans leur pratique d'activité physique.

Voilà pourquoi La Lancée s'est donné pour mission de mobiliser, outiller et inspirer les intervenant·e·s, dirigeant·e·s et décideur·e·s du sport, du plein air et de l'activité physique au Québec afin qu'ils ou elles facilitent la participation et le leadership des filles et des femmes.

Dans les pages qui suivent, nous vous invitons à découvrir le travail déjà accompli par des pionnières qui œuvrent depuis des années à faire avancer la place des filles et des femmes dans les secteurs du sport, de l'activité physique et du plein air. Que ce soit par l'envergure de leur pratique individuelle, ou par leur engagement pour une cause plus large, ces avant-gardistes nous montrent la voie à suivre. Un chemin sur lequel La Lancée s'engage à son tour, en invitant tous les acteur·trices influent·e·s des secteurs du sport, du plein air et de l'activité physique à joindre le mouvement.

Nous avons besoin de toutes ces forces vives pour offrir aux filles et aux femmes davantage d'occasions de continuer à s'impliquer, de s'épanouir et de prendre leur envol.

Des données préoccupantes

Au Québec

14 % | **15 %**

des filles de 6 à 11 ans

des filles de 12 à 17 ans

sont actives durant leurs loisirs.¹

Au Canada,

33 %

des adolescentes
abandonnent la pratique
de leur sport.

10 %

des garçons abandonnent
la pratique de leur sport.²

Au Canada,

62 %

des filles
ne participent
à aucun sport.²

Au Canada,
depuis le début
de la pandémie

90 %

des filles ont diminué ou
arrêté leur participation
au sport. Et une sur
quatre n'est pas décidée
à s'y remettre.³

1. Enquête québécoise sur l'activité physique et le sport, 2018-2019 (Gouvernement du Québec)

2. Bâtissons l'avenir du sport ensemble (Femmes et sport au Canada, 2020)

3. Impact de la pandémie sur les femmes dans le sport (Femmes et sport au Canada, 2021)

Au Québec, seulement

28%

des membres des conseils
d'administration des organismes
de sport, de plein air et de loisirs
sont des femmes.⁴

Au Québec,
seulement

22%

des entraîneur·e·s
sont des femmes.⁴

Au Canada,

10%

des guides de montagne
sont des femmes.⁵

Au Québec, en 2019,

1

seul poste de présidence d'une
fédération de plein air, sur 19,
était occupé par une femme.⁵

4. Place des filles et des femmes dans les sports fédérés, les organismes voués à l'activité physique et au plein air, 2019 (Gouvernement du Québec)

5. Association canadienne des guides de montagne, 2019 (cité dans la Presse, 9 mars 2020)

Sondage sur les leaders féminines

La firme Léger a réalisé, à la demande de La Lancée, un sondage auprès de 660 répondantes de 17 à 25 ans, entre décembre 2022 et janvier 2023.

Le sondage a recensé les sources de motivation à être physiquement actives. Voici les plus importantes :

1. Pour les bienfaits sur la santé mentale;
2. Pour les bienfaits sur la santé en général;
3. Pour améliorer l'aspect physique*.

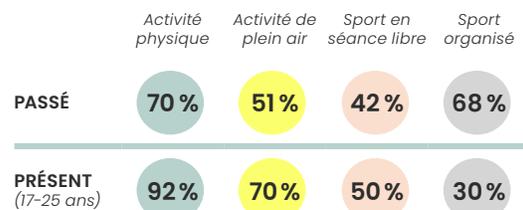
À l'inverse, voici les principales raisons qui limitent la pratique de l'activité physique :

1. Le manque de temps et la conciliation avec l'horaire personnel et la famille;
2. Le manque de motivation;
3. La température extérieure.

* La société a du travail à faire pour que l'activité physique ne soit plus une question de changement d'apparence.

Les types d'activités changent avec le temps.

On remarque une baisse importante de la pratique du sport organisé entre l'adolescence et la vie de jeune adulte. En contrepartie, on remarque une hausse de l'activité en plein air et de l'activité physique autres que le sport. L'environnement scolaire et ses ressources ont certainement un impact sur le type d'activités pratiquées.



Les analyses du sondage Léger mené à l'initiative de La Lancée ont montré 3 types de relations des sondées à l'égard des fonctions de leadership dans le sport, le plein air et l'activité physique: la leader actuelle (15% des répondantes), l'ancienne leader (22% des répondantes) et la non-leader (63% des répondantes). Voici un bref résumé des réponses des répondantes selon les trois profils (*personas*).

Profil #1

La leader actuelle



La leader actuelle est une leader née. À l'adolescence, elle était animatrice dans un camp de jour sportif. Active de nature, elle était capitaine de l'équipe de volleyball de son école. Après son secondaire, son ancien entraîneur lui a offert de reprendre le flambeau en tant qu'entraîneure de l'équipe. C'est avec plaisir qu'elle a accepté ce beau mandat. Ses joueuses sont sa plus grande fierté et elle les a d'ailleurs mené à la médaille d'or dans leur catégorie. Au plus profond d'elle, elle aimerait faire carrière dans le domaine, mais malgré son bagage étoffé, elle se demande parfois si elle a réellement toutes les compétences et la confiance nécessaire pour performer dans ce rôle.

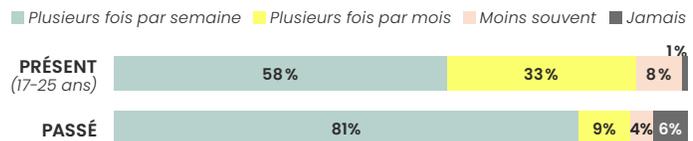
Fonction de leadership

Voici les fonctions qui intéressent la leader actuelle.

Enseignante / éducatrice	56%
Entraîneure (ou entraîneure adjointe) d'équipe sportive	29%
Animatrice dans un camp de jour (activité physique)	17%
Responsable de ligue sportive ou groupe	15%
Entraîneure (guide) privée	12%
Directrice / Coordinatrice	10%

Fréquence d'activité physique

La fréquence d'activité physique varie entre l'adolescence et la vie de jeune adulte de la leader actuelle.



TOP 3 des freins à occuper une fonction de leader

Les filles et femmes font quotidiennement face à de multiples barrières pour atteindre des postes de leadership. Voici les principaux freins de la leader actuelle.

- 1**

27%

Le manque d'intérêt / de motivation envers ce domaine ou envers les fonctions de leadership
- 2**

23%

Le manque de confiance pour occuper une fonction de leadership
- 3**

21%

Le manque de compétences pour exercer une fonction de leadership

Profil #2

L'ancienne leader



22%

L'ancienne leader était, par exemple, entraîneure adjointe de l'équipe de flag-football au secondaire. La manque de modèles féminins dans l'univers du sport l'a amenée à se questionner sur sa place dans ce milieu. Par manque de confiance en ses compétences, elle a arrêté d'être en position de leadership. Elle est tout de même restée active dans son quotidien, et pratique de l'activité physique plusieurs fois par semaine. Dans le futur, elle a un intérêt à reprendre une position de leader. Il s'agit juste de trouver la bonne opportunité, où elle se sentira à sa place.

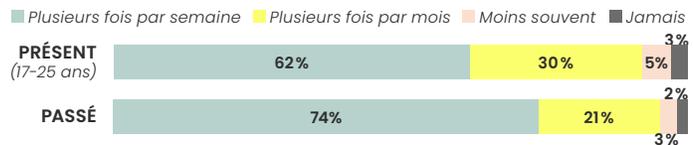
Fonction de leadership

Voici les fonctions qui intéressaient l'ancienne leader alors qu'elle était en position de leadership.

Animatrice dans un camp de jour (activité physique)	47%
Entraîneure (ou entraîneure adjointe) d'équipe sportive	31%
Enseignante / éducatrice	23%
Responsable de ligue sportive ou groupe	16%
Officielle / arbitre en sport	15%
Entraîneure (guide) privée	11%

Fréquence d'activité physique

La fréquence d'activité physique varie entre l'adolescence et la vie de jeune adulte de l'ancienne leader.



TOP 3 des freins à occuper une fonction de leader

Les filles et femmes font quotidiennement face à de multiples barrières pour atteindre des postes de leadership. Voici les principaux freins de l'ancienne leader.

1

22%
La perception de manque de compétences pour exercer une fonction

2

24%
Le manque de confiance pour occuper une fonction de leadership

3

23%
Le manque de modèles féminins et d'ambassadeurices

Profil #3

La non-leader



63%

La non-leader n'a jamais occupé de fonction de leadership, et se montre peu intéressée à devenir leader dans le futur. Elle ne considère pas détenir les compétences requises pour remplir un tel rôle. De nature plutôt solitaire et introvertie, lorsqu'elle pratique elle-même des activités physiques, elle a tendance à se tourner vers des activités en solo, comme la marche ou la musculation. Elle est moins active qu'à l'adolescence, et a maintenant d'autres priorités dans sa vie.

Fonction de leadership

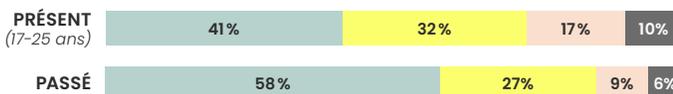
Voici les fonctions qui intéressaient la non-leader.

Enseignante / éducatrice	20%
Intervenante en plein air	13%
Kinésiologue	13%
Animatrice dans un camp de jour (activité physique)	13%
Entraîneure (guide) en salle	12%
Entraîneure (guide) privée	12%

Fréquence d'activité physique

La fréquence d'activité physique varie entre l'adolescence et la vie de jeune adulte de la non-leader.

■ Plusieurs fois par semaine ■ Plusieurs fois par mois ■ Moins souvent ■ Jamais



TOP 3 des freins à occuper une fonction de leader

Les filles et femmes font quotidiennement face à de multiples barrières pour atteindre des postes de leadership. Voici les principaux freins de la non-leader.

1

42%
Le manque d'intérêt / de motivation envers ce domaine ou envers les fonctions de leadership

2

34%
Le manque de confiance pour occuper une fonction de leadership

3

30%
Le manque de compétences pour exercer une fonction de leadership

La fréquence d'activité physique et le leadership sont fortement liés.

Un lien important est remarqué entre la fréquence de la pratique de sport, de plein air ou d'activité physique et le leadership. Les femmes qui occupent des positions de leadership ont plus de chances d'être actives.

LA LEADER ACTUELLE



L'ANCIENNE LEADER



LA NON-LEADER



■ Plusieurs fois par semaine ■ Plusieurs fois par mois ■ Moins souvent ■ Jamais

95% des répondantes accordent une grande importance à la poursuite des actions visant la participation et le leadership des filles et femmes dans les trois secteurs (sport, plein air et activité physique).



Participation et leadership des filles et des femmes en activité physique et en sport: où en sommes-nous?



Voilà déjà bien des années que les statistiques sur la participation et la représentation des femmes en sport et en activité physique suscitent l'inquiétude des spécialistes. Dès 1998, puis à nouveau en 2014, Kino-Québec tirait la sonnette d'alarme sur l'abandon de l'activité physique chez les adolescentes. En 2008, le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport du Québec soulignait pour sa part la sous-représentation des femmes dans les postes décisionnels dans le monde sportif. Portrait de la situation.



Une problématique internationale

Partout dans le monde, les statistiques révèlent systématiquement que les filles et les femmes sont physiquement moins actives que les garçons et les hommes, ou qu'elles sont moins bien représentées dans les postes de leadership, notamment dans les structures sportives. Peu importe les perspectives et les mesures qu'on utilise pour observer et quantifier le problème, le portrait est sans équivoque. Préoccupées par ces constats, les organisations sont de plus en plus nombreuses à tenter de renverser la vapeur.

Au Québec, [Égale Action](#) travaille depuis 2001 pour une représentation équitable et égalitaire des femmes au sein des instances sportives, et [Fillactive](#) œuvre depuis 2007 pour encourager les adolescentes à adopter un mode de vie actif.

Ailleurs dans le monde, la [Women's Sports Foundation](#), aux États-Unis, a ouvert la voie dès 1974 et le [Groupe de travail international pour les femmes et le sport](#) a été mis sur pied en 1994. En 1996, le Comité international olympique (CIO) s'est quant à lui officiellement engagé à soutenir la promotion des femmes dans le sport. À ces avancées, s'ajoutent celles de nombreuses organisations qui œuvrent dans différents pays comme la [Grande-Bretagne](#) et l'[Australie](#).

Plus près de nous, [Femmes et sport au Canada](#), fondée en 1981, travaille sur le leadership des femmes en sport, et [Fast and Female Canada](#), lancée en 2005, se consacre à la participation des filles à des activités sportives.



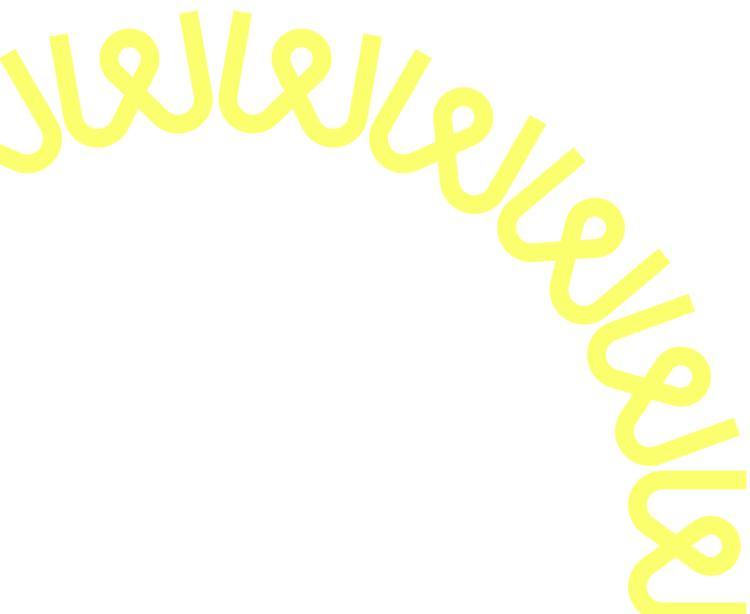
Participation au sport: des avancées

Lorsque l'on considère la place des femmes dans le sport, même s'il existe maintenant des équipes féminines nationales dans des sports autrefois réservés aux hommes, comme le soccer, le hockey et le rugby, il reste beaucoup de chemin à faire.

Autre symbole de changement important: au niveau olympique, la délégation canadienne est paritaire depuis plusieurs jeux. Aux Jeux de Tokyo, en 2020, et tous pays confondus, les femmes représentaient 48,8% des athlètes. Le [programme des compétitions de Tokyo](#) comprenait également 18 épreuves mixtes, soit deux fois plus qu'aux Jeux de Rio.

En outre, bien que le geste puisse paraître anodin, le fait que le Comité international olympique (CIO) permette désormais à un homme et une femme de porter ensemble le drapeau de leur délégation lors de la cérémonie d'ouverture, envoie un message clair.

Ces données réjouissantes masquent toutefois une sous-représentation des femmes, autant dans les postes d'influence des organisations sportives que dans la participation. À preuve, 33% des adolescentes abandonnent la pratique de leur sport, une proportion trois fois plus élevée que chez les garçons.



Nouveaux modèles, nouveaux possibles

Professeure-chercheure à l'Université de Montréal, Suzanne Laberge s'intéresse à la sociologie du sport depuis les années 1980. Fine observatrice des changements sociaux, elle se réjouit de constater les progrès accomplis au cours des dernières décennies. « Il y a eu des progrès énormes, y compris au niveau institutionnel. Par exemple, Égale Action n'existait pas, avant les années 2000. Aussi, dans la pratique sportive, les groupes d'intérêt ont exercé beaucoup de pression. Il faut voir tout cela comme un écosystème. Les Jeux olympiques offrent une image internationale marquante de ce qui est possible. Nous avons maintenant des championnes dans des sports autrefois considérés réservés aux hommes. L'imaginaire social, en ce qui concerne la connotation de genre dans les sports, il a changé pour le mieux. C'est maintenant possible. Ça devient accessible. »

Gouvernance: un plafond de verre difficile à briser

Le Québec n'échappe pas à la «règle» du plafond de verre dans le monde du sport, et ce, à tous les niveaux. «Les femmes ne sont pas équitablement représentées dans le sport scolaire, le sport organisé, la profession d'entraîneur, le rôle d'officiel et les organismes de sport», constatait un [rapport publié par le ministère de l'Éducation](#) déjà en 2008.

«Des années plus tard, la situation n'a guère évolué», déplore Guylaine Demers, ancienne présidente du conseil d'administration d'Égale Action pour qui le plafond est plutôt en béton pour le moment. «Sur le plan du leadership, c'est-à-dire le nombre de femmes entraîneuses, directrices techniques, directrices générales ou membres du conseil d'administration d'une fédération, ça stagne, et on a même constaté un recul depuis quelques années». Le portrait du sport collégial et universitaire canadien révèle également que les femmes demeurent minoritaires dans bien des postes clés.

Et malgré les efforts du CIO, malgré la parité au chapitre des athlètes, les hommes détiennent encore une majorité écrasante des postes d'entraîneur-s. En 2018, à Pyeongchang, la délégation canadienne comptait seulement 8 femmes, contre 87 hommes! En 2016, à Rio, tous pays confondus, 89% des entraîneur-s acrédité-e-s étaient des hommes. Bref, il reste encore bien du chemin à parcourir pour que les femmes puissent être équitablement représentées dans le monde sportif.

«Le sport reste le dernier bastion de l'hégémonie masculine, commente Guylaine Demers. Les femmes ont pris leur place dans l'espace sportif, mais cette avancée a provoqué un ressac. Comme si les hommes disaient: "D'accord, vous avez fait votre place, mais nous allons continuer à diriger le sport".»



Ça bouge au Québec

Malgré la raideur de la pente à remonter, l'ancienne présidente du conseil d'administration d'Égale Action se dit optimiste, car elle voit arriver une nouvelle génération d'hommes, plus sensibles à la cause des femmes et du sport, qui va remplacer la « vieille garde ». De plus, 14 fédérations sportives québécoises se sont engagées dans le projet d'accompagnement vers la parité *C'est 50/50: Pour l'avancement du leadership féminin en sport*, amorcé en 2018, grâce à un financement du Secrétariat à la condition féminine du Québec, et mis en œuvre par Égale Action.

(Pour en savoir plus sur Égale Action, voir l'entrevue avec Guylaine Demers, page 24.)

À l'instar des changements qui se produisent dans d'autres sphères de la société, les femmes commencent également à prendre leur place dans les lieux de pouvoir du monde du sport, autrefois réservés aux hommes. Au printemps 2021, la vice-présidente communications, hockey chez les Canadiens de Montréal et ancienne journaliste sportive Chantal Machabée soulignait d'ailleurs sur le réseau Twitter que quatre postes décisionnels du monde du sport québécois étaient maintenant occupés par des femmes: Isabelle Ducharme, directrice générale de **SPORTSQUÉBEC**, Julie Gosselin, présidente du CA de **SPORTSQUÉBEC**, Dominique Breton, sous-ministre adjointe au loisir et au sport et la ministre responsable du Sport, du Loisir et du Plein air déléguée à l'Éducation Isabelle Charest. Un vent de changement que le chroniqueur du quotidien La Presse, Alexandre Pratt, a également remarqué, et qu'il a qualifié de « Révolution tranquille du sport québécois » dans une chronique publiée le 19 mai 2021.



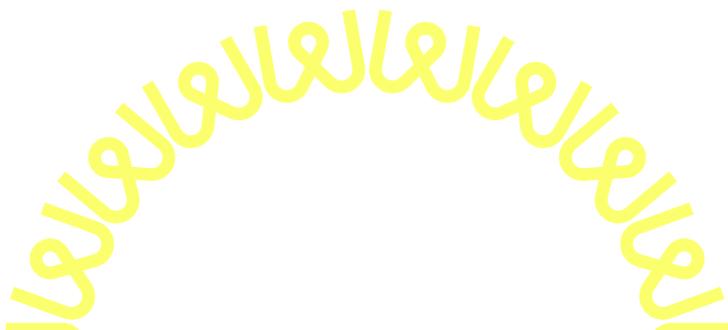
Crédit photo: Les Chèvres de montagne | Yan Kacynski

Des recherches canadiennes et québécoises

Sur la scène fédérale, l'ancienne ministre des Sciences et des Sports, Kirsty Duncan a mis sur pied en 2016 un groupe de travail fédéral-provincial, territorial sur l'équité des genres dans le sport. En 2019, tous les ministres provinciaux du Sport se sont ralliés aux recommandations de ce groupe de travail, ce qui constitue une première au pays. De plus, la ministre fédérale a alloué 30 millions\$ sur trois ans à l'avancement de la place des filles et des femmes en sport. Le gouvernement canadien a aussi ajouté, à l'automne 2022, une somme de 25 millions\$ pour l'équité entre les genres dans le sport.

Grâce à ce financement, un Centre national de recherche sur l'équité entre les genres dans le sport (E-Alliance) a été mis sur pied, et dispose d'un budget de 1 650 000\$ sur trois ans. « Nous avons pour mission de colliger des données, de surveiller les progrès de l'équité entre les genres dans le milieu sportif et de soutenir des solutions créatives », précise Guylaine Demers, qui est aussi directrice du Laboratoire de recherche pour la Progression des Femmes+ dans les Sports au Québec (Lab PROFEMS) à l'Université Laval. <https://lab-profems.fse.ulaval.ca/>

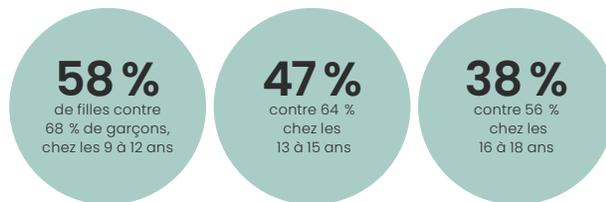
En dépit de ces excellentes initiatives, pour que les femmes s'investissent dans le sport, qu'il soit récréatif ou compétitif, il est nécessaire qu'elles aient l'occasion et l'envie de développer leurs habiletés physiques. Or, partout dans le monde, on constate que trop souvent, les filles se désengagent de l'activité physique à l'adolescence.



Activité physique et sport chez les adolescentes : un désengagement qui persiste

Dès 1998, Kino-Québec s'est penché sur la problématique des adolescentes et de l'activité physique, puis en 2011 et en 2014. Ce dernier rapport révèle que, de 1994-1995 à 2009-2010, la proportion d'adolescentes pratiquant au moins sept heures par semaine d'activité physique d'intensité moyenne ou élevée avait augmenté de 13%. Malgré cette hausse, seulement une adolescente sur trois était active au moins sept heures par semaine en 2009-2010, contre un adolescent sur deux.

De plus, un [rapport de Femmes et sport au Canada](#), publié en 2020, indique que le taux de participation hebdomadaire des filles à un sport diminue au fil des années de façon beaucoup plus importante que celui des garçons à l'adolescence :



Ces écarts, qui sont similaires partout sur la planète, ont incité de nombreux pays à mettre en place et à financer des politiques et des interventions pour renverser la tendance. Toutefois, jusqu'à présent, cette tendance persiste. Pour Geneviève Leduc, conseillère principale aux programmes chez Fillactive, la patience et la persévérance sont de mise, car changer la norme sociale est un processus de longue haleine. « Visiblement, nous n'avons pas encore trouvé la bonne recette pour rendre l'activité physique attrayante pour toutes les filles, mais une chose est sûre, si le cours d'éducation physique proposait plus de danse que de sports d'équipe, ce sont les adolescents qui le détesteraient! » affirme-t-elle.

(Pour en savoir plus sur Fillactive, voir l'entrevue avec Claudine Labelle, page 30.)



Crédit photo: Fillactive

Voilà pourquoi Fillactive collabore activement avec la [Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec](#) (FÉÉPEQ), afin de réfléchir à des ajustements permettant de mieux répondre aux besoins des filles. C'est aussi la voie choisie par le programme britannique [Girls Active](#), lancé en 2013 pour soutenir les intervenante-s scolaires afin qu'ils ou elles cernent bien les préférences des filles et adaptent les cours d'éducation physique de façon à stimuler leur intérêt et leur motivation.

« Il y a une réelle reconnaissance de l'importance de cet enjeu et les barrières qui découragent les filles sont bien identifiées, reconnaît Claudine Labelle, présidente fondatrice de Fillactive. C'est encourageant, mais il faut intensifier le passage à l'action dans le but de rejoindre toutes les adolescentes de façon efficace. »

Femmes et plein air

Bien qu'il soit généralement reconnu comme plus inclusif que le sport, le milieu du plein air n'est pas exempt de toute iniquité. Même si nous ne disposons pas d'autant de données statistiques sur ce secteur que pour le sport et l'activité physique, les femmes semblent moins présentes dans certaines activités ou métiers d'aventure.

«Les femmes sont très nombreuses à pratiquer des activités traditionnelles, comme la randonnée pédestre ou le ski de fond, explique Annick St-Denis, directrice générale du Réseau Plein Air Québec. Mais elles restent minoritaires dans certains secteurs qui exigent une bonne confiance en soi, comme l'escalade ou le kayak d'eau vive, même si cela tend à changer.»

Exemple éloquent: les femmes représentent 40% des guides de randonnée au Canada, mais pour les guides de montagne, ce chiffre chute à 10%.

Professeure-chercheuse en intervention plein air à l'Université du Québec à Chicoutimi, Lorie Ouellet s'intéresse de près aux enjeux qui entourent le leadership des femmes dans les expéditions. «Il y a des femmes qui se démarquent et qui sont reconnues par leurs pairs, mais les dynamiques de genre inégalitaires persistent sur le terrain», souligne-t-elle. Dans le cadre de sa thèse de doctorat, elle a observé un de ses groupes d'étudiantes au cours d'une expédition de canot d'un mois.

(Pour en savoir plus sur l'analyse des comportements sociaux des femmes et des hommes en contexte de plein air, lire notre [entrevue complète avec de Lorie Ouellet sur le site de lalancee.org.](#))

Enseignante en éducation physique, Joanie Beaumont réalise quant à elle une maîtrise sur les femmes leaders en plein air au Québec, à l'UQAM. «Les femmes qui prennent en charge un groupe — que nous appellerons leaders — sont moins nombreuses que les hommes au Québec, même s'il est difficile d'avoir des chiffres précis. Car ce rôle renvoie à un domaine très vaste qui touche au tourisme, mais aussi à la santé et à l'éducation. En 2018, Emploi Québec identifie que 18% des guides d'activités récréatives et sportives de plein air sont des femmes. Cette appellation englobe une partie des emplois pouvant être associés aux leaders du domaine du plein air. Mais on observe une belle émergence des femmes qui prennent le lead, notamment dans l'éducation en plein air (scolaire et CPE).»

Égale Action: au service de l'équité et de l'égalité dans le sport depuis 20 ans

Entrevue avec Guylaine Demers

Guylaine Demers est professeure à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université Laval depuis 20 ans où elle dirige aussi le Lab PROFEMS. Elle a aussi fait partie du CA d'Égale Action pendant 21 ans dont 14 comme présidente. Ses recherches et ses réalisations dans le domaine de la présence des femmes en sport lui ont valu une reconnaissance nationale et internationale. L'Association canadienne pour l'avancement des femmes, du sport et de l'activité physique l'a nommée parmi les femmes les plus influentes dans le sport canadien en 2007, 2010 et 2015, et elle a reçu en 2020 le trophée Femmes et sport du Comité international olympique. Elle a également coprésidé le Groupe de travail fédéral-provincial, territorial sur l'équité des genres dans le sport. En 2020, Guylaine Demers a été nommée codirectrice du Centre national de recherche sur l'équité entre les genres dans le sport (E-Alliance) du Canada. Entrevue avec une femme déterminée.



Entrepreneurs

La question des femmes et du sport, tant du point de vue de la participation que du leadership, est à l'ordre du jour de plusieurs organisations, notamment Égale Action, fondée au Québec en 2001, et dont vous avez été la présidente. Est-ce que la place des femmes a progressé depuis 20 ans?

Il y a eu des gains indiscutables sur le plan de la participation des femmes. À 7 ans, je n'ai pas pu jouer au sein d'une équipe de hockey, mais aujourd'hui c'est possible, bien que l'accessibilité des filles à ce sport varie encore beaucoup d'une région à l'autre.

En ce qui concerne les modèles féminins inspirants, la progression est également encourageante. La délégation olympique canadienne est complètement paritaire depuis des années et les femmes gagnent des médailles, ce qui fait qu'une petite fille peut rêver de participer aux Jeux olympiques.

Par contre, sur le plan du leadership, c'est-à-dire le nombre de femmes entraîneuses, directrices techniques, directrices générales ou membres du conseil d'administration d'une fédération, ça stagne et on constate même un recul depuis quelques années.

Par exemple, en 2019 au Québec, 22% des entraîneur·e·s du sport organisé, tous niveaux confondus, étaient des femmes. Aux niveaux universitaire et collégial canadiens, les équipes féminines ne comptent que 26% d'entraîneuses en chef. Aux Jeux olympiques, les hommes détiennent une majorité écrasante des postes d'entraîneurs, malgré la parité au chapitre des athlètes. Par exemple, en 2018, à Pyeongchang, la délégation canadienne comptait seulement 8 femmes, contre 87 hommes!



Comment expliquer cette stagnation ?

Le sport reste le dernier bastion de l'hégémonie masculine. Les femmes ont pris leur place dans l'espace sportif, mais - et je ne suis pas la seule à faire cette analyse - cette avancée a provoqué un ressac. Ça ne s'est pas fait de façon explicite, cependant on a vraiment senti une résistance dans les 20 dernières années. Comme si les hommes disaient: « D'accord, vous avez fait votre place, mais nous allons continuer à diriger le sport ».

Il y a beaucoup de sexisme, beaucoup de favoritisme. Les entraîneuses sont tenues à l'écart des réseaux informels où les informations circulent sur les postes disponibles, et donc elles se retrouvent isolées. De plus, lorsqu'elles entrent dans le système, elles n'y restent pas longtemps, parce que le milieu est très toxique et que les horaires sont extrêmement exigeants.

Il faut changer le discours et cesser de dire que c'est un privilège qu'on donne aux femmes. Non! Il s'agit juste d'arriver à une égalité, parce que ça fait depuis la nuit des temps que les hommes sont privilégiés.

Quels sont les effets de cette discrimination ?

Le premier, c'est de priver les femmes d'une opportunité de développement professionnel. Pourquoi, en tant que femme, suis-je exclue d'un milieu qui me passionne ?

Le deuxième, c'est de priver les jeunes sportives de modèles de leadership et d'un entraînement optimal mené par une femme qui connaît bien leur réalité.

Le troisième, c'est que le système sportif se prive de 50 % des talents ! Or, ces femmes peuvent contribuer de façon majeure à l'amélioration du système sous toutes ses facettes en repensant les façons de travailler, les programmes, les structures et les politiques.

La bonne nouvelle, c'est que nous avons de plus en plus d'hommes parmi nos allié-e-s. Ça commence à bouger parce que la vieille garde est en train de partir. Mes nouveaux collègues, dans la trentaine, sont souvent de jeunes pères sensibles aux enjeux de conciliation travail-famille, de discrimination et de diversité. Le système n'a plus le choix de bouger, sinon, les hommes et les femmes de la relève ne resteront pas.



Le soutien des hommes est donc essentiel dans la cause des femmes et du sport ?

Il est indispensable en effet, car les changements que la nouvelle génération d'hommes souhaite sont ceux que les femmes demandent depuis longtemps. Lorsqu'Égale Action a été fondée, il y a 20 ans, nous étions perçues comme un petit caillou agaçant dans le soulier. « Qu'est-ce qu'elles veulent les femmes ? En 2000, en 2001, il n'y en a pourtant plus de problème ! » Il y avait une grande incompréhension.

Aujourd'hui, nous avons des allié-e-s inconditionnel-les qui font la promotion d'Égale Action. De plus en plus de fédérations nous demandent du soutien, car elles veulent changer les choses, mais ne savent pas toujours par où commencer. On sent que le changement est amorcé et je ne pense pas qu'on va revenir en arrière.

Comment les différents acteur-trices du milieu peuvent soutenir le leadership féminin dans le sport ?

Ça prend vraiment une volonté collective. Nous avons besoin de tous et toutes les acteur-trices, qu'ils se situent en haut de la pyramide, comme les gouvernements et les directions générales des fédérations, ou au niveau local, comme l'entraîneure qui *coache* de jeunes joueuses à Rimouski. Car cette personne aussi a un impact sur elles, parce qu'en leur faisant vivre une expérience positive, elle va leur donner le goût de continuer en sport.

Si un jour on veut arriver à l'équité des genres en sport, il faut que, collectivement, on se donne une cible et une échéance pour arriver à la parité. Au Canada, Kirsty Duncan, l'ancienne ministre des Sciences et des Sports, s'est engagée à atteindre la zone de parité, c'est-à-dire, une représentation des femmes de 40 à 60 %, d'ici 2035. Toutes les fédérations nationales le savent et Sport Canada finance les efforts en ce sens, en leur accordant des budgets dédiés.

Au Québec, le secrétariat à la Condition féminine a financé le projet C'est 50/50: Pour l'avancement du leadership féminin en sport. Quatorze fédérations ont accepté de se faire accompagner dans la mise en place de mesures ciblées en fonction de leur réalité. Cet accompagnement sur mesure est souvent le chaînon manquant lorsqu'une fédération veut faire des changements.



Au niveau fédéral, l'ancienne ministre des Sciences et des Sports, Kirsty Duncan a réalisé un tour de force. En 2016, elle a mis sur pied un groupe de travail fédéral-provincial, territorial sur l'équité des genres dans le sport. Puis, en 2018, elle a alloué 30 millions \$ sur trois ans à l'avancement de la place des filles et des femmes en sport, incluant la collecte de données et la recherche de pratiques innovantes pour promouvoir la participation sportive des femmes et des filles. De plus, les recommandations du groupe de travail ont été acceptées en 2019 par tous les ministres du Sport du Canada, une première au pays.

Ajoutons que dans le plan d'aide COVID-19 pour le loisir et le sport, Mme Isabelle Charest, anciennement ministre déléguée à l'Éducation et ministre de la Condition féminine, aujourd'hui ministre responsable des Sports, des Loisirs et du Plein air, a alloué 1,3 million \$ à l'avancement des femmes et des filles en loisir et en sport. C'est une première pour un tel montant accordé dans le but de donner un coup de barre.

Nous sommes donc à un moment charnière de l'enjeu du leadership des femmes en sport ?

Tout à fait ! Il y a un mouvement très clair et, selon moi, on ne reviendra pas en arrière. Pour la première fois au Canada, nous avons un Centre national de recherche sur l'équité entre les genres dans le sport (E-Alliance), doté d'un budget de 1650 000 \$ sur 3 ans. J'en suis la codirectrice, avec deux collègues ontariennes, et notre équipe compte 8 autres chercheuses. Nous avons pour mission de colliger des données, de surveiller les progrès de l'équité entre les genres dans le milieu sportif et de soutenir des solutions créatives.

Un des premiers mandats du Centre de recherche est de réaliser des études longitudinales afin d'avoir des données réelles sur la place des femmes dans le sport, un point, qui, dans la majorité des pays, n'est pas adéquatement documenté. Ces données vont nous

Nous allons aussi financer des recherches sur les groupes minoritaires dans le sport féminin, comme les femmes racisées et LGBTQ2S+, ainsi que les femmes en situation de handicap. De fait, la promotion des femmes dans le sport met en lumière les réalités vécues par d'autres groupes discriminés.

L'autre mandat très important du Centre de recherche est l'évaluation. Beaucoup d'initiatives sont mises en place, mais on ne sait jamais si ça fonctionne ou non, ni pour quelles raisons.



Au niveau international, est-ce que certains pays se distinguent au chapitre de la promotion des femmes dans le sport ?

Un gros coup de barre est en cours en Nouvelle-Zélande, qui, en 2018, s'est dotée d'une stratégie en matière de participation et de leadership des femmes en loisirs actifs et sport. En mai 2022, ce pays a accueilli la Conférence internationale Femmes et Sports.

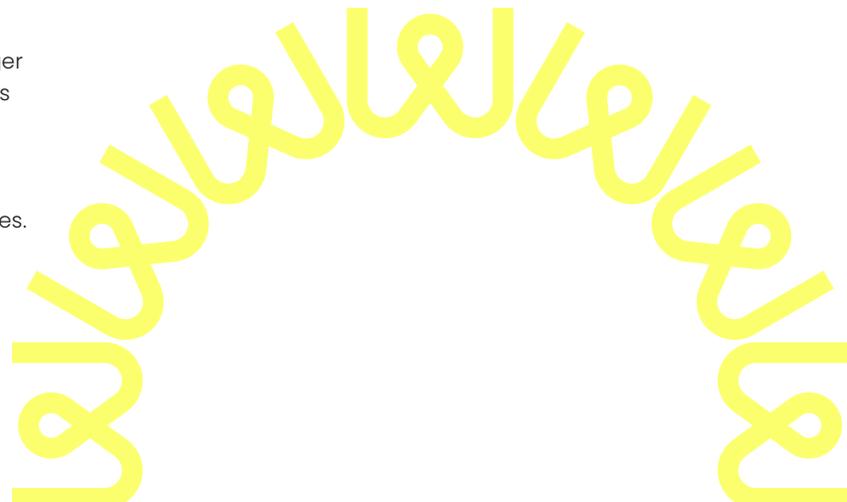
L'initiative la plus remarquable est celle de Champions of Change Sport en Australie. Ce groupe a été fondé en 2015 par Elizabeth Broderick, ex-commissaire à la discrimination sexuelle, et par des hommes présidents-directeurs généraux d'organisations sportives décidés à passer à l'action. Actuellement, ce sont 13 fédérations sportives, ainsi que 6 clubs sportifs influents qui se sont engagés à augmenter la place de femmes dans cinq domaines: le leadership, la participation, l'accessibilité au sport d'élite, le financement et l'équité salariale. Leurs progrès sont documentés et les données sont publiques. En 2020, le rapport Pathway to gender equality in sport including pay equality a présenté de façon détaillée le bilan de chaque fédération et club sportif membres du groupe. C'est tout un incitatif à progresser!

Selon moi, c'est le modèle à suivre et ça confirme que les hommes sont des alliés essentiels pour faire changer les choses. Pendant longtemps on a blâmé les femmes au sujet de ces faibles pourcentages en leadership. On disait qu'elles n'étaient pas compétentes, pas intéressées. Les hommes qui s'impliquent ont compris que c'est le système qui pose problème, pas les femmes.

Dans un monde idéal, où en serait-on dans 10 ans ?

Dans ce monde idéal, toutes les femmes qui le souhaitent poursuivraient une carrière satisfaisante dans le monde du sport, à la hauteur de leur passion. Toutes les équipes sportives auraient une entraîneuse-chef et un entraîneur adjoint ou vice-versa. Ce serait un duo gagnant pour tout le monde, tant du point de vue des performances que du plaisir de jouer et du sentiment d'appartenance.

Ma vision est également sociétale. Actuellement, 1% des athlètes masculins sont entraînés par des femmes. Si tous les garçons avaient aussi un *coach* féminin, le leadership deviendrait asexué pour eux. Et le jour où ils auront une femme comme *boss* dans leur carrière, ils ne capoteront pas, parce que le leadership féminin fera partie de la normalité. L'effet sera le même dans une relation de couple. Le sport est un outil incroyable d'autonomisation des filles, car il leur permet de développer une bonne estime de soi et des qualités de leadership qui les suivront toute leur vie.



Fillactive: incubateur de plaisir et de leadership

Entrevue avec Claudine Labelle

Claudine Labelle a fondé Fillactive en 2007, avec une idée en tête: amener, par le plaisir, plus d'adolescentes à être physiquement actives. Seize ans plus tard, Fillactive est présente dans plus de 300 écoles secondaires du Québec et a su faire de l'activité physique une « affaire de filles », grâce à des porte-parole inspirantes, des ambassadrices allumées et des responsables scolaires engagé-e-s. Au fil des années, Claudine Labelle s'est appuyée sur l'expertise et le financement des milieux privés et gouvernementaux pour étoffer sa mission. Présente dans toutes les régions grâce à un modèle collaboratif, Fillactive est devenue une joueuse incontournable dans le paysage québécois. Entrevue avec une femme convaincue.



Quelle est l'essence de la mission de Fillactive ?

Faire vivre des expériences positives aux adolescentes pour qu'elles soient actives toute leur vie. L'objectif est d'associer l'activité physique avec le plaisir et, pour cela, elles ont besoin de se retrouver entre elles. Cette socialisation entre filles permet de lever plusieurs des obstacles qui les découragent de rester actives.

Comme le montre bien la [vidéo humoristique](#) que nous avons produite en 2020, bien des barrières nuisent à l'attractivité de l'activité physique. Les remarques désobligeantes des garçons durant les cours d'éducation physique, des vestiaires qui laissent à désirer, et la quasi-absence du sport féminin dans les médias en font partie. La non-mixité offre aux adolescentes un environnement stimulant, qui n'est pas axé sur la performance, mais plutôt sur la prise de confiance en soi par l'acquisition d'habiletés physiques et sur une socialisation constructive.



Crédit photo: Fillactive



Crédit photo: Fillactive

Pourquoi avoir choisi d'agir dans les écoles ?

Parce que c'est important de les rejoindre dans leur quotidien. L'école permet aussi de sensibiliser les enseignant-e-s à l'importance d'encourager les filles à persévérer dans la pratique de l'activité physique. Les responsables scolaires des activités de Fillactive reçoivent une formation pour mieux accompagner les adolescentes, afin qu'elles se sentent en confiance et bien dans leur corps. En 2019-2020, 142 responsables Fillactive ont participé à une activité de formation.

Nous les outillons également pour qu'ils et elles identifient bien les barrières spécifiques à leur école et elles trouvent des façons d'y remédier. Ainsi, dans plusieurs écoles, les responsables scolaires utilisent très bien les étudiantes leaders pour sonder les participantes et ainsi affiner leurs interventions. Depuis la pandémie, plusieurs ont pris l'initiative d'avoir recours aux réseaux sociaux pour garder contact avec les adolescentes et fixer des rendez-vous actifs. Ce sont des personnes engagées qui ont le bien-être des étudiantes à cœur.

L'idée est de mettre en place toutes les conditions gagnantes pour que l'activité physique devienne une évidence chez les filles, parce qu'elles vont l'associer au plaisir, à des expériences positives et à un sentiment d'appartenance. Une fois ces aspects intégrés, elles seront plus confiantes quand elles choisiront de se joindre à un groupe mixte.

Comment avez-vous bâti et fait évoluer Fillactive ?

On ne peut pas être seule lorsqu'on vise un changement aussi important. À ce titre, la Fondation McConnell, avec son expertise en changement systémique et en innovation sociale, s'est révélée un point d'appui majeur.

Le déploiement de Québec en Forme a été une autre bougie d'allumage, car les Tables intersectorielles régionales en saines habitudes de vie (TIR-SHV) nous ont permis de rayonner dans toute la province. Nous collaborons activement avec COSMOSS, ainsi qu'avec plusieurs Unités régionales de loisir et de sport <https://reseau-urls.quebec/> (URLS). Tous ces acteurs régionaux ont une connaissance fine des enjeux et des besoins de leurs milieux. Voir chaque région comme un écosystème en soi fait partie de notre philosophie.

Et comme j'ai un ADN d'entrepreneure, je me suis tournée vers le milieu des affaires. Je suis allée chercher le soutien de grandes corporations privées et de fondations. Elles nous épaulent financièrement et soutiennent l'organisation de nos événements festifs annuels. Leur expertise en matière de gouvernance nous est également très utile.

Je suis très fière de mobiliser le milieu des affaires autour d'une cause qui cible la santé globale et l'avenir des filles. Les leaders qui composent notre conseil d'administration veulent avoir un impact direct sur l'avenir des adolescentes afin qu'elles prennent, une fois adultes, leur place dans la société.

Nous recevons également des subventions de l'Agence de la santé publique du Canada et du ministère de l'Éducation du Québec.

La force de Fillactive repose sur toutes ces ressources exceptionnelles!



Crédit photo: Fillactive

Vous avez aussi recruté des femmes d'influence pour porter votre message ?

Oui, parce que nous avons besoin de voix influentes pour parler de la problématique de l'inactivité physique chez les adolescentes. Et puis, les filles ont grand besoin de modèles inspirants.

Plusieurs femmes ont rempli ce rôle important, notamment les sœurs Dufour-Lapointe, Vanessa Destiné et Kim Gingras dans les dernières années. Les filles doivent pouvoir s'identifier à des femmes aux parcours en activité physique diversifiés et Fillactive rend cela possible, que ce soit virtuellement ou en présence dans les écoles. Les femmes d'affaires influentes, qui soutiennent le Défi Mère/Fillactive, offrent également d'excellents modèles de leadership aux adolescentes. En 2021, 31 leaders ont fait rayonner l'événement.



L'activité physique n'est donc pas qu'une question de bien-être corporel ?

En effet, elle entraîne de nombreux effets bénéfiques sur le bien-être psychologique des filles, notamment au chapitre de l'image corporelle. De plus, l'activité physique stimule les fonctions cérébrales indispensables à la réflexion, l'apprentissage, l'attention, la concentration, la gestion du stress, par exemple. Bouger pour le plaisir et avoir l'occasion de se dépasser dans des conditions favorables, c'est également un excellent moyen de construire son estime de soi et sa confiance en soi et de développer des aptitudes en leadership.

Depuis 2018, nous formons des «étudiantes leaders» qui appuient le déploiement des activités Fillactive dans leur école en contribuant à garder les participantes motivées et en donnant un coup de main dans l'animation et l'organisation des activités. Plus de 200 ont levé la main et, en 2019-2020, 116 d'entre elles ont participé à une activité de formation!

En 1998, Kino-Québec s'est penché pour la première fois sur la problématique de l'abandon de l'activité physique chez les adolescentes. Est-ce que les choses ont changé depuis ?

Le combat contre la sédentarité des filles est loin d'être gagné, d'autant plus que la pandémie a eu un double impact: plus d'inactivité physique et plus de temps-écran. C'est toute une côte à remonter!

Mais je vois du progrès. D'une part, il existe une réelle reconnaissance de l'importance de cet enjeu et les barrières qui découragent les filles sont bien identifiées. Nous échangeons beaucoup avec la [Fédération des éducatrices et éducateurs physiques enseignants du Québec](#) (FÉÉPEQ), qui réfléchit à des ajustements permettant de mieux répondre aux besoins des filles.



Crédit photo: Fillactive

Qu'espérez-vous de La Lancée ?

Ce projet montre que l'enjeu de l'activité physique chez les filles et les femmes évolue sur le plan politique, ce qui est très positif!

Je m'attends à un renforcement de la collaboration entre les différents acteurs. Je pense que nous avons besoin de plus de joueurs dans le milieu scolaire: des leaders des associations sportives et du milieu communautaire, comme le réseau des YMCA et des YWCA.

Je crois également qu'il est très important de laisser une porte ouverte pour échanger avec des organisations hors Québec, comme la Fondation Bon Départ, basée à Toronto, qui fait un travail extraordinaire pour [favoriser l'activité physique chez les filles](#). Les grands clubs sportifs de Toronto financent conjointement le [MLSE Launchpad](#), un centre communautaire où le sport est utilisé comme un levier pour le développement global des jeunes: c'est un véritable laboratoire, qui inclut un volet «filles et activité physique», ainsi qu'un projet de recherche et évaluation.

Je rêve d'une communauté de pratique solide qui favorise les échanges d'expertise et la recherche. En fait, je crois que nous avons déjà tous les ingrédients en main pour que l'activité physique et le sport fassent partie du parcours normal des filles et des femmes. À nous de les combiner pour trouver la recette gagnante!

Fillactive ailleurs au Canada

En 2018, Fillactive a commencé à se déployer en Ontario, puis a mis en place un partenariat avec l'Association pour la santé et l'éducation physique de l'Ontario (OPHEA). En 2019, 109 écoles sont devenues partenaires, soit une augmentation de 22 % par rapport à l'année précédente.

De plus, la Colombie-Britannique, la Nouvelle-Écosse et l'Alberta ont sollicité l'expertise de Fillactive en 2019. Toutefois, la pandémie a freiné l'expansion hors Québec, puisqu'il a fallu annuler toutes les interventions en personne dans les écoles. Néanmoins, Fillactive continue d'agir en tant qu'organisme expert en matière d'activité physique chez les filles, que ce soit lors d'événements nationaux ou encore en milieux universitaires.

Évaluation de l'approche

De 2017 à 2022, Fillactive a mené un rigoureux processus d'évaluation de son approche, sous la direction de l'Université de Montréal, en collaboration avec d'autres universités canadiennes.

Plusieurs résultats sont enthousiasmants! Les données seront valorisées au sein d'un rapport officiel et seront présentées lors d'un grand événement festif de partage de connaissances à l'automne 2023.

Déjà, nous pouvons affirmer que l'approche Fillactive a des retombées encourageantes sur les habitudes de vie des participantes. En effet, les changements les plus importants ont été observés chez les participantes qui n'atteignaient pas la recommandation d'activité physique avant de s'inscrire. Ceci signifie que notre population cible, les adolescentes qui ne sont pas ou très peu actives, sont celles qui bénéficient le plus de l'approche Fillactive!

Pionnières et éclaireuses





Sylvie Béliveau

La passion du ballon rond,
pour la vie!

Joueuse élite de 1976 à 1982, Sylvie Béliveau remportera en 1978 les tout premiers championnats canadiens sanctionnés par l'Association canadienne de soccer, victoire qu'elle répètera en 1981. Par la suite, elle demeure fidèle à son sport en débutant, dès 1982, une fulgurante carrière d'entraîneure qui la fera connaître tant à l'échelle nationale qu'internationale!

Elle deviendra, entre autres, entraîneure de l'équipe senior féminine du Québec, puis de l'équipe canadienne féminine senior qu'elle va notamment conduire à la Coupe du monde de soccer féminin de la Fédération internationale de football association (FIFA) en 1995.

Sylvie Béliveau cumule non seulement les succès, mais aussi les postes de prestige comme directrice du Centre national de haute performance de Montréal ou encore directrice technique de la Fédération de soccer du Québec. En plus d'obtenir sa licence A d'entraîneure de soccer du Canada en 1994, elle sera intronisée en 2006 au Temple de la renommée du soccer du Québec et du Canada. Instigatrice et l'une des membres fondatrices d'Égale Action, elle poursuit actuellement sa passion à titre de Directrice, égalité des genres en sport.



Sylvie Bernier

Militante pour une vie saine et active

Première Québécoise de l'histoire à remporter une médaille d'or olympique, Sylvie Bernier a inspiré de nombreux jeunes plongeurs et plongeuses à se lancer dans ce sport, alors peu pratiqué au Québec, tout comme dans le reste du pays. En 1984, aux Jeux de Los Angeles, elle deviendra d'ailleurs la première Canadienne championne olympique en plongeon.

Elle a mis un terme à sa carrière sportive à 20 ans, mais elle n'a jamais cessé de s'impliquer auprès des jeunes. Comme chroniqueuse sportive, chef de mission olympique, conférencière et porte-parole, elle met de l'avant son message, celui d'adopter un mode de vie sain : le passeport pour un avenir en santé.

Détentrice d'un baccalauréat en administration des affaires et d'une maîtrise en gestion dans le milieu de la santé, elle s'est donné pour mission de sensibiliser les décideurs à l'importance d'agir pour favoriser un mode de vie actif ainsi qu'une alimentation nutritive chez les jeunes. Elle est présidente de la Table sur le mode de vie physiquement actif et de la Table québécoise sur la saine alimentation.



Julie Gosselin

Première femme présidente
du conseil d'administration
de **SPORTSQUÉBEC**

Même dans un sport dominé par les garçons, Julie Gosselin a eu la chance de côtoyer plusieurs modèles féminins. Joueuse, arbitre, puis entraîneure de soccer, sa famille a toujours encouragé sa pratique sportive et elle a été inspirée par de rares femmes entraîneures.

Julie a travaillé durant quatre ans aux relations publiques à RDS, majoritairement en lien avec le sport amateur. Elle n'a jamais hésité à s'impliquer, notamment auprès des fédérations de baseball et de soccer du Québec, puis de la Fondation des Jeux du Québec.

Si elle a accepté la présidence du conseil d'administration de **SPORTSQUÉBEC**, c'est qu'elle croit que les structures sportives de la province ont un immense besoin de diversité. Elle souhaite que plus de femmes occupent des postes décisionnels au sein des organisations sportives. « Comme dans les sports d'équipe, je suis convaincue que c'est en travaillant tous ensemble qu'on va y arriver, en repensant nos organisations et en offrant des formations pour inciter les femmes à prendre confiance et s'investir ».



Crédit photo: Marie-France Coallier

Suzanne Lareau

Mettre le vélo au cœur de nos vies

Le portrait cycliste du Québec a bien changé depuis les trente dernières années et c'est en grande partie grâce à Suzanne Lareau. Présidente-directrice générale de Vélo Québec pendant 20 ans, elle s'est impliquée dans l'organisation depuis les premières éditions du Tour de l'île de Montréal.

On ne compte plus les réalisations concrètes de Vélo Québec. En plus de favoriser l'accès de dizaines de milliers de cyclistes sur les routes, l'organisation a contribué à l'instauration de la politique vélo du gouvernement du Québec, la révision du code de la sécurité routière et l'aménagement de voies cyclables. Chaque année, Vélo Québec organise des voyages cyclistes, produit un magazine et met en place des programmes d'apprentissage du vélo dans les écoles.

Suzanne vient de passer le flambeau de la présidence, mais ses préoccupations tournent toujours autour de la mobilité durable, l'aménagement urbain et l'équité sociale. Formée en enseignement de l'activité physique à l'Université du Québec à Montréal, elle est convaincue qu'on doit faire encore plus de place au vélo et moins aux voitures dans nos villes.



Crédit photo: Radio-Canada

Chantal Machabée

Vice-présidente, communications hockey des Canadiens de Montréal, ancienne journaliste sportive.

Elle en a brisé des plafonds de verre, Chantal Machabée! Elle a d'abord été la première femme à présenter un bulletin sportif à la télévision québécoise en 1989. Puis, la première à animer la diffusion des matchs de hockey des Canadiens sur RDS.

Avec plus de 35 ans d'expérience comme journaliste, Chantal a ouvert la voie à de nombreuses femmes. Elle a dû se battre contre les préjugés et continue son combat, encore régulièrement confrontée à des commentaires négatifs dans un métier dominé par les hommes. Mais elle n'a jamais baissé les bras, en prenant exemple sur la persévérance des athlètes d'exception. Guidée par sa passion du sport, sa détermination et de nombreuses personnes qui l'ont encouragée tout au long de son parcours, elle demeure aujourd'hui très respectée dans le monde du sport. En font foi ses nouvelles fonctions de vice-présidente, communications hockey pour les Canadiens de Montréal.



Crédit photo: Laurence Labat

Mylène Paquette

Naviguer pour la planète

Attirée par la mer depuis qu'elle est toute jeune, Mylène Paquette souhaitait devenir navigatrice. À 27 ans, elle découvre la rame océanique. Motivée par l'envie de se dépasser et après cinq années de préparation, d'entraînement et de formations en navigation, elle devient, en 2013, la première personne du continent américain à traverser l'Atlantique Nord à la rame en solitaire: 5000 kilomètres en 129 jours.

Ce qui a animé sa décision: une conversation bouleversante avec une jeune patiente gravement malade au CHU Sainte-Justine, alors que Mylène est préposée aux bénéficiaires. C'est la bougie d'allumage qui l'incite à passer à l'action, à confronter ses peurs et à ne jamais baisser les bras devant les difficultés. Ardente défenseuse de l'environnement, elle souhaitait, par le défi qu'elle relevait, sensibiliser les gens à l'importance des écosystèmes marins. Aujourd'hui, Mylène continue d'inspirer les jeunes et les femmes par des conférences et son engagement dans diverses fondations.



Crédit photo: Caroline Ouellette.ca

Caroline Ouellette

Joueuse étoile de hockey féminin

Modèle d'assiduité en sport, Caroline Ouellette joue au hockey depuis l'âge de 9 ans. Elle a évolué avec l'équipe nationale de hockey féminin, les Canadiennes de Montréal et les Bulldogs de Minnesota-Duluth. Elle a six fois été championne du monde en plus de participer à quatre Jeux olympiques d'hiver (de 2002 à 2014) au cours desquels son équipe a chaque fois remporté l'or.

Diplômée de l'École nationale de police du Québec, elle s'est inscrite à l'Université du Minnesota, en criminologie et en études féminines, où elle a brillé tant par ses performances académiques que sportives.

Caroline est actuellement entraîneure adjointe des Stingers de l'Université Concordia et nommée entraîneure-chef de l'Équipe Québec féminine en vue des prochains championnats du monde des moins de 18 ans. Très impliquée auprès de la relève, elle a mis sur pied le « Tournoi de hockey féminin Caroline Ouellette ». Cette compétition permet à des jeunes hockeyeuses, 6 à 12 ans, de vivre une première expérience de tournoi, en plus d'initier les jeunes filles au hockey, en compagnie de joueuses olympiennes.



Claudine Roy

Fondatrice des Traversées de la Gaspésie

Personnalité influente de la Gaspésie, Claudine Roy a sa région natale tatouée sur le cœur. Après quelques années à enseigner l'éducation physique, elle devient coordonnatrice régionale de Kino-Québec, avec pour mission de faire la promotion d'un mode de vie sain et actif.

Depuis son jeune âge, elle possède la fibre entrepreneuriale. Cela l'a conduit à ouvrir le bistro-bar Brise-bise à Gaspé, qui deviendra un lieu culturel incontournable. Désireuse de faire découvrir sa région adorée, elle lance en 2003 les Traversées de la Gaspésie. Cet événement festif et chaleureux réunit des centaines des adeptes de ski de fonds et de randonnée.

Fière femme des régions, elle siège notamment sur les conseils d'administration de l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec et d'Investissement Québec mais, surtout, elle offre du mentorat et trace la voie pour les jeunes générations d'entrepreneuses de Gaspésie.

Nommée Chevalière de l'Ordre national du Québec et membre de l'Ordre du Canada, elle se dit flattée par ces reconnaissances, mais elle refuse de s'en attribuer le mérite. Elle se réjouit de voir que les appuis, dont elle a bénéficié au fil des ans, rejaillissent maintenant sur toute la communauté.



Crédit photo: Yan Kaczynski

Renée-Claude Bastien

Guide d'aventure et globe-trotteure

Référence en matière de plein air au Québec, Renée-Claude Bastien est guide d'aventure depuis près de 20 ans. Elle a encadré de nombreux groupes sur plusieurs continents, ce qui lui a permis de développer une expertise unique comme guide spécialisée en trek et en expédition.

Native de l'Outaouais, elle est enseignante et coordonnatrice de l'Attestation d'études collégiales (AEC) pour devenir guide en tourisme d'aventure du cégep de Saint-Laurent. Parmi les nombreuses certifications qu'elle détient, on note, entre autres, instructrice de premiers soins en régions isolées pour Sirius MedX, monitrice chez Canot Kayak Québec et formatrice chez Rando Québec. Reconnue à titre de professionnelle par le Conseil québécois des ressources humaines en tourisme, elle figure aussi dans les rangs de l'Association canadienne des guides de montagne ainsi que comme instructrice du programme de Guide de longue randonnée.

Elle a obtenu en 2005 le prix convoité de Guide de l'année remis par Aventure Écotourisme Québec, un métier dont elle continue de défendre la professionnalisation.

Le plein air est son milieu de vie. Et donc, lorsqu'elle porte le chapeau de monitrice à Sans trace Canada, elle se fait toujours un devoir d'expliquer l'importance de préserver l'intégrité de la nature.



Crédit photo: Yan Kaczynski

Nathalie Fortin

Voir le monde à la verticale

L'alpinisme et l'escalade de glace sont devenus une véritable passion pour Nathalie Fortin. Après plus de 20 ans d'expérience, elle est considérée comme une référence dans ce sport au Québec et au Canada.

En 2008, suite à une grave blessure au dos, des médecins la condamnent à rester immobile et à abandonner l'alpinisme pour de bon. Il n'en était pas question! À force de persévérance et d'une incroyable ténacité, elle guérit et quatre ans plus tard réalise son rêve: grimper au sommet de l'Everest.

Depuis, plus rien de l'arrête. Elle a gravi et tenté des sommets partout sur la planète, dont le K2 et le Gasherbrum II au Pakistan, le Denali en Alaska, l'Aconcagua en Argentine, l'Elbrouz en Russie, le pic Lénine au Kirghizistan, l'AmaDablam au Népal, pour ne nommer que ceux-là.

Ingénieure de métier, elle est très impliquée dans la communauté de grimpeurs, particulièrement auprès des femmes. Elle a créé le groupe Des femmes et des lames, pour les initier à ce sport, leur permettre de rencontrer des partenaires, et les rendre complètement autonomes.



Crédit photo: Vincent Colliard

Caroline Côté

Cinéaste d'aventure et ultra-marathonienne

Dans la mi-vingtaine, Caroline Côté découvre la course de longue distance. Elle participe à des compétitions de 65 à 125 km. À part ce sport, rien ne la destine à l'extrême dans sa vie de jeune montréalaise.

Formée en publicité à l'Université de Montréal, elle termine des études dans le domaine du cinéma et de la communication. Un jour, appelée par l'aventure, elle décide de se lancer dans une expédition de 30 jours en Antarctique en autonomie complète. L'objectif est de rapporter des images pour les présenter sous forme de documentaires.

Filmer dans des milieux naturels éloignés avec des particularités environnementales complexes devient sa spécialité. Elle entreprend la descente du fleuve Yukon durant plus de deux mois, parcourt le parc national Kuururjuaq à la rencontre des Inuits du nord du Québec et suit le chemin de l'électricité de Montréal à la Côte-Nord; une aventure en solitaire de 2000 km.

Grâce à une formation au Banff Center, en Alberta, elle perfectionne sa technique de prise de vue et parvient à partager ses images de façon saisissante. Ce qui motive son art, c'est de raconter des histoires inspirantes et transmettre son amour du plein air par les scènes époustouflantes que la nature lui offre.



Crédit photo: KappaPhotography (Lorenzo Rossato)

Annie Chouinard

Grimper pour surpasser ses limites

Sa première passion, c'est le sport équestre. Jusqu'à 27 ans, Annie Chouinard performe au niveau international en dressage. Une blessure la contraint à tourner la page et met fin à sa carrière de cavalière. Elle découvre alors la randonnée pédestre, puis les sentiers, toujours plus extrêmes, la conduisent à l'escalade.

Ce n'est qu'en 2015, à 36 ans, qu'elle se lance dans la compétition. Sa discipline et ses capacités de concentration lui fournissent de précieux atouts. C'est sans doute ce qui lui permet de concilier un sport de haut niveau avec son métier de scientifique. Détentrice d'une maîtrise en génie environnemental, elle travaille dans un laboratoire de pathologie de l'Hôpital de Verdun. Mais elle se sauve dans les Cantons-de-l'Est, le plus souvent possible, pour affronter les parois du mont Orford. Depuis, elle participe avec succès à plusieurs championnats et coupes du monde d'escalade.

En 2019, elle réussit à franchir une voie cotée 5.14c, le plus haut niveau de difficulté atteint en escalade par une Canadienne. En effet, Annie ne se laisse jamais intimider par la cote d'une voie. Force tranquille, elle surmonte les défis à son rythme et démontre que la ténacité et l'effort soutenu sont les moteurs de la réussite.



Anabelle Guay

Le plein air pour toutes

Depuis toute jeune, Anabelle Guay aime jouer dehors. Sa passion la mène à entreprendre un vrai défi d'aventure en 2023. La grande traversée est un triathlon revisité de 1250 kilomètres entre Sherbrooke et les Îles-de-la-Madeleine, le tout en autonomie complète.

Les mots-clés qui guident Anabelle Guay dans l'accomplissement de son défi? Sensibiliser. Inspirer. Outiller.

La jeune femme veut démocratiser l'accès au plein air en montrant une diversité corporelle, elle qui a souffert d'un sentiment d'exclusion en voyant à la télé et au cinéma, dans son enfance, des athlètes de haut niveau qui correspondaient toujours trop aux critères de beauté dictés par la société.

Supportée par sa mentore, l'exploratrice Mylène Paquette, Anabelle Guay est la preuve que lorsqu'on encourage les filles et les femmes, rien ne les arrête. La sportive est l'exemple parfait qui démontre qu'un défi personnel peut toucher des milliers de filles et de femmes. En se dépassant elle-même, elle transmet le plaisir et les bienfaits de bouger en nature. Elle devient, ni plus ni moins, une leader.



Montserrat Flores

La passion du soccer comme levier de leadership

Toute jeune, Montserrat Flores Maso ne s'intéresse pas plus qu'il le faut au sport. Arrivée au pays avec sa famille, à l'âge de 10 ans, elle s'intègre rapidement. À l'école secondaire, parce qu'elle voit son frère jouer au soccer, elle décide de s'inscrire aussi. Dès le premier entraînement, c'est le coup de foudre.

Des études en kinésiologie vont confirmer son amour pour le sport. Mais Montserrat Flores n'est pas passionnée que par l'activité physique. Elle souhaite aussi se développer en tant que leader et s'implique dans le monde du soccer féminin.

En 2018, elle devient la première femme à faire partie de l'équipe technique de l'Académie du CF Montréal. Son envie de se dépasser la pousse à entreprendre des études en gestion de projets à HEC Montréal. Aujourd'hui, elle est entraîneure et responsable à la formation des éducateurs et des éducatrices chez Soccer Québec où elle participe au développement des jeunes athlètes.

Montserrat Flores ouvre constamment des portes. Elle mise sur la collaboration hommes-femmes pour aider encore plus de filles et de femmes à s'impliquer dans le monde du sport comme leaders. Elle est un modèle inspirant pour les filles.

Les hommes: des alliés indispensables

Pour amplifier l'impact des initiatives sur le terrain, il est impératif que les hommes se joignent au mouvement de mobilisation. « C'est important que les hommes s'impliquent, car ils occupent des postes clés au sein des différentes organisations de sport, que ce soit des intervenants, des dirigeants, des décideurs. Ils ont donc une influence sur les décisions prises, sur les programmes », explique Martine Pageau du Ministère de l'Éducation. Et ils sont nombreux à répondre à l'appel, conscients que la société, dans son ensemble, a tout à gagner en favorisant la participation et le leadership des filles et des femmes dans le sport, le plein air et l'activité physique. Parce que ces trois secteurs sont vecteurs de changement dans toute la société, il est primordial de compter sur les hommes.





Éric Brunelle

Professeur titulaire au Département de management à HEC Montréal, où il est également le directeur du Pôle sports, Éric Brunelle est à l'origine de l'Espace Leadership féminin, lancé en mai 2021. Préoccupés par le manque de représentation des femmes dans les postes de direction des organisations sportives, Éric et ses collègues Richard Legendre et Samuel Ouellette ont mis sur pied ce nouveau réseau. Il vise à poser des actions en faveur de l'équité entre les sexes et de l'avancement des femmes à des postes décisionnels au sein de l'industrie sportive québécoise.

« Je m'intéresse aux enjeux entourant le leadership depuis 20 ans et on a toujours eu cette problématique du plafond de verre. Ça vient me chercher cette injustice. C'est pourquoi nous avons eu l'idée d'approcher des ambassadrices pour nous aider à créer un réseau qui conjuguerait partages d'expérience, projets de recherche et programmes de formation. Nous devons innover! À titre d'exemple, qui devons-nous former? Nos ambassadrices nous disent qu'il ne faut pas seulement former les femmes, les hommes aussi devraient l'être. Nous pensons qu'il faut faire les deux. »



Francis Ménard

Aujourd'hui directeur général de la Fédération de natation du Québec, après avoir dirigé la Fédération de water-polo du Québec et Parasports Québec, Francis Ménard évolue dans le monde du sport depuis plusieurs années. Convaincu que les hommes ont eux aussi leur rôle à jouer pour l'avancement des femmes dans l'univers sportif, son engagement est tel qu'il est devenu le premier homme à siéger au conseil d'administration d'Égale Action.

« Coacher un gars ou coacher une fille, ce n'est pas pareil. Mais tant que l'entraîneur-e – homme ou femme – ne se sera pas adapté-e, et va continuer de traiter ses groupes de manière homogène, ça ne favorisera pas la rétention et l'implication compétitive des femmes. Je suis convaincu de ça. Il y a une culture de l'entraînement à changer. Si tu as un groupe de filles et un groupe de gars, il ne faut pas les entraîner de la même manière, et si tu as un groupe mixte, il faut savoir s'adapter... »

Le sport, le plein air et l'activité physique: puissant vecteurs de changements sociaux





Sylvie Béliveau

Directrice, Égalité des genres en sport, Égale Action

« Les succès des femmes aux récents Jeux olympiques nous ont offert une visibilité incomparable. C'est un moment clé qu'il convient de célébrer, car en plus de valoriser le sport au féminin, il marque un important changement de culture. Nous devons poursuivre sur la lancée de ces succès en soutenant les athlètes féminines à tous les niveaux de leur expérience sportive. Le développement de nos sportives passe par les structures de nos organisations et nos filles et nos femmes ne connaîtront le succès que si nous leur apportons du soutien en lien avec leurs aspirations. »



Crédit photo : Le mouvement HappyFitness

Annick St-Denis

Réseau plein air Québec

« Alors que le modèle patriarcal, qui domine dans plusieurs sphères de notre société, laisse graduellement la place à de nouvelles façons de concevoir le leadership, des femmes entrepreneuses développent de nouvelles expériences, plus accueillantes, dans des espaces libres de jugement, afin de mieux s'épanouir en plein air. La nature est une matrice propice à la détente, la découverte, la créativité et offre un terrain de jeu extraordinaire pour que les filles et les femmes développent leur confiance en elles et leur estime de soi. En bougeant en plein air, les femmes font le plein d'une énergie qui leur est profitable dans tous les aspects de leur vie. Encourageons-les par tous les moyens à devenir des adeptes de plein air dès l'enfance et à se développer dans des rôles en formation, en encadrement ou en administration dans ces activités accessibles à toutes. »



Crédit photo: Fillactive

Claudine Labelle

Fillactive

«Quand les filles développent cette habitude de pratiquer des activités physiques, sportives et de plein air régulièrement, c'est tout un monde qui s'ouvre à elles. Elles deviennent plus confiantes, mieux dans leur peau, en plus de profiter des bienfaits de l'activité physique sur la créativité, la concentration et la gestion du stress, pour ne nommer que ceux-là. Assurons-nous de mettre les conditions favorables en place pour rendre l'activité physique accessible et attrayante pour elles, nous leur devons bien ça!»



Guylaine Demers

Directrice, Lab PROFEMS de l'Université Laval

«Le sport a fait de moi la femme que je suis aujourd'hui, avec les hauts et les bas que cela comporte. Sans sport, je n'aurais pas poursuivi mes études jusqu'au doctorat, je n'aurais pas voyagé partout à travers le monde, et je n'aurais certainement pas développé un réseau de femmes exceptionnelles qui sont là pour moi jour et nuit. Tous les postes de leadership que j'ai occupés en sport m'ont appris à être combative et conciliante, à être forte et résiliente. Je souhaite que toutes les femmes puissent avoir accès à ces opportunités. Non seulement est-ce une question d'égalité – les femmes représentent 50,36 % de la population québécoise – mais c'est d'abord et avant tout une question de justice sociale. Le Québec ne peut se priver de la moitié du talent de sa population! La participation des femmes dans l'arène sportive permet de créer des environnements sportifs inclusifs, accueillants et performants. Vivement plus de femmes en leadership sportif!»

Labelle



Martine Pageau

Directrice du sport, du loisir et de l'activité physique
au ministère de l'Éducation du Québec

« La société a beaucoup à gagner en favorisant la participation et le leadership de filles et des femmes. On fait référence ici à l'épanouissement des filles et des femmes dans une vision beaucoup plus large. Ça ne peut être que positif. L'implication des filles dans le sport a des retombées positives sur le cheminement scolaire, pour le milieu de travail, pour la poursuite de la carrière. Assurément, le sport peut les guider dans leur développement personnel, pour tout leur parcours de vie. Les valeurs acquises dans le sport sont transposables dans notre vie personnelle et professionnelle. Et il en va de même avec la pratique du plein air et d'autres activités physiques. »



Isabelle Rousseau

Présidente du conseil d'administration d'Égale Action
et vice-présidente, administration, INS Québec

« Tous les jours, je constate que le milieu sportif québécois est riche de femmes compétentes, engagées, passionnées, innovantes. Et combien il serait avantageux pour les organisations sportives d'atteindre la zone paritaire en faisant place à ces femmes autour des tables des conseils d'administration. Pour nous, c'est une question de se faire confiance en premier lieu, puis d'oser et de prendre place à table. Pour d'autres (les alliés), c'est une question de vision, d'ouverture et de volonté, d'une réelle volonté, celle qui mène à l'action. La présence des femmes au sein du milieu sportif permet non seulement une meilleure représentativité, mais aussi d'élargir nos perspectives et contribuer ensemble à la création d'un environnement sportif équitable. C'est un changement de perception face aux rôles de leadership féminin en sport qui doit s'opérer pour assurer une approche beaucoup plus égalitaire et durable. Aux personnes qui lisent ces mots, je dis: créons des opportunités de qualités pour les femmes qui évoluent au sein du système sportif et celles à venir! Notre société s'en portera simplement mieux! »



Une lancée à poursuivre

La preuve n'est plus à faire: en plus de procurer plaisir et bien-être, le sport, le plein air et l'activité physique apportent de nombreux bienfaits, tant sur le plan de la santé physique que mentale. Normaliser et valoriser la participation des filles et des femmes dans ces domaines est certainement un moteur et un porteur de changement pour que plus de femmes souhaitent s'impliquer, accéder à des rôles d'influence et de leadership, porter leur voix pour des pratiques plus inclusives d'avancement et d'influence.

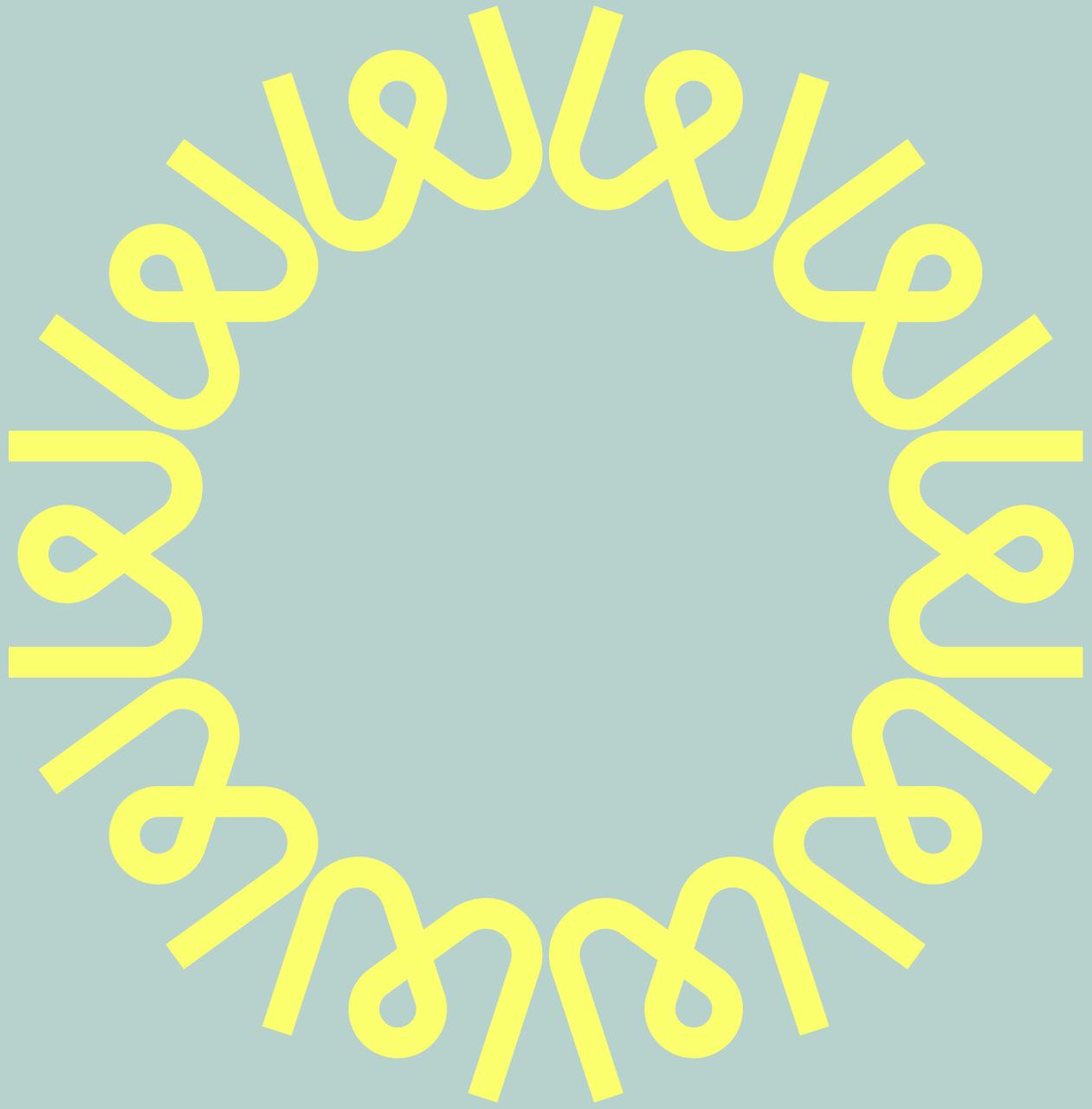
Au cours des prochains mois, La Lancée déploiera une série d'initiatives, en plus de mobiliser une grande variété de partenaires, dans le but de poursuivre et d'intensifier les efforts pour outiller et inspirer les intervenant-e-s, dirigeant-e-s et décideur-e-s, du sport, du plein air et de l'activité physique au Québec afin qu'ils facilitent la participation et le leadership des filles et des femmes.

Avec M361, Fillactive et Égale Action, soyez partie prenante de ce changement afin d'incarner une nouvelle normalité par laquelle les filles et les femmes s'épanouiront pleinement au cœur de nos communautés.

Battantes, pionnières, leaders.

Un mouvement est en marche.

Pour avoir accès à du contenu et à des outils d'expert-e-s, visitez le site lancee.org.



LA LANCÉE

en action
au féminin
pluriel

lalancee.org

Une initiative de:

Québec 

M361  MOTEUR
D'IMPACT
SOCIAL

En partenariat avec:

FILLACTIVE

Égale
ACTION
QUALITÉ DES CADRES ÉDUCATIFS