

Avril
2025

FEMMES DE TERRE

Femmes de tête

PORTRAIT  Jessie Rioux,
sociable de nature P. 5

DOSSIER  Le mentorat politique
au féminin P. 6 et 7



AGRICULTRICES
DU QUÉBEC



MOT DE LA PRÉSIDENTE

L'importance du réseau

Avec la parution de la première édition, dans *La Terre de chez nous*, de notre cahier *Femmes de terre, femmes de tête*, dont nous sommes très fières, je trouve important de revenir aux fondements mêmes de notre organisation : la force de notre réseau et la solidarité qui nous unit.

En agriculture, les défis sont nombreux et l'isolement est hyper présent. En tant que femmes, lorsque nous traversons des situations uniques telles que la grossesse, ou quand nous voulons nous renseigner sur des sujets complexes comme le Régime québécois d'assurance parentale, ce sentiment de solitude peut s'amplifier.

Les liens que nous tissons entre nous sont donc une richesse inestimable souvent peu mise de l'avant. Ces derniers mois, plus que jamais, avec l'instabilité du côté des frontières, le quotidien agricole peut devenir plus difficile. Parfois, le fait de partager notre réalité se révèle vital.

Je suis fière de dire qu'aux Agricultrices du Québec, il existe de nombreux endroits où l'on peut ressentir un fort sentiment d'appartenance. Entre autres, au sein des syndicats régionaux des agricultrices : les administratrices travaillent d'arrache-pied pour nourrir leur réseau et créer des activités d'échanges et pour briser l'isolement. Les conseils d'administration régionaux

comme provinciaux permettent également de tisser des liens solides basés sur des valeurs communes et ce même désir de changer les choses.

Nous tenons à le rappeler : vous n'avez pas besoin d'aspirations politiques ou d'un désir d'implication formelle pour devenir membre, juste d'un intérêt à rejoindre une communauté. Par exemple, nos multiples activités de formation vous offrent la possibilité d'en apprendre davantage sur des sujets variés comme la gestion d'une entreprise ou la maîtrise des réseaux sociaux. De plus, vous aurez l'occasion de rencontrer des agricultrices de différentes régions, et tout cela en ligne.

Dans ce numéro, nous aborderons notamment le mentorat. Aux Agricultrices du Québec, nous avons la chance de proposer deux types de mentorats : le mentorat politique, offert au cours du printemps, et le mentorat entrepreneurial. Ces initiatives d'accompagnement par les pairs s'inscrivent dans la lignée des actions de l'organisation pour renforcer le sentiment de communauté et vous aider à développer votre potentiel agricole.

Oui, tisser un réseau permet de briser l'isolement, et en plus, cela nous donne l'occasion de conjuguer nos forces pour nous élever collectivement. Comme le dit si bien ce proverbe du Burkina Faso : « Seul, on va plus vite. Ensemble, on va plus loin. »



Valérie Fortier
Présidente des Agricultrices du Québec

.....
« Vous n'avez pas besoin d'aspirations politiques ou d'un désir d'implication formelle pour devenir membre, juste d'un intérêt à rejoindre une communauté. »

MONITROL

Depuis 1987

“Avec un contrôle GENIUS, ça nous permet de ne pas nous soucier de la ventilation, de l'éclairage, on sait que nos animaux sont bien, ils sont confortables”

Véronique PERRON
Stanstead, QC



Témoignage de Véronique

Nos outils technologiques, conçues pour optimiser votre temps et réduire votre stress.



FARMGUARD

Varifan

FarmQuest

BINWATCH

Distributeur des produits Sun-North

450-641-4810 | monitrol.com


QUOI DE NEUF
Une journée de mise en action pour des administratrices

Le 25 février dernier, nos administratrices des diverses régions se sont réunies pour une journée de partage et de formation dans la magnifique région du Centre-du-Québec.

Lors de cette rencontre, les agricultrices ont appris à rédiger des résolutions percutantes avec Martine Desjardins, une communicatrice chevronnée. Cette formation les a bien préparées pour l'assemblée générale annuelle prévue cet automne.

La journée a également inclus une simulation de plénière, qui a été particulièrement appréciée par les participantes. Elles ont également eu l'occasion d'échanger avec des agricultrices passionnées de toutes les régions, des femmes déterminées à faire bouger les choses dans le milieu agricole. Cette journée témoigne bien de leur volonté de participer activement aux discussions et aux décisions du secteur.



Agricultrices du Québec

Un outil de calcul non genré

En décembre dernier, nous avons lancé un outil de calcul sur le travail invisible, un projet de longue haleine qui vise à quantifier les tâches non rémunérées et souvent méconnues qui soutiennent notre quotidien. Grâce à une couverture médiatique significative et à l'intérêt du public, nous avons cumulé plus de 500 participations. Cependant, pour brosser un portrait juste et complet, il est crucial d'inclure tout le monde. Nous savons que le travail invisible n'est pas l'apanage d'un seul genre, et pourtant, la participation masculine reste insuffisante pour obtenir des données crédibles. Cette initiative, bien que portée par une organisation féminine, concerne tout le monde.

C'est pourquoi nous lançons un appel en particulier aux hommes : votre participation est essentielle! En remplissant notre outil de calcul, non seulement vous nous aiderez à mieux comprendre l'ampleur du travail invisible, mais vous prendrez aussi conscience de sa présence dans votre quotidien. Les données recueillies nous permettront de sensibiliser davantage la population et de plaider pour une meilleure reconnaissance et un partage plus équitable de ces tâches.

Nous serions ravis de vous compter parmi nous dans cette démarche collective. Votre participation est précieuse pour enrichir notre analyse et contribuer à un secteur agricole plus équitable



Eve Lambert

 La maraîchère **Eve Lambert** de la Ferme des Possibles avec deux de ses enfants.

Es-tu rémunéré pour tout ce que tu fais ?

Chaque heure que tu investis compte. Découvre la valeur de tes actions souvent non reconnues et prises pour acquises.



Calcule ton travail invisible maintenant

... et apprends-en plus !

Mesurer la valeur du travail invisible, ça concerne tout le monde ! Ça sert à quoi ?

Reconnaître le rôle crucial des tâches souvent ignorées en agriculture.

Réclamer un soutien équitable pour mieux valoriser le travail invisible.

Réduire les inégalités en rendant visible l'impact des contributions féminines.



TÔLE
VIGNEAULT

Le bon produit au bon projet à tout coup!

Nous offrons l'expertise et le service conseil

2565, Route 165, Saint-Ferdinand
G0N 1N0

228609



AGRICOLE | COMMERCIAL | RÉSIDENTIEL

 1 888 428.9921 tolevigneault.com




QUOI DE NEUF

Cultivez la richesse de la diversité!

Les Agricultrices du Québec sont fières de lancer « Cultivez la richesse de la diversité! », une campagne audacieuse visant à transformer le leadership agricole au Canada. Cette initiative stratégique s'adresse à 95 responsables d'organisations agricoles à travers le pays, les invitant à agir pour accroître la présence féminine dans leurs instances.

La campagne se déploie en trois volets captivants :

- Une mystérieuse boîte colorée livrée directement aux décideurs et décideuses;
- Un microsite bilingue engageant diversiteagriculture.ca / diversityagriculture.ca;

- Un suivi personnalisé assuré par l'équipe Équité, diversité et inclusion des Agricultrices du Québec pour accompagner le changement.

Développée dans le cadre du programme Perspective+ Canada, cette initiative transforme la sensibilisation en actions concrètes pour un secteur agricole plus inclusif et innovant. Les services de l'équipe Équité, diversité et inclusion sont offerts gratuitement à toutes les organisations agricoles du Canada, afin de les aider à transformer le visage du leadership au sein de leurs structures.



Le mentorat : la clé pour s'impliquer avec confiance

Trop souvent, les femmes doutent de leurs capacités. Une étude de la *Harvard Business Review*, parue en 2014, révèle que les hommes postulent à un emploi même s'ils ne possèdent que 60 % des compétences requises, tandis que les femmes attendent de répondre à 100 % des critères avant de se lancer. Ce phénomène conduit souvent à des candidatures féminines surqualifiées.

Le problème ne réside donc pas dans un manque d'intérêt ou de compétences, mais plutôt dans un manque de confiance en soi. Une confiance qui peut être grandement renforcée grâce au soutien et à l'accompagnement, comme celui offert par le mentorat.

C'est pourquoi les Agricultrices du Québec relancent le programme de mentorat politique au printemps, en même temps que les bourgeons. Nous recherchons des agricultrices expérimentées, prêtes à partager leur expertise et leur savoir-faire en tant qu'administratrices. En devenant mentore, vous aiderez des femmes à croire en leurs capacités et à s'engager activement dans la vie syndicale.

Vous souhaitez faire une différence et inspirer d'autres femmes à s'impliquer? Contactez-nous dès aujourd'hui: fed.agricultrices@upa.qc.ca ou bit.ly/4huvBEP



IA
Groupe financier

Marie-Claude Fulham

Agence Sorel
Conseillère en sécurité financière
Conseillère en assurance et rentes collectives
Industrielle Alliance,
Assurance et services financiers inc.



marie-claude.fulham@agc.ia.ca

Cellulaire 450 494-4494

ASSURANCE
Vie • Invalidité et salaire • Maladie grave •
Accidents corporels • Hypothécaire

ÉPARGNE
REER, CELI, CELIAPP et autres régimes •
FERR, FRV et rentes • REEE • Fonds distincts



Revivez notre événement rassembleur unique!

Le 26 mars dernier, nous avons eu le plaisir d'accueillir Rose-Marie Charest, psychologue, et Vicki-May Hamm, communicatrice aguerrie, pour une conférence et un panel dynamique sur la gestion de la charge mentale, du stress et le bien-être au quotidien. Cet événement a été un vif succès avec plus de 600 inscriptions, offrant des apprentissages enrichissants et des conseils pratiques pour alléger le quotidien. D'ailleurs, nous tenons à remercier ces agricultrices et agriculteurs qui ont partagé leur expérience et leurs défis durant le panel sur la charge mentale : Vicky Dufour, Jonathan Carpentier et les vignerons Sophie Bélaïr-Hamel et Frédéric Ouellet-Lacroix.

Bonne nouvelle! Si vous avez manqué cet événement ou souhaitez le revoir, la rediffusion est disponible pendant six semaines. Les membres des Agricultrices du Québec peuvent y accéder gratuitement dans leur Espace membre. Pour devenir membre et profiter de cette opportunité, visitez notre site Web : agricultrices.com/deviens-membre.

Ne manquez pas cette chance de découvrir des astuces et des solutions concrètes pour un quotidien plus léger et épanouissant.

Journée du travail invisible

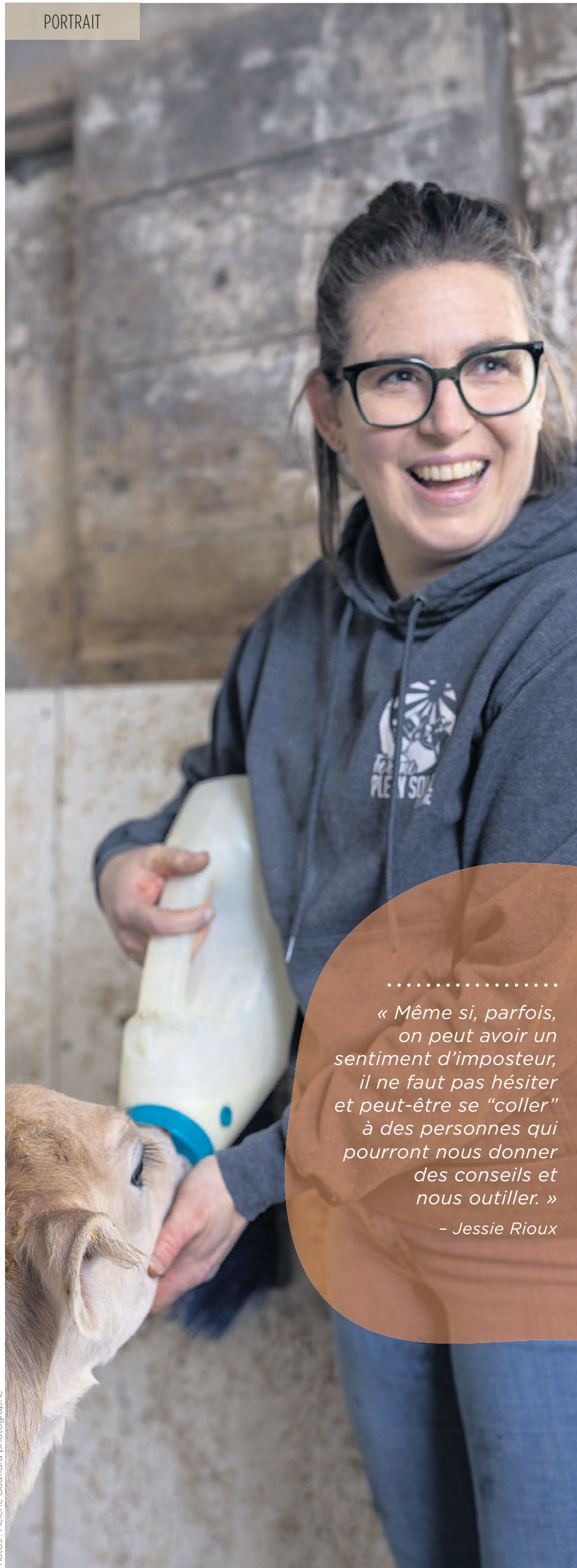
Saviez-vous que le bénévolat, l'aide aux proches, les tâches domestiques, les stages non rémunérés et le soutien à l'entreprise familiale sont considérés comme du travail invisible? Ce travail contribue à la richesse collective, mais limite les opportunités d'épanouissement personnel, professionnel, social et économique pour une grande partie de la population.

Pour reconnaître et discuter du travail invisible, la Coalition nationale sur le travail invisible a désigné le premier mardi d'avril comme la Journée du travail invisible.

Pour en savoir plus sur le travail invisible, ses impacts et les solutions possibles, visitez travailinvisible.ca.



PORTRAIT



.....

« Même si, parfois, on peut avoir un sentiment d'imposteur, il ne faut pas hésiter et peut-être se "coller" à des personnes qui pourront nous donner des conseils et nous outiller. »

– Jessie Rioux

Jessie Rioux, sociable de nature

Johanne Martin • Collaboration spéciale

« Un jour, l'opportunité s'est présentée de commencer à m'impliquer dans le syndicat local de ma MRC. À ce moment, ça a été pour moi une façon de dire à mon conjoint : j'aime beaucoup nos vaches, mais elles ne sont pas très jasantés! Comme je suis sociable de nature, le fait de m'engager devenait un bon moyen d'être en contact avec des gens. »

Présidente des Agricultrices du Bas-Saint-Laurent, en plus d'occuper le poste de deuxième vice-présidente des Agricultrices du Québec, Jessie Rioux voit grand et s'est découverte une véritable passion. Avant de connaître son conjoint, la copropriétaire de la Ferme Plein Soleil menait une carrière dans le domaine de l'alimentation. De superviseure dans une épicerie, la résidente de Saint-Clément s'est convertie à la production laitière et aux grandes cultures.

« Je ne suis pas du tout issue du milieu agricole, mais comme on dit, qui prend mari prend pays! lance-t-elle d'emblée. Quand j'ai rencontré mon conjoint, il avait déjà la ferme laitière et j'ai décidé d'embarquer avec lui dans l'entreprise, mais au départ, absolument rien ne me prédestinait à devenir agricultrice. Même en faisant le saut à la ferme, j'ai continué un petit bout de temps à travailler à l'épicerie, jusqu'à ce que je tombe enceinte de mon deuxième. »



Jessie Rioux, productrice laitière, mère dévouée et présidente des Agricultrices du Bas-Saint-Laurent, mène une vie bien remplie et trouve son bonheur dans chacun de ses rôles.

Y prendre goût et gravir les échelons

L'intérêt de Jessie Rioux pour le service à la clientèle lui a en quelque sorte servi de bougie d'allumage pour s'investir dans les différentes instances syndicales des Agricultrices au fil des ans. Avec le temps, la jeune productrice y a pris goût et a choisi de continuer. « Quand on aime ça, les gens nous sollicitent, ce qui nous pousse à gravir les échelons. Je considère que je suis une personne qui a de l'entregent et qui n'a pas peur de foncer », précise-t-elle.

À partir de 2015, la Clémentoise intègre donc le syndicat local, avant d'être élue présidente des Agricultrices du Bas-Saint-Laurent. Présentement, elle amorce également sa troisième année au conseil exécutif de la Fédération de l'UPA du Bas-Saint-Laurent. En octobre dernier, voilà que celle qui dit affectionner le travail d'équipe et qui rallie les gens autour d'elle en exerçant un leadership positif prend le poste de deuxième vice-présidente des Agricultrices du Québec.

Des réalisations... et une invitation

Demande d'aide financière au ministère de la Famille pour effectuer un sondage afin d'être aiguillée au sujet des services de conciliation travail-famille en milieu agricole, collaboration aux activités de la Table de concertation bioalimentaire du Bas-Saint-Laurent, participation à la réflexion des MRC à l'égard des plans de développement social pour la santé mentale des agriculteurs : les réalisations auxquelles Jessie Rioux a été associée sont nombreuses.

« Toutes les femmes ont la capacité d'occuper des postes comme les miens, à la hauteur de ce qu'elles désirent, déclare en terminant la productrice de la MRC des Basques. Même si, parfois, on peut avoir un sentiment d'imposteur, il ne faut pas hésiter et peut-être se "coller" à des personnes qui pourront nous donner des conseils et nous outiller. Parce que je pense que chaque femme, en agriculture, peut apporter beaucoup de choses à une organisation. »



DOSSIER

.....
Le mentorat permet aux nouvelles venues de mieux comprendre le fonctionnement des conseils, d'apprendre à défendre leurs idées et, surtout, de gagner en assurance.

Le mentorat politique, un tremplin pour les femmes

Sylvie Lemieux • Collaboration spéciale

Moins d'une femme sur cinq siège aux conseils d'administration des syndicats agricoles québécois. Pourtant, elles sont omniprésentes dans les fermes, jonglant entre gestion, production et prise de décisions stratégiques. Mais lorsqu'il s'agit de s'engager dans les instances officielles, les hésitations surgissent : manque de confiance, sentiment d'illégitimité, peur de ne pas maîtriser les rouages du syndicalisme...

C'est là que le mentorat fait toute la différence. « Souvent, elles n'osent pas, alors qu'elles ont toutes les compétences pour y arriver. Elles connaissent leur métier, elles gèrent des fermes. Mais elles ont besoin de quelqu'un qui leur dise : "Vas-y, essaie. Tu n'as rien à perdre" », affirme Valérie Fortier, présidente des Agricultrices du Québec, qui a accompagné plusieurs agricultrices dans leur engagement syndical.



Valérie Fortier

« Je manque d'expérience. » « J'ai peur de prendre la parole en public. » « Je ne me sens pas légitime. » Ces phrases reviennent souvent dans la bouche des agricultrices quand elles évoquent leurs hésitations à rejoindre un conseil d'administration. « Le syndrome de l'imposteur est un frein bien connu et très présent. Je l'entends tout le temps, observe Jennifer Petrela, directrice générale de Mentorat Québec. Mais personne ne commence expert! Ce qui aide, c'est l'accompagnement. »



Johanne Camiré

Le mentorat permet aux nouvelles venues de mieux comprendre le fonctionnement des conseils, d'apprendre à défendre leurs idées et, surtout, de gagner en assurance. C'est ce qu'a vécu Johanne Camiré, propriétaire de la Ferme Annerick de Sainte-Hélène-de-Chester. La productrice laitière hésitait à se joindre au CA des Agricultrices du Centre-du-Québec. C'est grâce à Valérie Fortier, alors présidente régionale du syndicat, qu'elle a osé franchir le pas en 2019. « Parfois, ce sont les autres qui voient ce qu'on est capable de faire avant nous », confie celle qui est passée de simple administratrice à première vice-présidente en à peine un an.



Jennifer Petrela

Forte de cette expérience et de sa formation en administration des affaires, elle a décidé de diversifier son activité syndicale en intégrant le conseil d'Agropur en 2022. « Valérie m'a fortement encouragée même si cela changeait mon rôle au CA des Agricultrices », explique celle qui est maintenant 2^e vice-présidente.



DOSSIER

Des bénéfices tangibles

« Le mentorat se distingue d'une formation traditionnelle par son caractère personnalisé », souligne Jennifer Petrela. En agriculture, où les réalités varient considérablement d'une exploitation à l'autre, cet accompagnement sur mesure s'avère particulièrement pertinent. Les bénéfices sont concrets : compréhension des rouages syndicaux, amélioration de la prise de parole en public, apprentissage de la rédaction de résolutions et élargissement du réseau de contacts.

Aux Agricultrices du Québec, le mentorat, qu'il soit offert dans un cadre plus ou moins formel, vise un objectif plus large : encourager la participation féminine aux instances décisionnelles. Ces dernières années, le syndicat a mis en place différents programmes d'accompagnement, dont Embarque!, lancé en 2018, et plus récemment Perspective+, qui vise l'avancement de la représentativité des femmes dans les syndicats agricoles.

Une réticence à se qualifier de mentore

Paradoxalement, plusieurs femmes accompagnant leurs pairs hésitent à se définir comme mentores. Véronique Guizier, copropriétaire de la Ferme Erb - La Grange Maraîchère à Magog, trouve ce terme « trop formel ou prétentieux ». Pourtant, elle conseille régulièrement de jeunes agricultrices, que ce soit en les rencontrant après des réunions ou en conversant par Messenger. « Elles me demandent ce que je pense de telle ou telle situation, veulent savoir ce que je ferais à leur place », raconte la productrice qui préfère parler d'échanges enrichissants plutôt que d'une relation structurée.

Pour Jeannine Messier, ancienne présidente des Agricultrices du Québec, cette hésitation s'explique en partie par l'image traditionnelle du mentorat, souvent perçu comme une relation hiérarchique. « Pourtant, il est avant tout un échange, un partage d'expériences », rappelle la propriétaire de la Ferme Équinoxe, à Saint-Pie, en Montérégie, qui cultive des bleuets et des asperges en plus de produire du sirop d'érable.

Un rôle qui dépasse la simple transmission

Le rôle d'une mentore ne se limite pas à partager des connaissances. Selon Jennifer Petrela, il s'agit plutôt de « développer des compétences, notamment en matière de jugement et d'analyse ».

« Une mentore doit écouter attentivement les besoins de la mentorée et puiser dans son vécu pour lui proposer des outils d'analyse. L'objectif n'est pas d'imposer une réponse toute faite, mais d'illustrer comment aborder une situation donnée », dit-elle.

Véronique Guizier partage cette vision : « Il s'agit d'encourager les femmes à prendre conscience de leurs compétences et à se lancer. » Elle se souvient d'une assemblée générale où elle a convaincu une jeune femme d'accepter une nomination : « Elle était hésitante. Je lui ai dit qu'elle avait les capacités pour ce rôle. Finalement, elle a été élue administratrice. »

À son tour, Johanne Camiré joue un rôle de soutien auprès d'autres productrices. « Une administratrice voulait quitter son poste. Je l'ai plutôt encouragée à rester, en lui expliquant l'importance du travail


collectif et les changements à venir, raconte-t-elle. Pour moi, c'est important d'agir en soutien lorsqu'une personne traverse des périodes de doute. C'est une façon de redonner ce que j'ai reçu. »

Valérie Fortier partage cette vision du retour d'ascenseur : « Après quelques années d'implication, Johanne a pris des responsabilités plus importantes et a poursuivi son parcours ailleurs. » Une évolution qui prouve la réussite du mentorat, même dans un cadre informel.

Un enrichissement mutuel

Ce qui est certain, c'est que cet accompagnement n'est pas à sens unique. « Il s'agit d'une dynamique d'échange où le mentor apprend autant du mentoré », affirme Véronique Guizier. Une vision que partage Jeannine Messier pour qui le mentorat a servi de « miroir », lui permettant de prendre conscience de son propre parcours.

Valérie Fortier renchérit : « Accompagner d'autres femmes m'aide à prendre conscience de la valeur de mon expérience. On ne mesure pas toujours l'étendue de son propre bagage professionnel avant d'avoir l'occasion de le transmettre », dit-elle.

Dans un secteur en constante évolution, où les réglementations et les défis se multiplient, le mentorat prend tout son sens, selon Jeannine Messier. « Il apporte une forme d'entraide précieuse » dans un monde où le temps et les ressources sont comptés. Au-delà des compétences techniques, il favorise la confiance en soi, ce premier pas essentiel vers l'engagement. 



Jeannine Messier



Véronique Guizier

.....
 « Accompagner d'autres femmes m'aide à prendre conscience de la valeur de mon expérience. On ne mesure pas toujours l'étendue de son propre bagage professionnel avant d'avoir l'occasion de le transmettre. »

- Valérie Fortier, présidente des Agricultrices du Québec





Le réseau de référence pour le succès des agricultrices et d'une agriculture durable

SAVAIS-TU QUE...

Les agricultrices assument une multitude de responsabilités, allant des tâches domestiques aux fonctions administratives au sein de leur entreprise. Une étude de Léger révèle que 90 % des agricultrices ressentent une charge mentale élevée ou très élevée, en raison de la gestion simultanée de ces multiples rôles.

Les Agricultrices du Québec proposent des outils et des services pour aider les agricultrices à diminuer cette charge, à faire face aux défis de l'entrepreneuriat et à améliorer leur condition.

L'ADHÉSION PERMET D'ACCÉDER À :

DE LA FORMATION

Des heures de consultation gratuite avec des experts (valeur de 1500 \$) pour développer tes compétences en gestion d'entreprise agricole.

DU SOUTIEN

Un accompagnement personnalisé pour t'aider à naviguer à travers les défis quotidiens, qu'ils soient professionnels ou personnels.

DU MENTORAT

Des sessions inspirantes pour renforcer tes compétences politiques et professionnelles et briser l'isolement.

Et ce n'est pas tout !

Bénéficie de rabais exclusifs sur nos formations pour continuer à grandir.

Reste informée avec des enregistrements de conférences captivantes.

Rejoins une communauté dynamique engagée dans la vie syndicale de ta région.

Saisis cette opportunité de faire partie d'un réseau qui comprend tes réalités et te soutient dans ton parcours.

Deviens
membre

45\$ + taxes
/ an



Complément d'information
agricultrices.com

Ne manque pas notre
prochain événement

Optimise ton sommeil pour mieux récupérer

Trucs et stratégies pour un sommeil réparateur et une énergie optimale.

16 avril 2025

10h30 à 11h45

Conférence virtuelle

GRATUIT



CONFÉRENCIÈRE

Nathalie Lacombe,
coach en santé et bien-être



Inscris-toi

