

La vie des couples ambitieux


Ils travaillent comme des fous. Et ils ont des enfants. Comment ces couples font-ils pour organiser leur vie de famille et mener deux carrières de front ?

par Marie-Eve Cousineau

Isabelle Leclerc se dirige vers le restaurant d'un pas pressé. Pas facile de stationner sa Volvo dans le Vieux-Montréal à midi. Le quartier est assiégé par les pelles mécaniques. Mais cette petite femme de 34 ans n'en est pas à sa première course en talons hauts. Mère de deux garçons, elle est directrice en consultation chez Deloitte, un cabinet de services professionnels. Son mari, Marc-André Aubé, gère des millions à la Caisse de dépôt et placement du Québec.

Dynamiques et ambitieux, Isabelle et Marc-André se sont connus en 1993, sur les bancs de l'École Polytechnique de Montréal. Un an plus tard, ils partent « sur le fly » étudier à Grenoble, en France, dans le cadre d'un programme d'échange. Entre leurs cours, ils parcourent la Corse, l'Italie et l'Espagne dans une vieille Peugeot 205. « Mon année d'études n'a coûté que 14 000 dollars, billets d'avion compris ! » dit fièrement Marc-André Aubé, atablé avec son épouse au resto-bar Holder.

De retour au Québec, diplômés en poche, le couple travaille à temps plein, tout en effectuant, de soir, un MBA. Il ne leur reste plus qu'à se marier, à acheter un duplex à Montréal, dans Notre-Dame-de-Grâce, à faire



« Une femme
ne peut avoir
la même
carrière que
son mari si elle
s'occupe seule
de la gestion
familiale. »

– Marc-André Aubé

Marc-André Aubé,
gestionnaire à la Caisse
de dépôt, et Isabelle
Leclerc, directrice
en consultation
chez Deloitte

Des repas vite faits, bien faits

Les enfants ont faim, les parents sont fatigués. Préparer le souper peut rapidement devenir un calvaire. Stéphanie Grig, diététiste-nutritionniste du Groupe Santé Medisy, nous donne des conseils pour nous faciliter la tâche.

■ Avant de faire l'épicerie, planifiez d'avance au moins trois soupers de la semaine. Une source d'inspiration : le site SOS Cuisine (www.soscuisine.com). On peut aussi demander aux enfants ce qu'ils ont envie de manger.

■ Ayez toujours sous la main des aliments pouvant être cuisinés ou apprêtés rapidement : sacs variés de légumes congelés, tomates en conserve, laitues lavées et prêtes à être consommées, jus de légumes, fromage râpé, poissons et légumineuses en conserve, etc.



■ Une fois par mois, passez une journée de la fin de semaine à cuisiner trois ou quatre plats à congeler. Et pourquoi ne pas le faire entre amis?

■ Doublez ou triplez les recettes. Congelez les surplus.

■ Découvrez les mets mijotés. On dépose les ingréd-

ients le matin dans la mijoteuse électrique, et un repas savoureux nous attend à l'arrivée à la maison.

■ Un souper vous demande moins de temps? Profitez-en pour préparer celui du lendemain.

■ Toujours avoir en tête l'équilibre à respecter dans l'assiette : légumes, protéines et féculents. Compléter avec un fruit et un produit laitier.

■ Apprêtez les restes. Avec les restes de légumes, de riz et de viande, on peut faire une soupe-repas. Il suffit d'ajouter un peu de bouillon (une tasse par personne) et des légumineuses s'il manque des protéines. En ajoutant une boîte de thon, on peut transformer des restes de pâtes et de légumes en salade-repas.

■ Idées de repas rapides et équilibrés : omelette aux légumes avec pain multigrain ; sauté de poulet ou de tofu avec riz et légumes congelés ; tortillas de blé entier avec lanières de poulet, salsa, fromage râpé et crudités ; soupe-repas à base de légumes et de lentilles avec pain de blé entier ; salade-repas à base de riz, bébés épinards, saumon en conserve ou restes de filets de saumon avec pain multigrain.

un bébé, puis un deuxième, à revendre le duplex et à déménager dans une maison jumelée de Mont-Royal. En 2005, après son congé de maternité, Isabelle Leclerc est de retour sur le marché du travail. Et elle n'a rien perdu de ses ambitions professionnelles.

Les couples qui mènent une double carrière professionnelle ne sont pas légion. Encore moins quand ils ont des enfants. Avec l'arrivée progressive de femmes aux postes de direction, ce type de couple pourrait bien se répandre au cours des prochaines années. Mais pour cela, les conjoints devront accepter de gérer un agenda surchargé conciliant travail et vie de famille. Un défi de taille quand on sait que les couples de travailleurs « normaux » en ont déjà plein les bras...

L'un des conjoints (la femme, en général) met souvent sa carrière en veilleuse ou occupe un poste moins exigeant le temps que les enfants grandissent. Les couples carriéristes, eux, font garder leurs petits et impartissent leurs tâches domestiques : cuisinière, ménagère, déneigeur, jardinier, nettoyeur du coin... Certains vont même jusqu'à confier l'achat de cadeaux à des entreprises de dépannage, comme Réponse-à-tout (voir « Travailleurs autonomes : le bilan », *Affaires PLUS*, juillet 2004)!

À défaut d'avoir du temps, ces couples ont de l'argent. Ils peuvent facilement dépenser 20 000 dollars par an pour recevoir de l'aide extérieure - dont une partie est déductible d'impôt. Mais il

y a parfois un tout autre prix à payer : celui de manquer les premiers pas de son enfant parce qu'on est en voyage d'affaires, par exemple...

Isabelle Leclerc souhaite devenir un jour associée chez Deloitte. Son mari, lui, veut atteindre des paliers de gestion supérieurs. Mais pas au détriment de Pierre-Alexandre, cinq ans, et Louis-Philippe, deux ans. Pour concilier le tout, le couple fait preuve d'organisation et d'équité. « Une femme ne peut avoir la même carrière que son mari si elle s'occupe seule de la gestion familiale », croit Marc-André Aubé.

Les Aubé-Leclerc ont choisi d'habiter sur l'île de Montréal et d'avoir une gardienne à domicile. Le matin, ils ne pressent pas leurs enfants pour les conduire à la garderie, pas plus qu'ils ne se précipitent à la garderie après le bureau. Lorsqu'ils arrivent chez eux, vers 18 heures, la famille n'a qu'à passer à table : la gardienne a préparé le repas.

Chaque semaine, une femme de ménage nettoie aussi leur maison et fait le lavage et le repassage. Le jeudi soir, la gardienne de jour passe le relais à celle du soir. Isabelle et Marc-André peuvent alors rester au bureau, participer à un 5 à 7 d'affaires ou faire une activité en couple. Par contre, les week-ends sont entièrement consacrés à la famille.

Avec trois fils, Sandrine Michard, vice-présidente communications corporatives chez L'Oréal Canada, est gestionnaire le jour... et le soir ! « Nous sommes une vraie PME ! » dit cette sympathique Française d'origine, au volant de sa camionnette familiale à huit places. Il est 18 heures et nous nous dirigeons vers la maison familiale, située à Mont-Royal. Bien calé dans son siège, Étienne, 10 ans, est silencieux.

Le BlackBerry sonne. C'est Pierre, le mari de Sandrine, qui l'appelle du bureau. Victor, un an, fait toujours de la fièvre. Aujourd'hui, le bambin n'est pas allé à la garderie en milieu familial. « Pierre a travaillé de la maison ce matin, explique Sandrine Michard, 39 ans. Notre nounou avait un cours de français. »

Sandrine Michard a embauché

Ivana en août 2006, après un congé de maternité de huit mois. La nounou, qui habite à la maison, est en poste cinq jours sur sept, à partir de 14 heures. Elle prépare notamment le souper suggéré par la maman, récupère les enfants à la garderie ou à l'école et s'en

occupe jusqu'au retour des parents, vers 19 heures. Au besoin, elle garde les garçons le soir.

À notre arrivée, Ivana a l'air épuisé. Sandrine Michard assure la relève. Pour elle, Ivana est un soutien « inestimable ». « Cela coûte cher (1300 dol-

lars par mois), mais cela nous évite du stress », dit-elle.

Et du stress, les cadres supérieurs en subissent beaucoup. D'après une étude publiée en 2006 dans le *Journal of Health and Social Behavior*, ces travailleurs sont davantage stressés par la conciliation travail-famille que les employés qui occupent des postes de niveau inférieur. S'ils bénéficient d'autonomie et de flexibilité dans leur travail, ils sont par contre à la merci de leurs clients. « Les cadres ont tendance à apporter du travail chez eux, dit Scott

« Quand on est libres le jeudi soir, on est portés à travailler plus longtemps au bureau plutôt qu'à aller au restaurant ensemble. » – Nicolas Savoie



Nicolas Savoie, vice-président, développement des affaires, Astral Media, et Anne Ménard, directrice en ressources humaines à la Banque Nationale

La course d'obstacles des femmes carriéristes

Plus du tiers des mères se disent stressées, par rapport à 20% des femmes sans enfants, d'après une enquête de Statistique Canada, publiée en 2000. Chez les hommes, la proportion est de 26%, qu'ils aient ou non une famille!

Cette situation tient au fait que « la gestion familiale (achat des vêtements, inscription scolaire, rendez-vous) revient encore plutôt aux femmes », d'après Diane Gabrielle Tremblay, spécialiste de la conciliation travail-famille et professeure à la Télé-université de l'UQAM. Les hommes participent davantage qu'autrefois à l'éducation des enfants et aux tâches domestiques, comme les courses. Mais beaucoup comptent sur leur femme pour dresser la liste d'épicerie!

« Dans les mentalités, la famille demeure encore la responsabilité première des femmes », dit Francine Descarries, professeure au Département de sociologie et à l'Institut de recherches et d'études féministes de l'UQAM. C'est aux femmes de se débarrasser de ce carcan. Anne Ménard apprend à déléguer des tâches à son conjoint. « Je le laisse faire les repas, même si c'est plus long, dit-elle. Le lavage aussi, même si je l'ai un peu aidé pour la méthode! »

Schieman, coauteur de l'étude et professeur associé au Département de sociologie de l'Université de Toronto. Avec le BlackBerry et le téléphone cellulaire, la frontière entre le bureau et la maison est devenue floue.»

Au cours de sa carrière, Julie Chenette, une avocate de 43 ans, a travaillé le jour, le soir et la fin de semaine. Autrefois associée dans un grand cabinet de Montréal, cette mère de deux enfants a pratiquement toujours passé

plus d'heures au bureau que son mari, avocat en entreprise.

Pantalon de cuir, l'air assuré, Julie Chenette s'assume : femme de carrière, elle n'est pas une « mère parfaite, selon les livres ». Non, elle n'a pas cuisiné de purée maison pour ses bébés. Oui, ses « enfants mangent du *Kraft Dinner* ». Et oui, elle a peut-être manqué leurs deux premiers pas, mais elle a vu ceux qui ont suivi.

« Je n'ai jamais ressenti de culpabi-

lité, dit cette avocate, qui a récemment lancé sa société, Boutique De Litige. Je juge que je suis un modèle plus intéressant pour mes enfants en menant une carrière, parce que c'est ce qui me rend heureuse. »

Il reste que Julie Chenette a toujours été présente aux événements importants à ses yeux, comme les spectacles de musique, les rendez-vous redoutés chez le dentiste et la révision de la sempiternelle dictée du jeudi.

Cet équilibre travail-famille, dans lequel elle est parfaitement à l'aise, elle a pu l'atteindre grâce à sa « gardienne à tout faire » (cuisine, lavage, repassage, jardinage, reprisage, courses, etc.) et à son conjoint, François Bouthillier, un « papa poule » à la carrière moins prenante. D'après Julie Chenette, ce dernier assume 80 % des quelques corvées restantes. De quoi faire des jalouses ! (Voir l'encadré « La course d'obstacles des femmes carriéristes », page 53) « Pour avoir du temps de qualité avec les enfants, nous avons sacrifié la BMW », dit Julie Chenette, qui roule tout de même en Volvo depuis maintenant un an.



Julie Chenette et François Bouthillier, tous les deux avocats

« Je n'ai jamais ressenti de culpabilité. Je juge que je suis un modèle plus intéressant pour mes enfants en menant une carrière, parce que c'est ce qui me rend heureuse. »

– Julie Chenette

Dans les couples moyens, les femmes consacrent aux tâches domestiques deux fois plus de temps que leur conjoint. Les professionnelles ayant un revenu élevé ont donc tout intérêt à se servir de leur marge de manœuvre financière pour embaucher une aide extérieure, à qui elles délèguent le « surplus » de tâches qui leur revient traditionnellement. Selon une analyse de Statistique Canada publiée en 2003, un ménage dont le revenu provient à 75 % de l'épouse a près de deux fois plus de chances de recourir à des services de soutien domestique qu'un ménage dont le revenu provient à 75 % de l'époux.

Déléguer des tâches familiales, c'est bien beau, mais on ne peut pas « tout impartir, croit Nicolas Savoie. Il faut être présent à la maison », dit-il. Sa conjointe, Anne Ménard, et lui ont décidé d'envoyer leurs fils dans un CPE (Centre de la petite enfance), ce qui leur permet de rencontrer des enfants de tous les milieux. Adrien, deux ans, et Manuel, quatre ans, se font aussi garder un soir par semaine. En période de pointe, ce couple carriériste fait appel à l'« escouade grands-parents », qui débarque à la maison pour trois ou quatre jours. Une organisation qui tient la route tant que les enfants n'attrapent pas un virus au CPE...

Il n'y a pas si longtemps, Nicolas Savoie, alors directeur principal au cabinet Secor Conseil, travaillait pourtant plus de 70 heures par semaine. Il participait à la « routine repas, jeux, bain et dodo », mais se replon-

Le gardiennage

Le truc de :

■ **Isabelle et Marc-André** : lorsqu'ils avaient moins de sous, ils embauchaient une gardienne à domicile conjointement avec une autre famille de leur quartier, et ils alternaient le lieu de garde chaque semaine.

■ **Geneviève Séguin, experte-conseil en ressources humaines chez Arinso Canada, et Mathieu Devinat, professeur en droit à l'Université de Sherbrooke** : un vendredi soir sur deux, ils gardent la fille d'un couple d'amis. Celle-ci reste souvent à coucher. C'est la fête pour les petits et pour les parents libres d'enfants, qui peuvent se retrouver. Le vendredi suivant, c'est au tour de Mathieu et de Geneviève d'en profiter. Et cela ne leur coûte pas un sou !

■ **Sandrine et Pierre** : avant d'avoir une nounou, le couple pouvait compter sur une gardienne pour récupérer les enfants à la garderie ou à l'école et s'en occuper jusqu'à leur retour. Fini, les amendes de retard de la garderie !



NOUS VOUS AIDONS À Y VOIR PLUS CLAIR

Face à certains types de produits ou de services financiers, il arrive que vous ne sachiez plus où donner de la tête. Vous cherchez des renseignements? Consultez notre site Web ou appelez-nous. Dans le cadre de notre mandat, nous ferons une lecture objective et transparente des sujets qui vous préoccupent.



**AUTORITÉ
DES MARCHÉS
FINANCIERS**

INFORMER. ENCADRER. PROTÉGER.

Québec: 418.525.0311 Montréal: 514.395.0311
Sans frais: 1.866.526.0311 www.lautorite.qc.ca

Pour trouver une aide familiale (nounou) à domicile :

Le processus d'embauche dure de six à douze mois, d'après Stéphanie Séguin, avocate et propriétaire de l'agence de placement Les Services Regency Nannies, située à Mont-Royal. Logées au domicile familial, les aides familiales immigrées, par exemple, des Philippines, dans le cadre du « Programme des aides familiaux résidents pour les employeurs et les aides familiaux étrangers » de Citoyenneté et Immigration Canada (CIC). Après deux années de travail, ces gouvernantes peuvent présenter une demande de résidence permanente au Canada.



Les parents doivent payer des frais de 175 dollars pour que le gouvernement du Québec traite la demande de certificat d'acceptation de travail temporaire de la nounou. Celle-ci doit ensuite se procurer un permis de travail du CIC, délivré pour 150 dollars, dont les frais peuvent être assumés par l'employeur. S'y ajoutent ceux de l'agence à laquelle on s'adresse éventuellement. Chez Services Regency Nannies, ce montant s'élève à 600 dollars.

Logées et nourries, les aides familiales reçoivent le salaire minimum, fixé à 7,75 dollars au Québec. Les heures supplémentaires doivent être payées à temps et demi, les nounous étant, comme les autres travailleurs, protégées par la « Loi sur les normes du travail ». L'employeur doit, en vertu de son contrat, faciliter l'accès à des cours de français à sa nounou, et donc éviter de modifier son horaire de travail.

Pour ne pas être victime de fraude, il vaut mieux s'assurer que l'agence en question est inscrite au Registre des entreprises du Québec et visiter ses bureaux. Il est aussi utile d'obtenir des références auprès d'amis et de connaissances qui ont connu de bonnes expériences. Enfin, l'Association des aides familiales du Québec peut aussi mettre les familles en contact avec une nounou à la recherche d'un emploi.

geait, dès 21 heures, dans ses dossiers jusqu'à tard dans la nuit... Une situation intenable depuis le retour au travail de sa femme après son congé de maternité.

En 2006, Nicolas Savoie est devenu vice-président développement des affaires chez Astral Media. Ce poste en entreprise, qui constitue une promotion, lui permet de mieux gérer son horaire. Le jour de l'entrevue, en novembre dernier, il a d'ailleurs conduit ses fils à leur CPE du quartier Rosemont dans une voiturette d'enfant. Cette promenade, d'une quinzaine de minutes, les a ravis. « Ma plus grande présence a un impact positif sur mes fils », estime ce père de 33 ans, qui a milité pour la conciliation travail-famille alors qu'il était président de la Jeune Chambre de commerce de Montréal, de 2003 à 2004.

On se renvoie l'ascenseur

Directrice en ressources humaines à la Banque Nationale, Anne Ménard constate que sa carrière progresse à un rythme « un peu moins rapide » qu'elle ne l'aurait souhaité. « Mais on ne peut pas tout avoir », dit cette femme de 35 ans, qui a récemment pris deux congés de maternité.

Une carrière, c'est long, fait remarquer Sandrine Michard. L'un des conjoints doit parfois ralentir sa progression au profit de celle de l'autre. En 2002, elle a quitté le Groupe L'Oréal, à Paris, pour L'Oréal Canada. Mari et enfants l'ont suivie au Québec. Pierre est demeuré un an à la maison avant de trouver un emploi. Aujourd'hui, il a un nouveau travail qui le passionne. « Cet

été, j'ai refusé un poste de direction bien en vue au siège social du Groupe L'Oréal, dit Sandrine Michard. C'était au tour de mon mari de profiter d'une occasion de carrière. »

Les couples que nous avons rencontrés semblent maîtres de leur situation. Ils travaillent fort au bureau, s'occupent au mieux de leur famille et organisent des soupers entre amis. Certains trouvent même le temps de s'entraîner : cet été, le couple Aubé-Leclerc a dirigé l'équipe de soccer de leur aîné!

Dans le tourbillon du quotidien, ces professionnels échappent toutefois des balles. Le jour de l'entrevue, Sandrine Michard a complètement oublié son rendez-vous chez le banquier. Nicolas Savoie et Anne Ménard, eux, reconnaissent ne pas accorder suffisamment de temps à leur couple. « Quand on est libres le jeudi soir, on est portés à travailler plus longtemps au bureau plutôt qu'à aller au restaurant ensemble », dit Nicolas Savoie.

« Quand on bâtit sa carrière et sa famille, le couple est vite délaissé », confirme Julie Chenette, qui passe maintenant plus de temps avec son conjoint, Myriam et Simon étant âgés de onze et neuf ans.

Chaque année ou presque, Julie et François ont néanmoins pris une semaine de vacances en couple, laissant leurs enfants aux bons soins des grands-parents. Sandrine et Pierre font de même pendant deux ou trois semaines.

Ces moments d'intimité permettent aux conjoints de se retrouver. Mais les vacances sont aussi l'occasion de réfléchir à sa carrière, selon Lucie Charbonneau, coach chez CDC Coaching. « Chaque année, nous devons définir nos objectifs personnels et nos priorités, et en discuter ensemble, dit-elle. Cela ne se fait pas entre deux portes ou à l'heure du souper. »

Avocate et mère de deux jeunes enfants, Pascale Pageau a longuement discuté avec son conjoint avant de quitter son emploi dans un cabinet

prestigieux pour lancer, en 2005, De-
legatus services juridiques. Ce « cabi-
net virtuel », qui s'adresse à des entre-
prises et à d'autres firmes
d'avocats, offre des tarifs
moins élevés, puisqu'il ne
possède pas de bureau :
Pascale Pageau et ses col-
lègues travaillent le plus
souvent chez eux ou chez
les clients. « Lancer De-
legatus constituait un
risque, dit cette femme
chaleureuse au visage
rond et à la crinière
brune. Mais c'était un
moyen de concilier le tra-
vail et la famille. »

Pascale Pageau, qui habite à Deux-
Montagnes, en banlieue de Montréal,
économise du temps de transport et
gagne en flexibilité. Elle assume main-

tenant la majorité des tâches fami-
liales, comme il a été convenu avec son
conjoint, avocat chez Desjardins Du-

Malgré cette vie de fous, cette avocate
fait preuve d'un enthousiasme désar-
mant. En 2006, elle a reçu le prix « Jeune

Professionnel du Qué-
bec » lors du concours
provincial Arista-BMO
de la Jeune Chambre de
commerce de Montréal.
Trois autres avocates dé-
jà mères ou souhaitant
l'être prochainement tra-
vaillent maintenant au
sein de Delegatus.

« Il ne faut pas se priver
d'avoir des enfants à cause
d'une carrière, dit Pascale
Pageau. Il y a toujours une
façon de s'arranger. » Les

Une gardienne à domicile :

Combien ça coûte : 8 à 12 dollars de l'heure.

Comment la trouver : bouche-à-oreille, agence de placement, SOS Réseau
Soleil (un organisme sans but lucratif qui jumelle famille et gardiennes).

Quelques liens :

- Association des aides familiales du Québec : <http://www.aafq.ca/>
- SOS Réseau Soleil : <http://www.sosreseausoleil.ca/>
- Agence R&R : <http://www.gardiennedenfants.com/fr/index.html>
- Les Services Regency Nannies : <http://www.regency-nannies.com/>

Pageau-Desroches ont trouvé leur solu-
tion, qu'ils partagent avec d'autres. Ga-
geons qu'ils la mettront à l'épreuve sous
peu : ils veulent quatre enfants. **AP**