

## **L'entraide comme moteur de développement personnel et professionnel**

### **Le pouvoir des réseaux de femmes**

*Octobre 2025, Ilona LEROY Pôle Local Grenoble Femmes des IEP*

#### *Un réseau féminin, c'est quoi ?*

Un réseau féminin est une organisation structurée qui regroupe des femmes d'intérêts et de valeurs communes. Ces réseaux prennent différentes formes au sein des entreprises, des associations professionnelles, des institutions publiques, à l'échelle locale, nationale ou voire internationale. L'objectif est de:

- Créer un espace de partage d'expériences, de conseil, de développement personnel et professionnel;
- Briser l'isolement face à des problématiques communes,
- Créer des opportunités et impulser un changement durable vers plus d'égalité dans notre société.

#### *L'évolution des réseaux féminins*

En France, les réseaux féminins connaissent une croissance constante. Cette évolution s'inscrit dans un contexte de changements réglementaires et de politiques publiques favorables, tels que la législation sur la parité et les quotas, les politiques de responsabilité sociétale des entreprises, ainsi que les initiatives incitatives (subventions, programmes étatiques ou des collectivités territoriales) en faveur de l'égalité professionnelle. Depuis les années 2010, on remarque une forte "demande sociale", voire une "pression sociétale" croissante, alimentée par l'intensification de la lutte pour l'égalité et la sensibilisation aux stéréotypes et violences sexistes et sexuelles. Ces dynamiques créent un environnement particulièrement favorable à l'émergence et au renforcement des réseaux de solidarité féminine.

#### *Des réseaux féminins, mais pour quoi ?*

*"Le réseau ce sont des relations créées avec des personnes, pas forcément dans un but professionnel mais il peut aussi permettre de tisser des liens pour se booster mutuellement. Le réseau c'est une façon de s'inspirer de personnes et de parcours. Un réseau féminin, c'est d'autant plus d'entraide, de mise en avant de profils inspirants, souvent manquant dans un système qui promeut presque automatiquement les hommes. Construire le réseau de Femmes des IEP c'est nous permettre d'avoir un repère commun, une communauté qui nous ressemble nous, les femmes des IEP." Appoline DELMAS MARTINEZ, Pôle Strasbourg Femmes des IEP*

#### **- Créer un espace de soutien mutuel face aux problématiques communes**

Les réseaux féminins sont des espaces de confiance où des femmes, à différentes étapes de leur vie, peuvent échanger sur leur développement personnel et/ou professionnel. Ils brisent l'isolement en libérant la parole pour trouver des solutions face à des problématiques de la vie quotidienne, d'équilibre professionnel. Le réseau peut être aussi un endroit où l'on se forme sur son positionnement en tant que femme dans la société, dans une entreprise, où l'on débat sur des solutions face au sexism, au syndrome de l'imposteur, aux normes actuelles de société.

*"Quand je suis devenue consultante freelance en 2023, je me suis tournée vers des femmes entrepreneures dans le réseau pour obtenir des conseils. Quand j'ai quitté l'IdF pour Montpellier en 2024, j'ai retrouvé une membre du bureau dans ma nouvelle ville. En d'autres termes, le réseau m'a encouragée dans des moments clés de ma vie professionnelle et personnelle."* Anifa HASSANI, adhérente Femmes des IEP depuis 5 ans et basée à Montpellier.

### **- Dépasser les barrières, briser le plafond de verre**

Au sein des réseaux féminins, on invite à se questionner sur les barrières structurelles de notre société ou de nos entreprises.

OUI, en tant que femmes, vous avez le droit d'être ambitieuse, d'exprimer vos besoins, de demander des augmentations, d'oser, de vous exprimer, d'avoir un avis, des responsabilités. Grâce à la création d'événements, de conférences, de workshop, les réseaux féminins peuvent proposer et participer à la mise en place d'actions concrètes contre le sexisme et les discriminations. Ils mettent en lumière des faits inscrits aujourd'hui dans la normalité et qui peuvent être de réels reflets de biais cognitifs, de stéréotypes sexistes et voire de discrimination. Les réseaux féminins au sein des entreprises peuvent devenir de réels moteurs d'actions concrètes à mettre en place afin de répondre aux enjeux de diversité et briser le plafond de verre.

### **- Développer le mentorat/marrainage et des opportunités de carrière**

Qui dit réseau, dit aussi échange d'opportunités professionnelles. Les réseaux féminins sont un réel levier pour développer sa carrière professionnelle, son positionnement, son équilibre vie professionnelle et personnelle. Ce sont des lieux d'échange intergénérationnel où l'on partage ses connaissances, ses compétences notamment dans le cadre de mentorat où une personne expérimentée accompagne une autre personne qui souhaite progresser dans sa carrière et obtenir des conseils. En parallèle, des ateliers de montée en compétence peuvent être organisés afin d'enrichir son développement personnel et professionnel, de travailler son profil et de rester compétitif, face aux évolutions du marché du travail.

*"Mon dernier emploi je l'ai trouvé grâce à une amie, que j'avais un peu perdue de vue mais que je suivais sur Linkedin qui s'est avérée travailler pour un grand groupe dans le recrutement, qui a partagé mon CV à l'intérieur dans son entreprise, suite à son message, j'étais rappelée 2 jours après"* Laurine BOUCHON, Pôle Local Grenoble de Femmes des IEP.

En conclusion, les réseaux féminins sont des leviers pour le développement personnel et professionnel, une plus grande équité au sein de notre société, un environnement de travail plus inclusif. Ils permettent de se regrouper autour de valeurs et d'intérêts communs.

### **Pourquoi rejoindre Femmes des IEP ?**

Femmes des IEP est un réseau de femmes, pour les femmes, qui a pour but de mettre les femmes en lien : nous tissons des liens entre les générations de diplômées et étudiantes des IEP, entre les

promotions, entre les campus. A tous les niveaux, nous bénéficions des lumières d'autres diplômées et étudiantes. L'association possède différents pôles dans différentes villes de France où des conférences, des ateliers peuvent être organisés sur les enjeux de l'égalité professionnelle.

*"Rejoindre Femmes des IEP, c'est intégrer une communauté sorore et soudée, rencontrer des femmes brillantes et fortes pour se développer professionnellement et humainement".* Elena RICHARD, Co-présidente de Femmes des IEP.

Pour plus d'informations sur l'association : suivez-nous sur [LinkedIn](#) ou [Instagram](#).

Adhérer à Femmes des IEP pour intégrer notre réseau et participer à nos ateliers : [Cliquez ici](#)