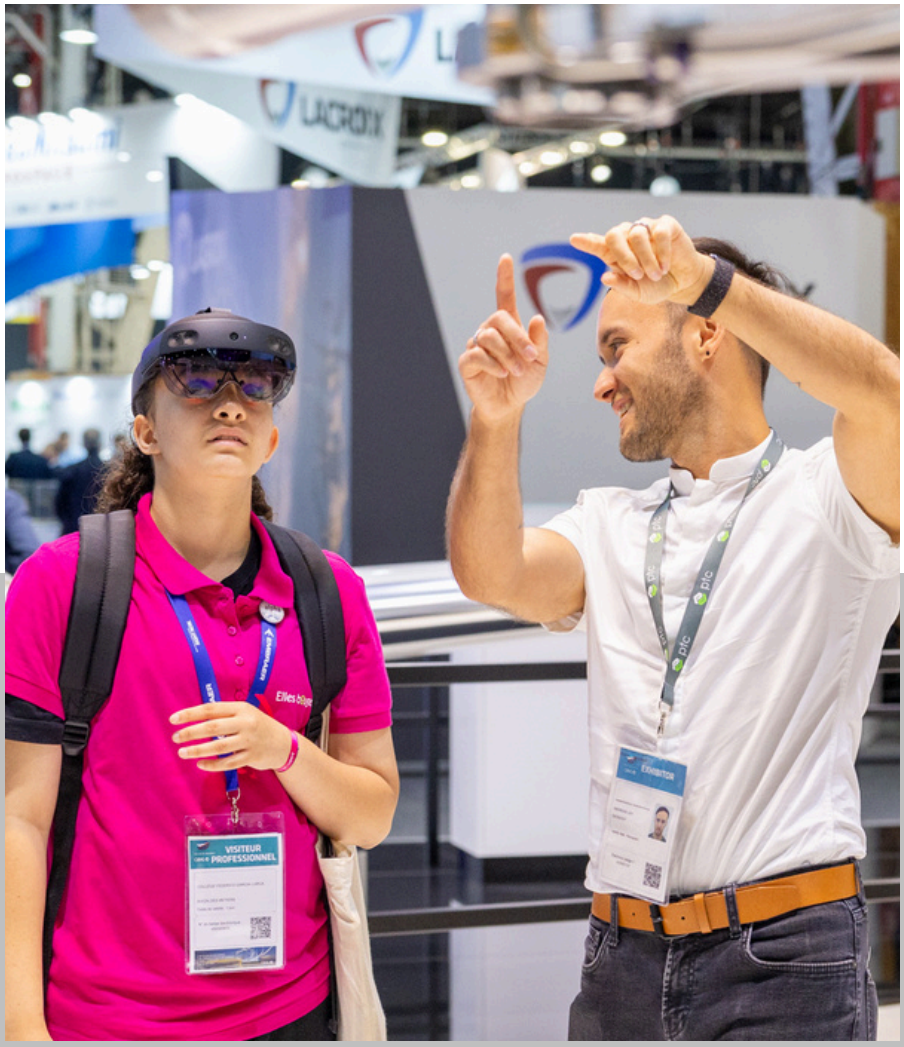



# LE GUIDE DU *Relais* 2025

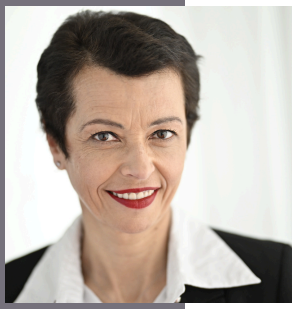
Elles bougent

Un réseau de plus de 2 740 relais

# le SOMMAIRE


03 Edito
04 Présentation
05 Organisation
06 Partenaires
07 Etablissements membres
08 Différents profils
09 Relais Elles bougent
11 10 conseils pour une intervention réussie
12 Grands événements
13 Comment participer ?
14 Ressources utiles

# EDITO



Valérie BRUSSEAU

## LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers Relais Elles bougent,
L'association Elles bougent c'est avant tout une aventure collective, notre aventure, votre aventure de Relais Elles bougent pour transmettre la passion de nos métiers d'ingénieures et susciter des vocations scientifiques auprès des jeunes filles. Que serait elles bougent sans vous les relais, sans votre enthousiasme, sans votre implication, sans votre motivation pour sans cesse relayer dans nos évènements le beau message que les femmes ont leur place et peuvent s'épanouir dans les carrières scientifiques et techniques. Vous êtes la courroie de transmission porteuses de nos valeurs Elles bougent, porteurs d'une mission sociétale qui fait que demain notre industrie doit avoir plus de talents féminins. En tant que Présidente de l'association, je voulais vous remercier pour tout ce que nous avons construit avec vous tous et pour toutes les belles pages qui nous restent à écrire ensemble pour déconstruire les stéréotypes.

# *L'association* Elles bougent

Depuis 2005, l'association Elles bougent, fondée par Marie-Sophie Pawlak ingénieure de formation, fait découvrir aux collégiennes, lycéennes et étudiantes les métiers passionnants d'ingénieures et de techniciennes dans tous les secteurs industriels ou technologiques en manque de talents féminins : l'automobile, l'aérospatial, le bâtiment, l'énergie, le ferroviaire, le maritime, le numérique, etc.

Association d'intérêt général et parrainée par 6 ministères, Elles bougent réunit 26 délégations en France métropolitaine, outre-mer et à l'international.
Avec 346 partenaires entreprises, institutionnels et établissements de l'enseignement supérieur, l'association compte plus de 14 150 marraines et relais.
A l'aide de ce réseau l'association organise plus de 1000 actions par an et sensibilise 45 000 jeunes filles. On compte aujourd'hui 1 951collèges et lycées inscrits au club.

La Présidente est Valérie Brusseau, Product GROUP R&D Director chez Valeo, et son Président d'honneur,  Pierre Éric Pommellet, PDG de Naval Group.

# Notre ORGANISATION

## LE BUREAU ET LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Le Conseil d'Administration a pour rôle de déterminer les orientations stratégiques de l'association, veiller à leur mise en œuvre, approuver les comptes, nommer le ou la Président.e et déterminer l'ordre du jour de l'Assemblée générale.
Sous son contrôle, les membres du Bureau assurent le bon fonctionnement de l'association.

## L'ÉQUIPE SIÈGE

L'Equipe Siège est située en Ile-de-France à Nanterre.
Elle assure les fonctions de gestion, animation et coordination des 26 délégations régionales et 2 délégations internationales et des milliers de bénévoles en France et à l'international.
Elle est dirigée par la Directrice Générale et comprend un pôle événementiel, un pôle communication, un pôle partenariats et un pôle administratif. L'organigramme est disponible sur notre site.

Découvrez les membres du Bureau, du Conseil d'Administration et de l'Equipe Siège

## NOS DÉLÉGUÉ.ES EN RÉGION ET À L' INTERNATIONAL

En raison du succès croissant de l'association et pour plus de proximité, le conseil d'administration d'Elles bougent a décidé en 2012 de créer des délégations régionales.
Les délégué.es en région et à l'international sont les référents sur leur territoire. Ils déploient le calendrier événementiel annuel et animent en parallèle un calendrier d'actions régionales. En 2024 Elles bougent compte 26 délégations en France métropolitaine et territoires d'outre mer ainsi que 2 délégations à l'international au Maroc et en Belgique.

Trouvez votre contact en région

# Les PARTENAIRES

Chacun de nos partenaires est engagé pour privilégier la diversité des talents au sein des entreprises et formations. Ces partenaires font vivre l'association en participant aux actions Elles bougent, en proposant des évènements sur leurs sites, en mobilisant leurs collaboratrices et collaborateurs et en communiquant sur leur engagement avec Elles bougent.

## LES CATÉGORIES DE PARTENAIRES

- ENTREPRISES
- ÉCOLES DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR
- FÉDÉRATIONS
- ORGANISMES INSTITUTIONNELS
- ASSOCIATIONS AMIES

## LES SECTEURS REPRÉSENTÉS

Aéronautique
Agroalimentaire
Automobile
Chimie
Construction et Bâtiment
Défense
Electronique
Energie
Environnement
Ferroviaire
Finances
Ingénierie et conseil
Maritime
Métallurgie
Numérique
Robotique
Spatial
Télécommunication

*Elles bougent compte 346 partenaires.*

Découvrez la liste des partenaires

# Les ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

## LE CLUB COLLÈGES ET LYCÉES

Les établissements du secondaire s'inscrivent librement et gratuitement sur notre site pour pouvoir participer aux actions Elles bougent, menées dans toute la France et à l'International.
Une charte est signée par le ou la responsable de l'établissement.

## LE HUB ÉDUCATIF

Le personnel enseignant peut s'engager à titre individuel et participer à des actions EB en s'inscrivant au Hub éducatif afin d'être informé.e des actions qui se tiendront sur son territoire.

Découvrez les établissements membres

*Elles bougent compte 1 951 établissements membres.*

## LES ÉTABLISSEMENTS DU SECONDAIRE À L'ÉTRANGER

Grâce à nos partenariats avec l'AEFE (Agence des établissements Français à l'Etranger) et l'AUF (Agence Universitaire de la Francophonie) nous mobilisons des groupes de jeunes filles dans les collèges et les lycées français à l'étranger afin qu'elles participent aux évènements proposés par nos partenaires et leurs filiales.

## LES CIBLES

### LES PRIMAIRES

L'objectif est de débuter la déconstruction des stéréotypes de genres qui pèsent sur les métiers et leur transmettre le goût des sciences et des mathématiques.

### LES COLLÉGIENNES

L'objectif est de leur faire découvrir des métiers invisibles et de leur présenter des rôles models auxquels elles pourront s'identifier.

### LES LYCÉENNES

Il s'agit de leur présenter les avantages des carrières d'ingénieure ou de technicienne et de leur donner l'ambition de suivre un parcours postbac dans ces filières.

### LES ÉTUDIANTES

Le but est de leur apporter des conseils sur les spécialisations et de les aider à se créer un réseau professionnel qui pourra favoriser leur insertion professionnelle.

# Les DIFFÉRENTS ACTEURS/ACTRICES

## LE PILOTE OPÉRATIONNEL

Véritable référent entre Elles bougent et le partenaire. Il est en charge d'animer la communauté de marraines et relais au sein de son organisation. Ses attributions incluent :

- Recrutement des marraines et relais au sein de son entité
- Validation des inscriptions,
- Communication sur les actions Elles bougent (dates d'inscription, calendrier événementiel...)

## LES MARRAINES

Les marraines Elles bougent sont des femmes ingénieures, techniciennes ou ayant suivi une formation scientifique.
Le rôle des marraines est de témoigner de leur métier, leur formation, leur carrière.
Lors des moments d'échanges avec les filles, elles deviennent des "rôles modèles" pour les filles. Ainsi les filles peuvent se projeter sur ces métiers et réalisent que ces métiers sont passionnants et accessibles aux femmes.

## LES ÉTUDIANTES

Les étudiantes en parcours scientifique ou technique dans les écoles de l'enseignement supérieur partenaires d'Elles bougent ont un double rôle :

1. Elles bénéficient des rencontres avec les marraines et relais lors des évènements pour avancer sur leur projet de carrière et se créer un réseau professionnel
2. Elles partagent leur expérience auprès des collégiennes et lycéennes au cours des rencontres.

## ET LES RELAIS...

# Les RELAIS ELLES BOUGENT

## PROFIL

Le relais Elles bougent est une personne qui souhaite s'engager pour promouvoir les métiers et carrières scientifiques et techniques auprès des filles.

Cette catégorie regroupe :

- Les hommes ingénieurs ou techniciens disposant d'une formation technique ou scientifique et souhaitant s'impliquer et témoigner auprès des filles de leur métier et parcours.
- Les femmes et hommes travaillant sur les fonctions support (RH, RSE, Communication)

Le relais est membre d'une entreprise, fédération, institution ou établissement d'enseignement (secondaire ou supérieur) partenaire d'Elles bougent.

## L'ENGAGEMENT DU RELAIS

Cet engagement est basé sur le volontariat, il dépend essentiellement de l'envie de chacun.e de s'impliquer et surtout de sa disponibilité.

Vous décidez donc librement (en lien avec le pilote opérationnel de votre entreprise et votre management) de votre participation à une action Elles bougent.

Devenir Relais

Par soucis d'équité, il est attendu que tous les intervenants, au même titre que les enseignants et les élèves, respectent le principe de laïcité lors de leur intervention au sein des établissements scolaires

# Les RELAIS ELLES BOUGENT

## LE RÔLE DU RELAIS

Selon leur profil, le rôle du relais diffère légèrement. L'objectif quant à lui demeure identique : Transmettre la passion, Susciter des vocations.

Un relais technicien ou ingénieur aura pour rôle de témoigner de son métiers, de son parcours et de son expérience. Il pourra aborder les sujets de mixité, égalité et expliquer son engagement avec Elles bougent.

Un relais travaillant sur les fonctions support aura pour rôle de communiquer sur les métiers pour lesquels son entreprise n'a pas (ou peu) de candidature féminine et d'expliquer pourquoi ces carrières sont également intéressantes pour les femmes. Il s'agira de déconstruire les stéréotypes qui pèsent sur ces métiers et de donner envie aux filles de s'y intéresser.

## LE BADGE RELAIS

Ce badge « relais » vous accompagnera dans toutes vos interventions Elles bougent.

Il vous permet d'être facilement identifié sur les actions Elles bougent ainsi que sur les photos.

Vous pouvez en faire la demande auprès de votre pilote opérationnel, votre délégation régionale ou auprès de l'équipe siège.

*Elles bougent compte 2 410 relais*

# *10 conseils pour*
# UNE INTERVENTION RÉUSSIE

Les primaires sont un public avec une énergie débordante qu'il vous faudra essayer de canaliser. Les collégiennes et lycéennes quant à elles sont souvent un public plus réservé et distant. Il vous faudra parfois faire preuve de persévérance et de détermination pour capter leur attention, voici quelques conseils pour vous accompagner dans votre témoignage.

| | RELAIS TECHNICIEN OU INGÉNIEUR | RELAIS FONCTION SUPPORT |
|---|---|---|
| 1 | Féminisez l'intitulé des métiers que vous présenterez. (technicienne / Cheffe de projet / Conductrice de travaux / Ingénieure) | |
| 2 | Témoigner de votre parcours scolaire -> Les étapes ? qu'est ce qui vous a motivé/aidé à vous orienter ? | Indiquez les niveaux de formation attendus et les parcours d'éducation possibles. |
| 3 | Identifiez les points clés de votre parcours afin de structurer votre discours. | Informer sur les différents parcours professionnels d'accès au poste puis les possibilités de carrières. |
| 4 | Mettez l'accent sur ce qui vous plait dans votre métier. Citez les avantages dont vous bénéficiez (télétravail, voyages, rémunération). | Expliquez l'importance de ce métier pour votre entreprise. Citez les avantages de ce métier. |
| 5 | Veillez à garder la présentation de votre entreprise claire et concise. | |
| 6 | Créez un échange participatif avec des anecdotes, des questions, des objets ou des visuels. Essayez de créer du lien avec les filles présentes. | |
| 7 | Faites le pont entre votre vie pro et vie perso - comment vous conjuguez vos passions et vos impératifs familiaux avec votre métier et vos responsabilités ? | Informer sur les mesures prises par votre entreprise pour que les femmes puissent pratiquer ce métier et ne pas empiéter sur leur vie familial. |
| 8 | Adapter votre discours afin qu'il soit accessible, simple et compréhensible à tout niveau (exercez vous sur des jeunes dans votre entourage). | |
| 9 | Soyez prêt.e à aborder plusieurs sujets sans tabou (sexisme, salaire, stéréotypes...). | |
| 10 | Portez votre badge relais et profitez de l'échange ! | |

*Par soucis d'équité, il est attendu que tous les intervenants, au même titre que les enseignants et les élèves, respectent le principe de laicité lors de leur intervention au sein des établissements scolaires

# Les GRANDS EVÈNEMENTS

## ELLES BOUGENT POUR L'ORIENTATION

### INTERVENEZ DANS LES ÉTABLISSEMENTS DU SECOND DEGRÉ

Cet évènement propose aux établissements du second degré, dans toute la France et à l'international, d'ouvrir leur porte sur une journée définie afin d'accueillir les témoignages de Marraines Elles bougent. Quiz, tables rondes et autres animations sont également organisés lors de cette journée

## LE FORUM RÉSEAUX ET CARRIÈRES AU FÉMININ

### ATTIREZ ET RECRUTEZ

Evénement incontournable d'Elles bougent, le Forum Réseaux et Carrières au Féminin réunit chaque année les recruteur.e.s de nos entreprises partenaires, des marraines et relais engagé.es, des étudiantes en fin de cycle, des jeunes diplômées, des femmes en recherche d'emploi, avec un cursus scientifique et des femmes en reconversion professionnelle.

## LES ÉVÉNEMENTS EN RÉGION

### FORUMS DES MÉTIERS, INNOVATECH COLLÈGES, AFTERWORKS, SALONS, TOUR DE FRANCE FEMMES ET BIEN D'AUTRES !

Découvrez tous les événements dans votre région

## LES ÉVÈNEMENTS SECTORIELS

### ORGANISEZ UN ÉVÉNEMENT SUR VOTRE SITE

Lors de ces évènements, un ou plusieurs secteurs de l'Industrie sont mis en lumière. Les partenaires entreprises, fédérations et écoles de l'enseignement supérieur accueillent des collégiennes, lycéennes et étudiantes au sein de leur organisation afin qu'elles rencontrent des marraines/relais et découvrent leur parcours professionnel, scolaire et personnel.

## ELLES BOUGENT EN PRIMAIRE

### INTERVENEZ AUPRÈS D'UNE CLASSE POUR DÉCONSTRUIRE LES STÉRÉOTYPES DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE

L'action Elles bougent en primaire se déroule en 3 temps :

1. une animation en classe autour des concepts de mixité, égalité et parité, puis découverte des métiers d'ingénieur.e et de technicien.ne
2. une visite d'entreprise ou école de l'enseignement supérieur
3. une restitution des élèves en classe avec les parents

# *Comment* PARTICIPER ?

La plupart des évènements sont organisés pendant la semaine, éventuellement les week-ends pour les forums, les courses ou les salons professionnels.
La nature de l'action, le lieu, la date et sa durée sont précisés dans la communication de chaque événement.
Toutes les informations sur nos évènements à venir sont publiées sur notre site.
Pour être tenu.e informé.e des actualités et des opportunités du réseau, n'oubliez pas de cocher la case "newsletter" et "mailing" dans votre profil.

## COMMUNICATION ÉVÈNEMENTIELLE

Le calendrier événementiel annuel est téléchargeable sur la page d'accueil de notre site et mis à jour régulièrement. Les événements en région sont accessibles via l'onglet "région" de notre site, puis sélectionner la région de votre choix et cliquer sur "calendrier".
Lors du lancement d'un événement national, la communication est d'abord lancée auprès des pilotes opérationnels de vos entreprises. Ce sont eux qui vous informent des événements à venir et des dates d'inscription. Dans le cadre des événements en région, vous recevrez les informations directement de la part des délégations régionales ou bien via votre pilote opérationnel.

### ÉVÉNEMENTS NATIONAUX

### ÉVÉNEMENTS REGIONAUX

VOUS AVEZ REPÉRÉ UN ÉVÈNEMENT AUQUEL VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER MAIS VOUS N'AVEZ PAS ÉTÉ SOLLICITÉE PAR LE PILOTE OPÉRATIONNEL ?
VOUS SOUHAITEZ MENER UNE ACTION ELLES BOUGENT DANS UN ÉTABLISSEMENT ?
N'hésitez pas à contacter le pilote opérationnel de votre entreprise ou à contacter la délégation régionale pour tout soutien (voir page 5) .

# *Les* RESSOURCES UTILES

KIT INTERVENTION ELLES BOUGENT

- Guides marraines et relais
- Présentation interventions
- Calendrier des événements
- Chiffres clés / Quiz
- etc...

KIT ACCOMPAGNEMENT ORIENTATION :

- Fiches métiers et secteurs
- Calendrier de l'orientation
- Le nouveau BAC
- Les choix d'orientation
- etc...

# *Nous* CONTACTER


ADRESSE : Association Elles bougent
1973 boulevard de la Défense
92000 Nanterre

TÉLÉPHONE : 06 78 02 98 11

EMAIL : evenementiel@ellesbougent.com

@Elles bougent

@ellesbougent

ASSOCIATION ENGAGÉE DEPUIS 2005

Elles bougent

Transmettre la passion, susciter des vocations

www.ellesbougent.com