



# ATELIER

**JEU. 7 DÉCEMBRE de 9H30 à 12H30**

**LE FAOU (29) - pl aux Foires**

Renseignements au 06.61.10.41.50

Mail : [contact@abracadabra-fonds.fr](mailto:contact@abracadabra-fonds.fr)

*Ouvert à toutes les entrepreneuses*

Places limitées – Gratuit

## **ENTREPRENEUSES, PILOTEZ VOTRE SANTÉ AUSSI BIEN QUE VOTRE ENTREPRISE !**

*Lien d'inscription : [Entrepreneuses, pilotez votre santé aussi bien que votre entreprise !](#)*

Venez partager avec d'autres entrepreneuses les choix que vous avez faits pour votre entreprise en matière de statut juridique, d'organisation entre votre vie professionnelle et personnelle. Comment repérez-vous et gérez-vous vos facteurs de stress ? Avez vous mis en place des mécanismes pour diminuer votre charge mentale ?

Cet atelier inédit vous permettra de faire le point sur votre santé, de vous enrichir des expériences et des bonnes pratiques en matière de santé, d'organisation et de protection sociale.

**Contexte** / En France, 28 % des entreprises sont créées par des femmes. 60 % sont des entreprises sans salariés. Si la société commence à s'intéresser à la santé des femmes au travail, peu de travaux portent sur la santé des femmes entrepreneuses. Souvent isolées, peu fédérées, toujours débordées car seules à bord de l'entreprise et souvent seules en charge de l'organisation familiale ou de l'accompagnement de leurs parents, les femmes entreprennent en dehors de tous les radars. Malgré leurs compétences, leurs choix peuvent être limitants en termes de statut, d'investissement, de protection sociale, induisant des pertes de chance quand la maladie survient.

**Objectifs** / Vous analyserez l'adéquation entre votre santé et la santé de votre entreprise en favorisant :

- ✓ l'identification de vos facteurs de risques
- ✓ votre capacité à mobiliser des ressources
- ✓ l'équilibre entre votre vie personnelle et votre vie professionnelle
- ✓ l'évaluation de votre protection sociale

**Intervenant.e.s** / **Anne-Karine Stocchetti**, entrepreneuse, Présidente du Fonds de Dotation Abracadabra, Dirigeante d'Optimômes, élue à la CPME 56 et conseillère à la CPAM pour les travailleurs indépendants. **Gaëlle Vigouroux**, entrepreneuse, experte en stratégie, élue engagée pour l'égalité entre les femmes et les hommes et co-fondatrice de l'association Entreprendre au Féminin Bretagne en 2008. Avec la participation de **Ludovic Moriss**, expert en protection sociale représentant la Fondation Mutualia Grand Ouest.

Cet atelier est proposé par le **Fonds de dotation Abracadabra** en partenariat avec l'association **Entreprendre au féminin Bretagne** grâce au mécénat de la **Fondation Mutualia Grand Ouest**.