

# Conférence : Prendre soin du dirigeant pour préserver son équilibre et celui de son entreprise



© 2025 Les Echos Publishing

□ 29-04-2025 à partir de 18h30 au BiO'Pôle de Léa | La Rochelle

□ 04-06-2025 à partir de 18h30 au Tiers lieu les Feuillants | Poitiers

La santé mentale et le bien-être des dirigeants sont essentiels pour la performance de leur entreprise. La prévention est d'autant plus importante que dans les petites structures, ils sont difficilement remplaçables et souvent moins bien protégés que leurs salariés.

L'Observatoire Amarok énonce que 17.5% des chefs d'entreprise français présenteraient un risque de burn-out, soit environ 560 000 dirigeants ; Et plus la taille de l'organisation est petite, plus les conséquences encourues par un épuisement du dirigeant sont importantes.

Pour vous aider à avoir les clés, STECO et son Organisme de Formation, ainsi que leurs partenaires, vous convient à 2 conférences, intitulées « *Prendre soin du dirigeant pour préserver son équilibre et celui de son entreprise* ». Ces conférences se destinent aux dirigeants (indépendants, TPE,

**PME), aux cadres et managers de petites structures.**

↳ **[Inscription gratuite, mais places limitées !](#)**

**Conférence animée par :**

Ces conférences seront animées par Astrid Le Fur, coach professionnelle, spécialisée en prévention et accompagnement du burn-out et auteure du livre « **[Du burn-out au born-out, les 7 étapes vers la renaissance](#)** », éditions Vuibert.

Chaque conférence sera suivie d'un cocktail, pour prolonger la discussion dans une ambiance détendue, et d'une séance dédicace de l'auteure. Vous pourrez ainsi vous procurer la dernière édition de son livre auprès de nos **partenaires, la librairie Gibert de La Rochelle et la librairie La Belle Aventure de Poitiers** sur place (sortie le 4 avril en librairie).

**[Retrouvez le Contenu de la conférence.](#)**

Pour approfondir le sujet, une **formation** intitulée : « **[Sortir la tête du guidon : 1 journée pour retrouver clarté, énergie et plaisir à entreprendre](#)** » est proposée sur demande.

Pour toute question, contactez Corinne Lecourieux en charge de notre Organisme de Formation et de l'évènement au 05.46.67.27.22 / **[clecourieux@steco.fr](mailto:clecourieux@steco.fr)**.

**Retour en image sur la conférence de La Rochelle du 29-04-2025 :**

**[📺 Découvrir la Vidéo](#)**

