

## CONFÉRENCE : « ENTREPRENEURS EN FORME, COMMENT ALLIER PERFORMANCE ET BIEN- ÊTRE ? »



**La Fondation MMA des Entrepreneurs du Futur et la CCI Hérault co-organisent la conférence « Entrepreneurs en forme, comment allier performance et bien-être ? » le mercredi 5 juillet 2017 à Montpellier (accès gratuit).**

La santé de l'entrepreneur est le premier capital immatériel d'une TPE/PME. Gestion du stress, sommeil, forme physique... autant d'éléments qui peuvent impacter le bien-être du dirigeant d'entreprise.

Olivier Torres, professeur à l'université Montpellier Business School et fondateur du premier observatoire sur la santé des dirigeants, Dominique Steiler, titulaire de la chaire Mindfulness, bien-être au travail et Paix économique de Grenoble Ecole Management et Antoine Lutz, docteur et chercheur à l'INSERM, centre de recherche en neurosciences de Lyon, animeront l'événement.

Cette présentation s'articule autour de deux conférences et de quatre ateliers pratiques : le sommeil, la gestion du stress, la prévention de l'épuisement professionnel des dirigeants et le rebond entrepreneurial.

### Programme :

17h15 : Introduction par André Deljarry, Président de la CCI Hérault et 1er Vice-Président de la CCI Occitanie et François Peysson, représentant régional de la Fondation MMA des Entrepreneurs du Futur.

17h30 : Atelier pratique (1 ou 2 ateliers de 30 mn à choisir parmi les 4 thèmes suivants) :

- Sommeil (Florence Guiliani, Chercheur associée à l'Observatoire Amarok).
- Gestion du stress (Charlotte Moysan, Chercheur associée, Amarok).
- Prévention de l'épuisement professionnel des dirigeants (Laure Chanselme, Chercheur à l'observatoire Amarok)
- Le rebond entrepreneurial (Bernard-Marie Augustin, Chercheur à l'observatoire Amarok)

18h30 : Conférences « Bien-être et performance : la pleine conscience » et « Pourquoi entreprendre est bon pour la santé » animées par les professeurs Olivier Torres et Dominique Steiler et le docteur Antoine Lutz.

19h45 : Témoignages d'entrepreneurs de la région.

20h15 : Cocktail dînatoire en compagnie des conférenciers.

Les portes paroles et intervenants sont à votre disposition pour toutes demandes d'interviews. Conférence à la Montpellier Business School – 2300, avenue des Moulins 34 185 Montpellier cedex 4

Programme détaillé et inscription gratuite

La Fondation MMA des Entrepreneurs du Futur est partenaire du réseau des CCI afin de s'engager dans le soutien, l'accompagnement et la valorisation des entrepreneurs sur tout le territoire. Une des premières voies de collaboration est la construction d'événements en région autour de plusieurs thématiques, dont la conférence « Entrepreneurs en forme, comment allier performance et bien-être ? » coorganisée avec la CCI Hérault.

### **A propos de La Fondation MMA des Entrepreneurs du Futur**

La Fondation MMA des Entrepreneurs du Futur est un « Do tank », créé en 2015, qui a pour ambition de soutenir et d'encourager les initiatives, l'innovation et la capacité des entrepreneurs à tirer parti des mutations démographiques, environnementales, numériques, technologiques et sociologiques.

La Fondation met en place des actions concrètes pour accompagner les entrepreneurs du futur, en ligne droite avec les valeurs de MMA : la proximité, l'optimisme, la confiance, le dynamisme...

Parmi ces actions, elle propose des conférences et des ateliers pratiques sur tout le territoire en partenariat avec les CCI.

La forme de l'entrepreneur étant au coeur de ses actions, la Fondation l'aide à allier performance et bien-être grâce à des solutions concrètes (applications, Mooc, formation, études épidémiologiques...).

La Fondation favorise également le développement économique et l'attractivité locale en repérant et en accompagnant les dispositifs innovants dans les territoires.

Enfin la Fondation organise le « Grand Prix des Bonnes Nouvelles des Territoires » qui récompense

chaque année les initiatives locales de développement les plus novatrices

Site : <https://fondation-entrepreneurs.mma>