Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 8 novembre 2026

CPME 84 : un atelier autour de la santé mentale des dirigeantes



La Confédération des petites et moyennes entreprises (CPME) de Vaucluse organise un atelier pour son Pôle Femmes sur le thème ‘La santé mentale des dirigeantes d’entreprise’ le mardi 14 mai au magasin Roche Bobois à Avignon.

Organisé en partenariat avec Harmonie Mutuelle, l’atelier sera animé par Caroline Jolly Bellocci, experte en santé mentale, préventrice des risques psychosociaux en entreprise, et formatrice accréditée en premier secours en santé mentale.

Inscription par mail à l’adresse contact@cpme84.org
Mardi 14 mai. De 12h à 14h. Roche Bobois. 135 rue du Sous-Marin Casabianca. Avignon.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 8 novembre 2026

(Vidéo) La CPME 84 Pôle femmes propose : Comment améliorer sa capacité mnésique



Le Pôle femmes de la Confédération des petites et moyennes entreprises de Vaucluse propose un atelier sur le thème : Comment améliorer sa capacité mnésique ? Mémoire qui flanche, qui s'engrange, qui rétrécit, qui s'épaissit, qui ment… Découvrez comment fonctionne la mémoire et approchez les neurosciences.

Comprendre pour mieux utiliser la mémoire
Des 5 sens à l'attention, en passant par les émotions, défaites les neuromythes et apprenez à encore mieux utiliser ce magnifique outil qui vous a été livré sans notice explicative : votre cerveau. L'atelier a été fondu et est conçu par et pour les cheffes d'entreprise, les dirigeantes et les créatrices.

L'animation
L'animation est conduite par Catherine Esquer, praticienne en orientation, formatrice, fan de

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 8 novembre 2026

neurosciences, fondatrice d'Avenir Factory qui accompagne les jeunes sur le chemin de l'orientation.



DR

Qui est Catherine Esquer ?
Tout d'abord cadre commerciale, elle travaille avec tous types de clients (particuliers, entreprises, GMS, export). Superviseuse d'un groupe de commerciaux, elle est en charge de leur formation et de la gestion de l'équipe.
Maman de deux enfants, elle se reconvertit dans la formation pour pouvoir travailler à temps partiel et s'occuper de sa famille.

Se donner une direction
Formatrice en marketing, vente, commerce, elle enseigne pendant une dizaine d'année à ses étudiants en BTS la « vraie vie de dehors ». C'est ensuite la formation continue de l'Education Nationale (Greta) qui la contacte pour qu'elle s'occupe des stagiaires et des entreprises. Puis, au hasard de rencontres, elle va être amenée à gérer et animer le bureau de documentation et d'information sur l'orientation d'un très grand lycée d'Avignon. Grâce à son expérience et à des formations dédiées, elle va accompagner durant 6 ans les lycéens et les aider à construire leur projet de vie et à passer les oraux.

Coaching
Certifiée « coach scolaire scooling » par le cabinet de psychologie Cogito'z, elle souhaite mettre son expérience et son savoir-faire au service de tous.
Basée sur Sorgues, elle peut vous recevoir sur rendez-vous, à son cabinet de La Maison des Thérapeutes

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 8 novembre 2026

ou à distance dans le monde entier grâce à l'outil Zoom.

A la radio
Catherine Esquer intervient sur RCF Vaucluse tous les mercredis à 19h15 et samedis à 18h10. Ses émissions en podcast sont ici.



DR

Les infos pratiques
Mardi 8 novembre. De 11h30 à 14h. Entreprise Girard. 390, rue du Grand Gigognan. Zone Industrielle de Courtine à Avignon. Parking sur site. Inscription ferme et définitive ici. Correspondre ici. Site ici.

En savoir plus sur le Pôle femmes
Le Pôle femmes de la CPME 84 a vocation à faciliter l'échange d'expérience entre les cheffes d'entreprise, les dirigeantes et encadrantes, créer du lien, favoriser le développement et traiter des sujets dédiés à l'entrepreneuriat au féminin.

Un atelier par mois
Un atelier est organisé tous les 1ers mardis du mois entre 11h30 et 14h dans un lieu différent comprenant une salle de réunion.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 8 novembre 2026

CPME 84 : Nouvel atelier pratique du Pôle femmes



festival-avignon.com

Le Pôle femmes CPME 84 (Confédération des petites et moyennes entreprises de Vaucluse) propose un atelier sur 'Prendre conscience de l'écart entre le travail réel et le travail effectué, apprendre à le réduire'. La formation aura lieu mardi 9 mars de 12h30 à 14h30. Les inscriptions sont ouvertes.

L'atelier
L'enjeu de cet atelier est de montrer qu'il existe souvent, dans l'activité du chef d'entreprise, un écart entre le cadre formel (et la facturation) de son produit et le service réellement apporté au client, souvent en marge de la relation commerciale proprement dite.

Concrètement
A travers des exemples concrets et un atelier interactif en sous-groupes, les participantes auront l'occasion d'observer la valeur de ce qu'elles créent avec leurs clients en plus du cadre formel de leur prestation, qu'il s'agisse d'un produit ou d'un service.

Evolution de l'offre et la demande

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 8 novembre 2026

Cette reconnaissance du travail réel fourni peut avoir une forte incidence sur le sens donné à son activité et au-delà, à celle de ses collaborateurs et partenaires, jusqu'à permettre une évolution de son offre et de sa demande.

Animation de l'atelier

L'atelier sera animé par Anne-Laure Leblanc, consultante en organisation de l'entreprise et dirigeante de Houston 31 et Clémence Laroche, consultante en organisation de l'entreprise par l'optimisation de l'espace de travail 'Home actions' et Mélanie Pépin, consultante EFC –Economie de la fonctionnalité et de la coopération- Terres EFC.

Les infos pratiques

Mardi 9 mars 2021 de 12h30 à 14h30. En visioconférence sur zoom. 30 places. Envoi du lien de connexion après inscription à n.elbaroudi@cpme84.org