



28  
04

# Apéro Entrepreneurs: 5 clés pratiques pour vaincre le stress



**Inscrivez-vous maintenant**

Scannez le code QR ou visitez notre site  
web: [www.rce.ch](http://www.rce.ch)

Le Centre des Entrepreneurs du Groupe Raiffeisen  
Il centro imprenditoriale del Gruppo Raiffeisen  
Das Unternehmerzentrum der Raiffeisen Gruppe



Le stress c'est bien d'en parler mais le gérer c'est mieux!  
Toutes personnes et principalement les cadres et entrepreneurs sont amenés à vivre des situations de stress chronique.

Cette introduction à la gestion du stress vous permettra de tester votre niveau de stress ainsi que de découvrir cinq clés vous révélant des solutions pragmatiques vous aidant à mieux le gérer et à terme pourquoi pas à le vaincre?

## Programme

---

17h30	Accueil des participants au <b>RCE Yverdon-les-Bains</b>
18h00	<b>Mot de bienvenue, Nicole Conrad</b> , Responsable Suisse romande au RCE
18h10	Annik Essoh, Essoh coaching, coach business spécialisée
18h30	Apéritif et échanges

---

## Conférenciers



Annik Essoh | Essoh Coaching, coach business spécialisée pour les PME

Experte

---



Nicole Conrad | Responsable Suisse romande

Modération

---

## Accueil & Administration



**Béatrice Corthésy**

024 564 56 40

beatrice.corthesy@rce.ch

## Manifestation

**Date**

28.04.2021

**Heure**

17:30 - 20:00

**Lieu**

RCE Yverdon-les-Bains, Avenue des Sciences 2

**Invités**

Annik Essoh, Coach business spécialisée pour les PME

**Animation**

Nicole Conrad, responsable Suisse romande au RCE

**Coûts**

Entrée Libre

**Groupe cible**

Entrepreneures et entrepreneurs

**Trajet**

Places de parc à disposition devant le RCE / halte du bus No 602 et 605 à proximité (arrêt Yverdon, Parc Scientifique)