CAPEB
L'Artisanat du Bâtiment
Saône-et-Loire



INVITATION
Réunion d'information

Commission des Femmes de l'Artisanat

SI VOUS REPRENIEZ LE CONTRÔLE DE VOTRE TEMPS !

Vous avez l'impression que vos journées passent à une vitesse folle. Tout vous semble échapper à votre contrôle au point de ne pas réussir à accomplir ce que vous aviez planifié.

Rassurez-vous ! Des techniques pour gagner du temps et de la sérénité existent !

Le mardi 21 octobre 2025 de 18h à 20h

Vite !
Je m'inscris

CAPEB 71
5, rue George Eastman - CHALON-SUR-SAÔNE

AU PROGRAMME

- **Comprendre l'importance de reprendre le contrôle de son temps pour préserver son équilibre émotionnel et sa vie personnelle/professionnelle.**
- **Savoir "reprogrammer son cerveau" pour ne pas s'épuiser**
- **Comment réagir pour un impact maximal** (décider, prioriser, s'organiser…) **?. S'approprier d'outils et de solutions concrètes pour rester sereine au quotidien ?**
- **Élection de la Présidente de la Commission des Femmes de l'Artisanat CAPEB 71**
- **Moment convivial OFFERT**

Réunion ouverte
aux cheffes d'entreprise et aux conjointes d'artisan.

Les conjoints sont les bienvenus.

En partenariat avec : Sylvie Bouthenet EIRL — La Boîte à Mieux — Coaching, Consulting & formations au service de votre vie professionnelle

---

BULLETIN – RÉPONSE – Si vous repreniez le contrôle de votre temps ?
À retourner à la CAPEB 71 avant le 10/10/2025

> Pour vous inscrire, merci de nous retourner ce bulletin **par courrier ou par mail à capeb71@capeb71.fr**

M et/ou Mme .....

Participera à la soirée d'information **" Si vous repreniez le contrôle de votre temps ? " à CHALON-SUR-SAÔNE, le 21.10.2025**

Nombre de personnes : .....

Ne participera pas

Coordonnées ou cachet de l'entreprise
(utile pour vous recontacter en cas de besoin)

T/9/2025/10/251021

Confédération de l'Artisanat et des Petites Entreprises du Bâtiment de Saône-et-Loire
5, rue George Eastman – CS 10026 – 71102 CHALON-SUR-SAÔNE Cedex – Tél. : 03.85.90.97.70 – mail: capeb71@capeb71.fr