



Plus d'infos sur [eafb.fr](http://eafb.fr)



À l'occasion de la journée internationale des droits des femmes 2024, la **Direction régionale aux Droits des Femmes et à l'Égalité**, en partenariat avec **Entreprendre au Féminin Bretagne**, vous invite à vivre un mois entier dédié à l'entrepreneuriat féminin.

## Région

- **05/03 | 12h30 Atelier en ligne : Empowerment grâce aux outils numériques**  
Comment le digital peut-il m'aider dans mon quotidien d'entrepreneuse ? Avec Karen Guillerm-Nguyen, formatrice et développeuse chez Breizh-e-nov.

- **08/03 | 11h Table ronde en ligne : Lancement "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Les enjeux de la création d'entreprise par les femmes : chiffres clés et témoignages. Avec Ahez Le Meur, directrice régionale aux droits des femmes.

- **11/03 | Rencontres en ligne : Opération "CIGALES cherchent fourmis"**  
Venez échanger avec des citoyens-financeurs du territoire, quel que soit l'avancée de votre projet.

- **12/03 | 12h30 Atelier en ligne : #jadorereseauter, développer son réseau professionnel**  
Les clés de LinkedIn pour tisser son réseau de contacts. Avec Marie Quinquis, facilitatrice de connexions.

- **14/03 | 9h15 Atelier en ligne : Booster sa fierté entrepreneuriale**  
Faites une pause et venez célébrer l'entrepreneuse que vous êtes, en toute sérénité. Avec Julie Stoquert, sophrologue.



- **15/03 | 14h Atelier en ligne : Harmonie pro-perso : stratégies pour un équilibre sain**  
Enjeux et techniques pratiques pour prévenir l'épuisement. Avec Adeline Le Mabec, formatrice et consultante.

- **19/03 | 10h Atelier en ligne : Débloquent son rapport à l'argent**  
Identifier ses peurs, comprendre l'impact des croyances sur l'argent dans sa vie d'entrepreneuse. Avec Catherine Bourdet, médiatrice, coach et formatrice.

- **21/03 | 10h Rencontre en ligne : Véronique Ikene, dirigeante de Tiriault Peintures**  
Témoignage et échanges autour d'un parcours entrepreneurial inspirant, dans un domaine encore largement masculin.

- **26/03 | 14h Atelier en ligne : Booster sa confiance en soi avec l'arbre de vie**  
Renforcer son estime de soi, identifier ses ressources et mieux définir ses projets. Avec Lucie Lec'hvien, coach professionnelle.

## Côtes d'Armor

- **07/03 | 14h Visite expo à Lanrodec : "Antoinette, 50 ans plus tard"**  
Les avancées et les enjeux de l'égalité, autour du magazine féminin créé par la CGT et diffusé de 1955 à 1989.



- **08/03 | 16h Rencontres à Saint-Brieuc : Opération "CIGALES cherchent fourmis"**  
Venez échanger avec des citoyens-financeurs du territoire, quel que soit l'avancée de votre projet.

- **12/03 | 18h Afterwork à Saint-Brieuc : "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Rencontre conviviale autour de l'entrepreneuriat féminin. Avec Entreprendre au Féminin Bretagne.

- **18/03 | 18h Afterwork à Lannion : "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Rencontre conviviale autour de l'entrepreneuriat féminin. Avec Entreprendre au Féminin Bretagne.

- **21/03 | 9h Atelier à Lamballe : Parler de soi et pitcher son activité de manière efficace**  
Comment me présenter, piquer la curiosité de mon interlocuteur, marquer les esprits. Avec Emmanuelle Couvreur, consultante RH.



- **26/03 | 8h30 Rencontres à Saint-Brieuc : Café de la création : entrepreneuriat au féminin**  
Conseils et expertises en création d'entreprise. Avec le Crédit agricole des Côtes d'Armor, la CCI, la Chambre des métiers et de l'artisanat, l'ordre des experts-comptables et l'ordre des avocats.



# Bretonnes

cap vers l'entrepreneuriat

Plus d'infos sur [eafb.fr](http://eafb.fr)



## Finistère

• **08/03 | 10h Café réseau à Quimperlé : "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Échange convivial en petit comité sur vos projets, problématiques et pratiques. Avec Entreprendre au Féminin Bretagne.

• **08/03 | 18h Conférence cocktail à Brest : Le cycle féminin et son impact dans l'entreprise**  
Avec Gaëlle Etienne, sexologue du sport, l'association EndoFrance, Béatrice Lefeuvre, professeure de Yoga et Allianz Expertise.

• **08/03 | 16h Rencontres à Brest et Concarneau : Opération "CIGALES cherchent fourmis"**  
Venez échanger avec des citoyens-financeurs du territoire, quel que soit l'avancée de votre projet.

• **09/03 | 10h Rencontre à Brest : Portes ouvertes sur un voilier**  
Camille Buisson vous accueille sur son bateau pour parler entrepreneuriat dans le milieu masculin de la navigation.

• **11/03 | 14h Rencontre à Quimper : Entreprendre en coopérative d'activités**  
Une alternative à l'entrepreneuriat individuel : réunion d'information des coopératives d'activités et d'emploi du Finistère.

• **13/03 | 12h30 Atelier jeu à Landerneau : Le sexisme au travail, 100/sans façons !**  
Apprendre à repérer et qualifier les agissements sexistes au travail. Avec Hélène Passoux, coach professionnelle.

• **14/03 | 18h Afterwork à Lesneven : "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Rencontre conviviale autour de l'entrepreneuriat féminin. Avec Entreprendre au Féminin Bretagne.

• **14/03 | 18h30 Afterwork à Quimper : "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Rencontre conviviale autour de l'entrepreneuriat féminin. Avec Entreprendre au Féminin Bretagne.

• **18/03 | 14h30 Rencontres à Brest : Surprenantes : le rendez-vous des destins inspirants**  
Partage d'expériences avec 3 réseaux d'entrepreneuses : Entreprendre au Féminin, Les Premières et Femmes de Bretagne.

• **21/03 | 9h Café découverte à Quimperlé : "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Rencontre conviviale autour de l'entrepreneuriat et la sensibilisation à l'égalité. Avec Entreprendre au Féminin Bretagne.



• **25/03 | 14h Rencontre à Mellac :**

**Florence Mongereau, cuisiniste itinérante**  
Partage d'expérience autour du travail itinérant de commerçante.

• **28/03 | 9h30 Atelier à Quimper : Avoir de l'audace dans ses projets**  
Identifier les freins et y faire face, avoir des clés pour oser, donner de l'élan à son projet. Avec Virginie Lux, thérapeute.

• **Ressources :**  
Retrouvez tout le long du mois de mars des **podcasts** conseils et **témoignages** inspirants sur le site [www.eafb.fr](http://www.eafb.fr)

## Ille-et-Vilaine

• **07/03 | 12h Rencontre à Rennes : Vous vous sentez parfois illégitimes ?**  
Rencontre avec Marine Bruneau, autrice du livre "Les légitimes : lutter contre le syndrome de l'imposante".

• **08/03 | 16h Rencontres à Rennes : Opération "CIGALES cherchent fourmis"**  
Venez échanger avec des citoyens-financeurs du territoire, quel que soit l'avancée de votre projet.

• **19/03 | 18h30 Afterwork à Chanteloup : "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Rencontre conviviale autour de l'entrepreneuriat au féminin, et une performance d'Isabelle Bouchex, conteuse et formatrice.

• **22/03 | 9h40 Atelier à Rennes : Prendre confiance en sa parole**  
Apprivoiser sa voix et décomplexer lors des prises de parole. Avec Isabelle Bouchex, conteuse et formatrice.

• **26/03 | 18h30 Afterwork à Rennes : "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Rencontre conviviale autour de l'entrepreneuriat au féminin. Avec Pépité Bretagne et l'Université Rennes 2.



## Morbihan

• **14/03 | 18h00 Afterwork à Ploërmel : "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Rencontre conviviale autour de l'entrepreneuriat féminin. Avec Entreprendre au Féminin Bretagne.

• **28/03 | 18h00 Afterwork à Vannes : "Bretonnes, cap vers l'entrepreneuriat"**  
Rencontre conviviale autour de l'entrepreneuriat féminin. Avec Marine Barbier, formatrice - Entreprendre au Féminin Bretagne.