

**7** JOURS  
SANTÉ

# Journée INSPI

PRENDRE SOIN DE  
NOUS, C'EST AUSSI  
PRENDRE SOIN DE  
NOTRE  
ENTREPRISE



Mercredi  
**8**  
OCTOBRE  
2025

Entrepreneur.e.  
indépendant.e  
dirigeant.e de TPE

*Une journée pour nous ressourcer  
et nous recharger*

- + Briser l'isolement, nous rencontrer,  
autour de nos défis, nos joies, nos  
doutes
- + Partager notre vécu et notre  
expérience
- + Repartir aligné.e.s et inspiré.e.s

Découvrir comment prendre soin de soi

Au Chant  
d'Oiseau, à  
Woluwe

10h00  
18h00

Inscriptions & Infos sur  
[www.7jsante.be](http://www.7jsante.be)  
tarif : 150 €htva

Inscription sur [www.7jsante.be](http://www.7jsante.be)

**7** JOURS  
SANTÉ



Journée  
**INSPI**



Mercredi 8 OCT  
2025



Notre bien-être à planifier



**Facilitateurs**

**Sarbani Sen**, Multi-entrepreneuse, coach internationale, artiste, professeur de yoga

**Mathieu Seron**, Indépendant depuis 2006, coach pour les entrepreneur.e.s et les équipes, animateur de cercle d'entrepreneur.e.s.