

CONFERENCES

Béatrice Millêtre

HUMAINS, TOUT SIMPLEMENT : LA CLEF DU BIEN-ETRE ET DE L'EFFICIENCE COLLECTIVE

- Docteur en Psychologie | Neurobiologiste
- Ancienne élève de l'École Normale Supérieure
- 30 ans d'expérience en sciences cognitives et neurodiversité
- Conférencière internationale : expertises en qualité de vie au travail
- Autrice primée et formatrice engagée pour un management inclusif



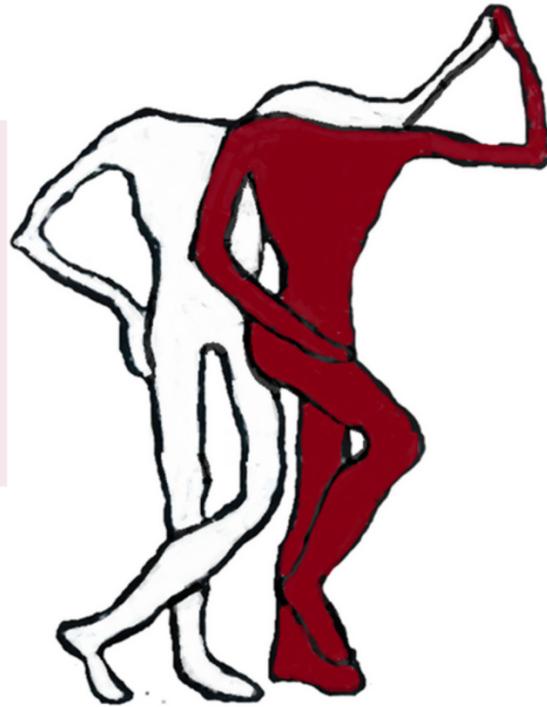
Astrid di Crollanza

Béatrice Millêtre
PhD

***Un rendez-vous médical sur deux
lié au mal-être :
faites du bien-être votre avantage
compétitif.***

Le Chemin vers votre efficience : réconcilier bien-être et performance

Dans un monde en perpétuelle évolution, il est crucial de comprendre et d'intégrer les singularités de chacun pour bâtir des environnements sains et performants. Mes conférences vont au-delà de la sensibilisation : elles apportent des solutions concrètes pour améliorer le bien-être psychologique, réduire le stress et prévenir l'épuisement professionnel, tout en restant accessibles à tous.



PROMOUVOIR LE MEILLEUR PLUTOT QUE REPARER LE PIRE

- Impact prouvé : Réduction significative du burn-out et du turnover grâce à des approches innovantes en santé mentale.
- Approche éthique : Des solutions éprouvées et adaptées aux défis contemporains des entreprises (stress, surcharge mentale).

Saviez-vous que 76 % des collaborateurs estiment que leur bien-être mental est déterminant pour leur productivité ?

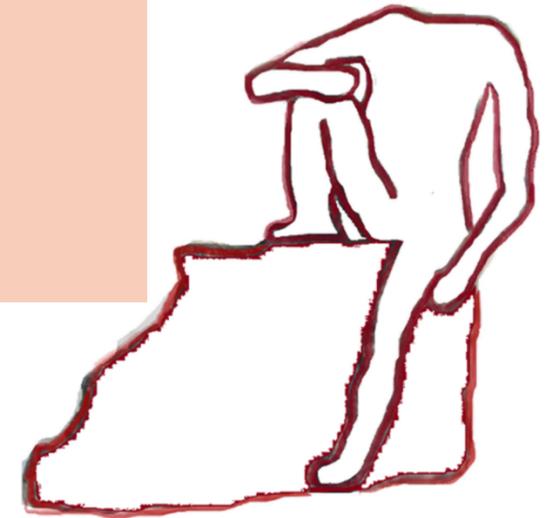
Mes interventions montrent comment transformer cette prise de conscience en action.





L'épanouissement personnel pour un épanouissement professionnel

- Ecouter ses émotions pour prendre de meilleures décisions
- Miser sur le bien-être de vos équipes pour propulser votre entreprise
- Sommeil et santé mentale : le moteur caché de votre efficacité
- Femmes, santé et charge mentale : trouver l'équilibre
- Transformer l'intensité en force
- Alignement personnel : la clé pour un équilibre mental et professionnel durable
- Le management humain : révéler le potentiel de chacun



Valoriser les singularités pour un bien-être collectif

- Neurodiversité : transformer les différences en forces
- Neurotypiques et neuroatypiques : se comprendre pour être plus forts ensemble
- Haut potentiel et performance
- Haut potentiel et trouble neurodéveloppemental : la double exception
- Haut potentiel et singularités : la double minorité
- Neurodiversité et santé : accompagner autrement

Certaines conférences se feront à deux voix dans une approche holistique, pour répondre aux enjeux complexes de la santé mentale en entreprise, en alliant notamment compréhension psychologique et solutions médicales concrètes.

Conférences thématiques, parce que nous sommes tous humains

- Faire confiance à son enfant sans laxisme
- Les enfants neuroatypiques
- A l'heure du numérique, la vérité sur les écrans
- Un physique en forme pour un moral sachant rebondir
- Redonner leurs rêves à nos jeunes pour les sortir du marasme
- Corps et esprit, indissociables de notre bien-être
- Burn out : intervenir avant qu'il ne soit trop tard

FORMAT : 1H15

45 MINUTES DE PITCH

30 MINUTES DE QUESTIONS / REPONSES

Quelques références

Entreprises : AXA, SNCF, Nature et Découvertes, STET, MAIF

Universités : La Sorbonne, Université Paris V, Université Catholique de l'Ouest, Université Nîmes

Associations : AFFORTHEC, Anpeip, AE-HPI, Journées mondiales de la neurodiversité, Semaines du cerveau

Fonction Publique : Ministère de l'Écologie, Académie de Versailles, Ville de Chalette-sur-Loing, Ministère des Armées, Ministère de l'Éducation Nationale

À l'International : Erasmus Bruxelles, CEGEP Montréal, Université Libre de Bruxelles, Université Cheikh Anta Diop de Dakar



Contact

Béatrice Millêtre



@BeatriceMilletre



+33 6 07 97 55 35



BeatriceMilletre@gmail.com



www.BeatriceMilletre.com