

The background is a complex network of black and blue nodes connected by thin lines. A large white circle is centered on the image, containing the main text. Several yellow dashed lines are scattered on the left side of the white circle. An orange solid circle is located on the right side of the white circle.

8^{ème} Journée AMAROK e-SANTE

20 mai 2025

MONTPELLIER

8ème journée AMAROK Montpellier

- 📅 Journée n°1 Carcassonne 20 septembre 2021
- 📅 Journée n°2 Montpellier 7 Avril 2022
- 📅 Journée n°3 Montpellier 1 décembre 2022
- 📅 Journée n°4 Montpellier 6 juin 2023
- 📅 Journée n°5 Paris 15 novembre 2023
- 📅 Journée n°6 Montpellier 3 juin 2024
- 📅 Journée n°7 Paris 19 novembre 2024

9^{ème} Journée AMAROK – Paris 19 novembre 2025
– en amont d'une réunion PRESANSE

10^{ème} Journée AMAROK – Lyon 1^{er} juin 2026
– en amont du Congrès de Médecine du travail

Etat des avancées d'Amarok

Olivier TORRES

Pr. Université de Montpellier

Observatoire AMAROK

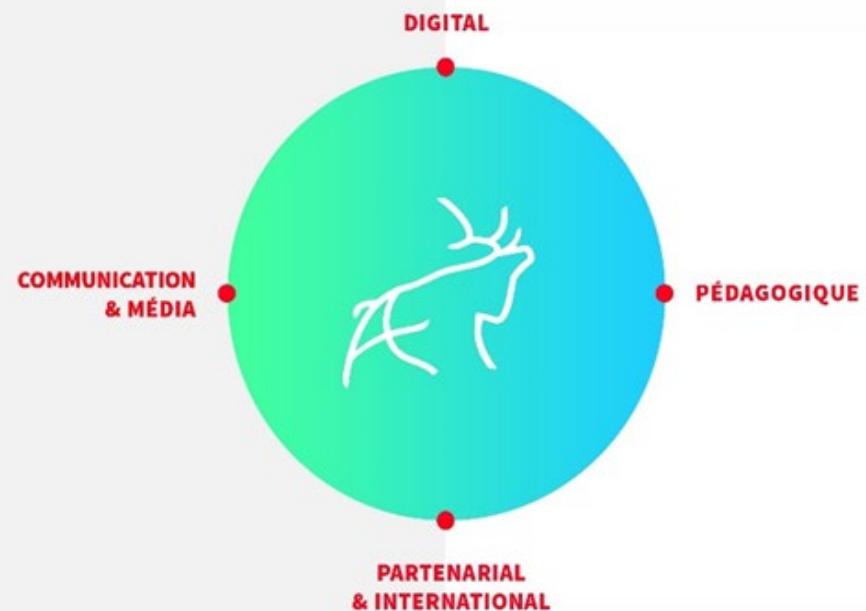
AMAROK, c'est quoi ?

SOCIÉTAL

PRODUCTION ET PROMOTION
DE LA SANTÉ DES ENTREPRENEURS
ET DES TRAVAILLEURS INDÉPENDANTS

SCIENTIFIQUE

PRODUCTION ET PROMOTION
DE CONTENU SCIENTIFIQUE
(HEALTH & ENTREPRENEURSHIP)



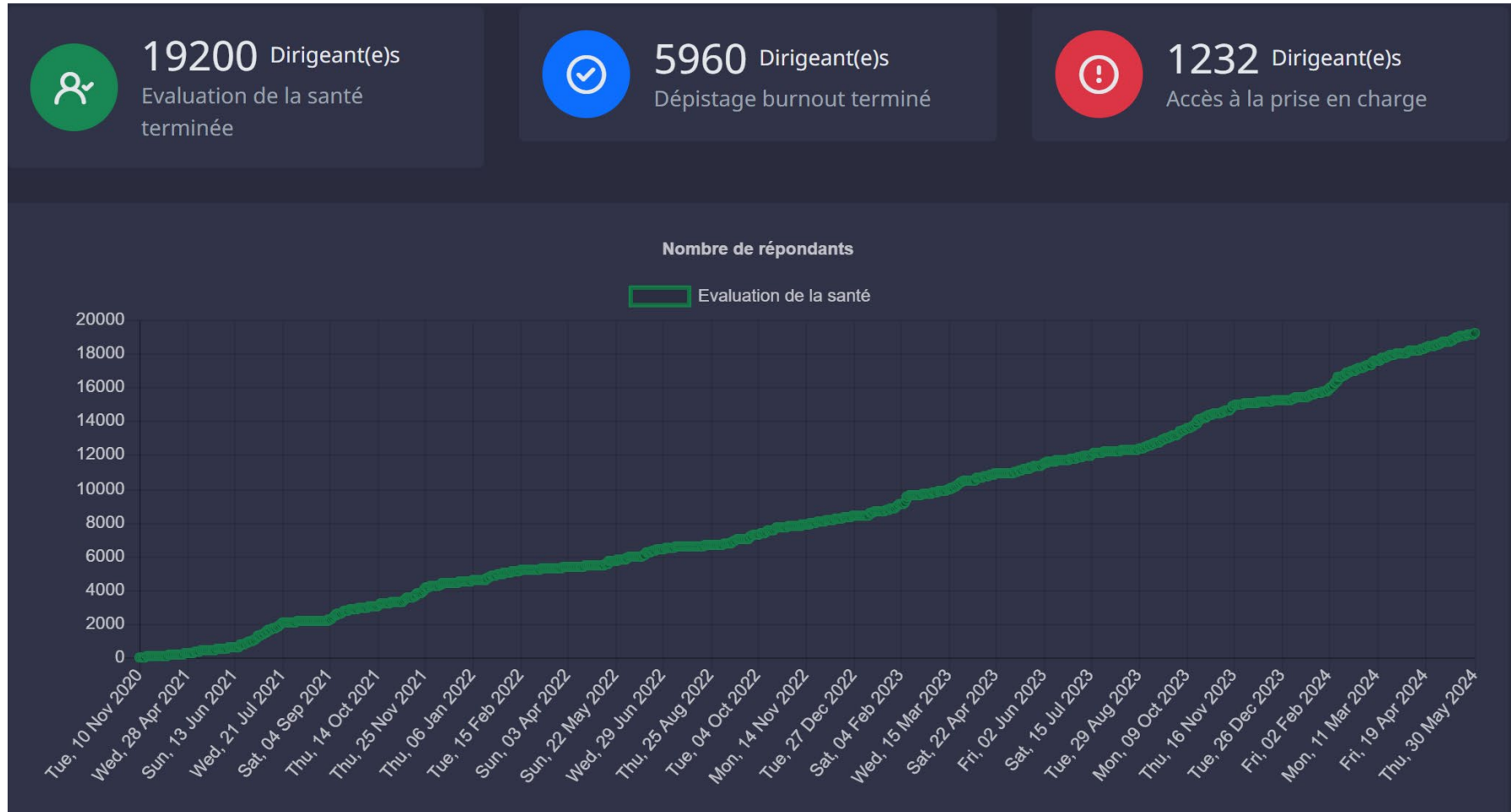
Données Amarok E-santé (AVRIL 2022)



Données Amarok E-santé (JUIN 2023)



Données Amarok E-santé (JUIN 2024)



Données Amarok E-santé (MAI 2025)

Tableau de bord

Nombre total de réponses

26529



Total balances positives

15029



Total balances négatives

11500



Moyenne du score de burnout

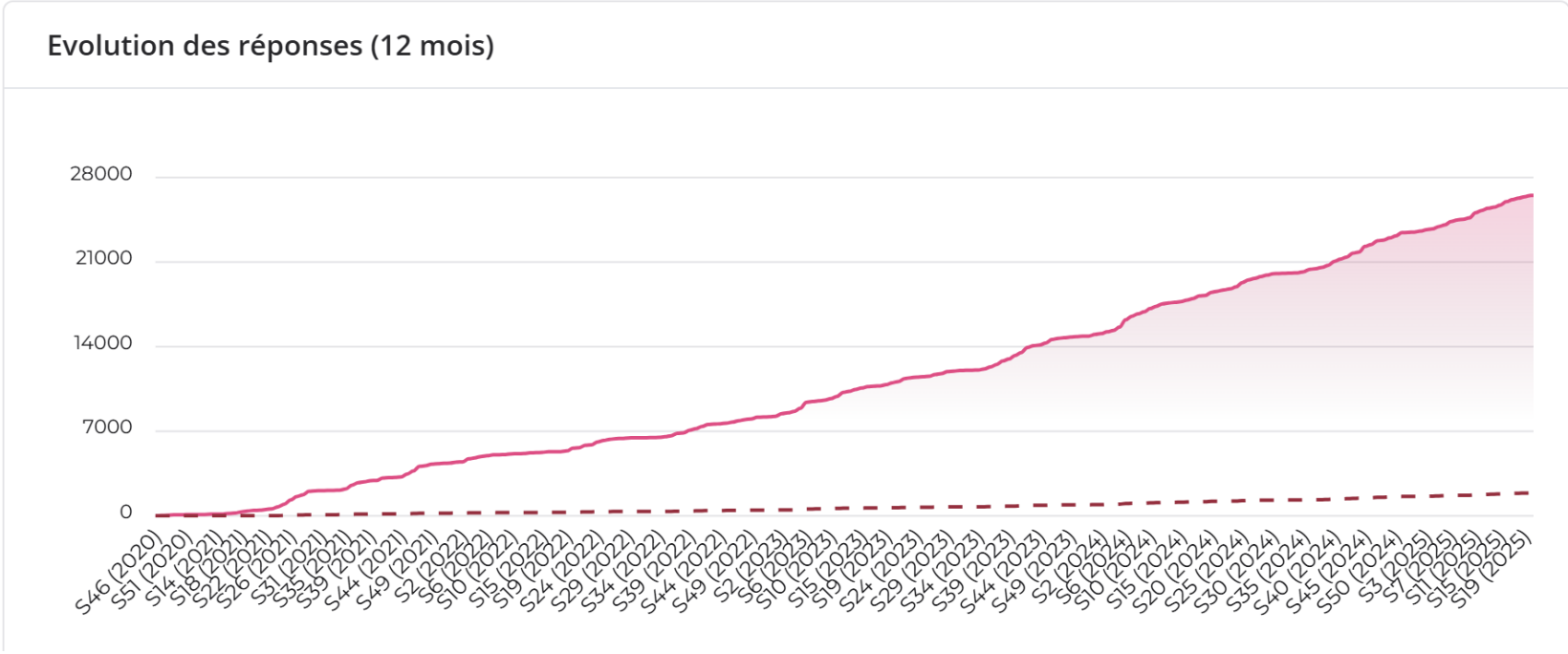
4.61



Accès au formulaire de contact

1899





PRESANSE est très actif

- **PRESANSE OCCITANIE – partenaire historique**
- **PRESANSE PACA - CORSE**
- **PRESANSE BRETAGNE**
- **PRESANSE NORMANDIE**
- **PRESANSE BOURGOGNE FRANCHE COMTE**

106 partenaires

- 85 SPSTI (PRESANSE) + FNTR, FFB, AGEFICE, FCGAA...
- Y compris à l'étranger UCM, OEC Belge

Les assises du Rebond le 28 novembre 2023 à BERCY avec la DGE, le ministère » des PME et le Portail du Rebond



Ministère et DGE

Groupe de travail relatif à l'échec et au rebond entrepreneurial



Bernard-Marie AUGUSTIN, membre de la commission

Prix JULIEN MARCHESNAY 2024



Développement international d'AMAROK



Amarok JAPON
(Katsuyuki KAMEI et Chihiro KAGEURA)

Amarok MAROC

(Noufel GHIFFI et Bernard-Marie AUGUSTIN)

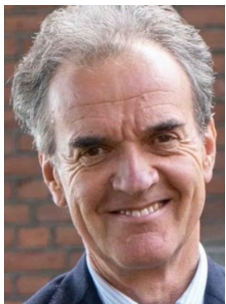


Amarok CANADA (Québec) Florence GUILIANI

(en cours) Amarok ESPAGNE (Jean-Marie ESTEVE)



Amarok PAYS-BAS (Peter Van der ZWAN et Roy THURIK)



En cours

- Etudes dans le **Monde Agricole** :

- Chambre d'Agriculture Saône-et-Loire, partenaire historique
- Les stratégies de récupération des Exploitants agricoles
- Une approche destinée aux **Salariés de production agricole**.

- Etudes auprès des **Maires Ruraux de France** :

Etudier les similitudes et les différences par rapport aux chefs d'entreprise, (Stressomètre / Satisfactomètre)

Bâtir un outil « AMAROK e-Santé MAIRE »

La santé des maires : une étude pionnière

36 000 communes
LE MENSUEL DES MAIRES RURAUX DE FRANCE

AMRF
ASSOCIATION DES MAIRES RURAUX DE FRANCE

N° 419
OCTOBRE 2024

CONGRÈS
Communes et Départements : la force de la proximité

CONGRÈS NATIONAL DES MAIRES RURAUX DE FRANCE
27 - 29 SEPT. 2024

DOSSIER
Santé des maires, les joies de l'engagement
PAROLE À
Les élus de Côte-d'Or accueillent le Congrès

PARIS NORMANDIE EURE

L'ÉCO
EPR2 à Penly : la CCI vient au soutien des entreprises locales
PAGE 15

EURE

Des universitaires au chevet des maires

Pour la première fois, des chercheurs se sont penchés sur la santé mentale des maires dans le cadre d'une étude. On fait le point dans le département. **PAGE 3**

BERNAV
Une affluence record pour le festival de Samhain
PAGE 6

NORMANDIE
Des cagnottes en ligne pour sauver le patrimoine
PAGE 11

FOOTBALL
Régis Brouard est déjà en action au FC Rouen
PAGE 28

EVREUX VALENCIENNES
16 NOVEMBRE À 19H00
GYMNASSE CANADA

VOLLEY-BALL PROFESSIONNEL
JOURNÉE N°7

EVREUX VOLLEYBALL

MAIRES
ET DES CONSEILLERS MUNICIPAUX

JOURNAL DES
novembre 2024
167^e année
Mensuel
20 €

Le Journal des Maires
partenaire du
Salon des Maires
et de Pollutec

Dossier
Les services publics locaux au défi de l'avenir
Page 15

Vie communale
Marchés de Noël
Un incontournable pour les petites villes
Page 25

Vie des élus
Santé mentale
Les maires sont-ils guettés par le burn-out ?
Page 34

Fiche juridique
Vie privée des élus
Protection et documents communicables
Page 49

La Tournée du Maroc : Rabat, Casablanca, Marrakech



Publications scientifiques

- Plus d'une centaine de publications

TORRES O, LE MOAL M, BUGAUT-HEICHELBECH S, ESTEVE J.M, (2025) « Amarok e-Santé : une solution digitale de prévention du burnout des entrepreneurs », **Entreprendre & Innover**.

LE MOAL M., THURIK R., TORRES O. (2024), "Validation and psychometric evaluation of the French version of the recovery experience questionnaire: internal consistency and validity assessment", *Frontiers in Psychology*, 15, 1466905.

TORRES O. (2024). 'Amarok e-Santé': un dispositif contre l'épuisement professionnel des travailleurs non salariés et employeurs. **Archives des Maladies Professionnelles et de l'Environnement**, 85(2-3), 101993.

En cours de publications

TORRES O, LE MOAL M, LESAGE FX, Construction and validation stressors of local political activity : an event-based study for predicting mayoral health, (en cours d'écriture).

LE MOAL M, THURIK R, TORRES O, SOENEN G, « Small business owners and daily recovery experiences: the link with well-being and burnout », **Small Business Economics** (revised submission).

LE MOAL M. TORRES O. Work-life balance as a mediator between recovery experiences and burnout in agricultural entrepreneurs, Entrepreneurship and Regional Development (envoyé et refusé), Journal of Small Business Management (envoyé puis refusé), Journal of Agro-Medicine (in reviewing le 24 mars).

TORRES O, LE MOAL M, LESAGE FX, The risk of burnout among French mayors, Occupational and Environmental Medicine (envoyé le 14 février, rejeté Le 7 mars), **Journal of Occupational and Environmental Medicine** (revised submission le 12 mai 2025).

LE MOAL M, TORRES O. « What can predict burnout among entrepreneurs ? A longitudinal fixed-effects analysis » **International Journal of Entrepreneurship and Small Business** (in reviewing le 11 avril - submission code IJESB-259972).

ACEDE – Pampelune - Espagne – 15-17 juin 2025

Jean Marie ESTEVE et Olivier TORRES

- **Amarok e-Health: Un dispositivo innovador para la prevención del agotamiento empresarial**
- **Categorización de estresores y satisfactores de la actividad pública de alcaldes-empresarios de pequeños municipios**

1^{er} CAPSE

(Congrès Académique Pluridisciplinaire en Santé des Entrepreneurs)

- 26 – 27 mars 2026 à MONTPELLIER
- Mathieu LE MOAL, responsable de l'organisation

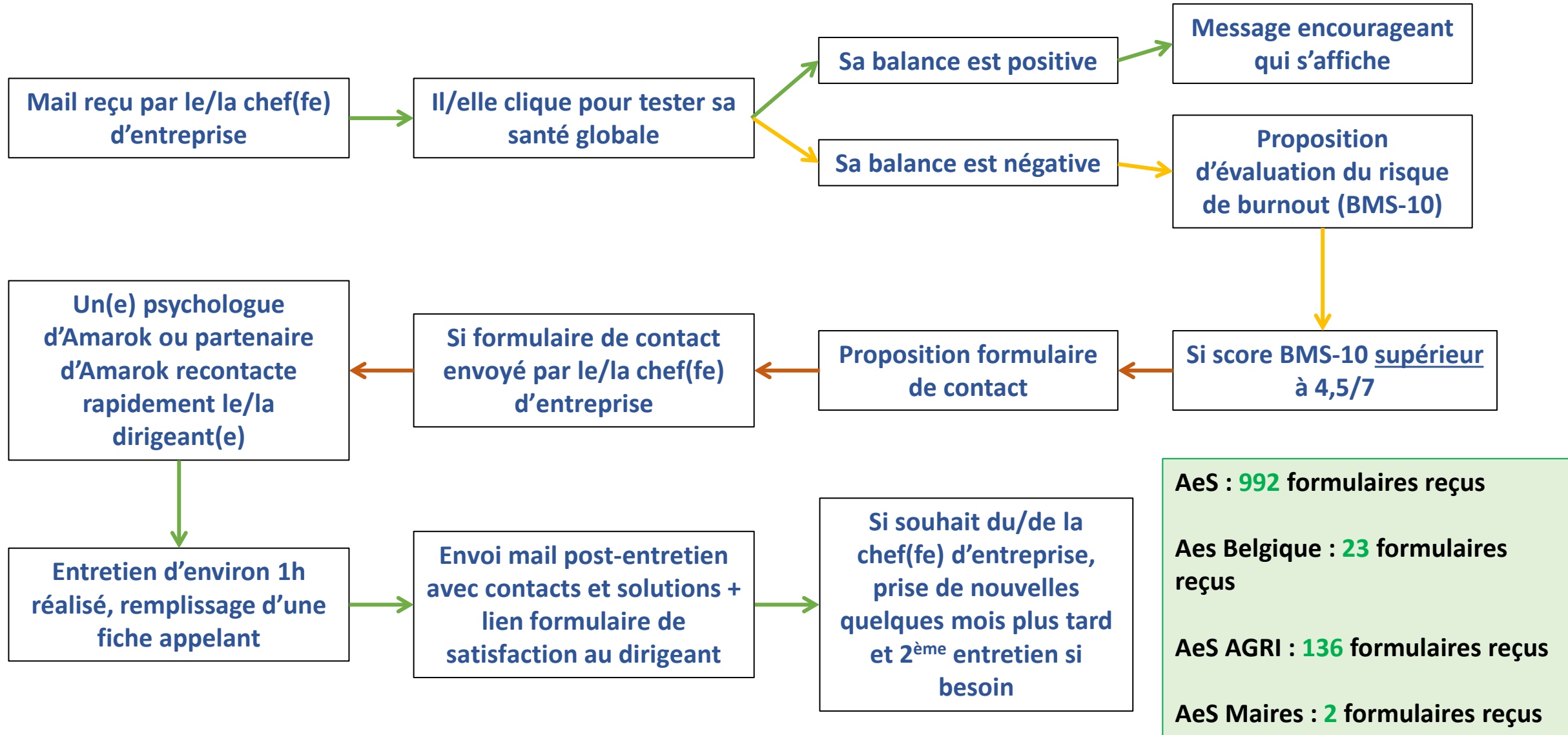
Le dispositif Amarok e-Santé : L'organisation de la prise en charge

LAURE CHANSELME

Psychologue du travail

Observatoire AMAROK

L'organisation de la prise en charge par Amarok



Le formulaire de contact



Vos coordonnées

En nous communiquant vos coordonnées, vous autorisez un(e) psychologue d'Amarok Assistance à vous recontacter. L'entretien que vous aurez avec ce(tte) psychologue sera gratuit et confidentiel.

laure.chanselme@gmail.com [Changer de compte](#)



 Non partagé

* Indique une question obligatoire

Prénom *

Votre réponse

Nom *

Votre réponse

Quel est votre statut professionnel ? *

- ☐ Travailleur non-salarié ou gérant(e) salarié(e) de votre propre entreprise
- ☐ Directeur/directrice salarié(e), Employé(e), etc.

Adresse e-mail *

Votre réponse

Numéro de téléphone sur lequel vous souhaitez être contacté(e) *

Votre réponse

Y a-t-il un moment préférable dans la journée pour vous contacter?

- ☐ Oui
- ☐ Non

Si oui, le ou lequel(s)?

- ☐ Matin (entre 8h et 12h)
- ☐ Midi (entre 12h et 14h)
- ☐ Après-Midi (entre 14h et 16h)
- ☐ Fin d'après-midi (entre 16h et 18h)

Commentaires

Votre réponse

Consentement RGPD *

- ☐ En cochant cette case, vous consentez à la collecte et au traitement, par les psychologues de l'Observatoire Amarok, de vos informations de contact, dans le but de vous proposer un entretien individuel avec un(e) psychologue. Vous reconnaissez également être informé que ces données seront effacées dans un délai de 6 mois.
- ☐ En cochant cette case, vous refusez la collecte et le traitement, par les psychologues de l'Observatoire Amarok, de vos informations de contact, dans le but de vous proposer un entretien individuel. En conséquence de ce refus, vous ne pourrez pas obtenir l'entretien que vous souhaitiez.

Attention! 2 options à ne surtout pas activer!

Questions Réponses 5 Paramètres

Réponses

Gérez la façon dont les réponses sont collectées et protégées

Collecter les adresses e-mail Ne pas collecter ▼

Envoyer aux participants une copie de leur réponse
Collecter les adresses e-mail doit être activé Désactivé ▼

Autoriser la modification des réponses
Les réponses peuvent être modifiées après leur envoi ☒

CONNEXION OBLIGATOIRE

! Limiter à une réponse ☐

Présentation

Gérez la façon dont le formulaire et les réponses sont présentés



PRÉSENTATION DU FORMULAIRE

Afficher la barre de progression



Trier les questions en mode aléatoire



APRÈS ENVOI

Message de confirmation

Merci. Nous vous recontacterons bientôt!

[Édition](#)

Afficher le lien pour envoyer une autre réponse



Afficher un résumé des résultats

Partagez le [résumé des résultats](#) avec les personnes interrogées. [Détails importants](#)



Nos psychologues et notre coach-thérapeute partenaires

**Dr Isabelle
ZAFRANY**

*Docteur en
Psychologie de
la Santé et
Développement,
Thérapie
cognitive et
clinique*



Vincente VASSALLO

*Coach-Thérapeute en
Santé au Travail
& Stratégie
Entrepreneuriale*

Cabinet R.E.S.P.E.C.T
(Réinventez
l'Entrepreneuriat par la
Santé la Performance
des Echanges et des
Conditions de Travail)



Déborah LIGOT

*psychologue clinicienne
(en formation EMDR),
spécialisée en trouble
du comportement
alimentaire, formatrice
dans la relation d'aide*



**Géraldine
CLAUZON**

*Psychologue -
Praticienne EMDR
et Thérapie
Comportementale
et Cognitive*



**Charlotte
MOYSAN**

*Psychologue et
Docteure en
Entrepreneuriat*



Mailing-type envoyé après chaque entretien

Mail-type appelant Formulaire Amarok E-santé :

Objet du Mail : Suite à notre entretien – Amarok Assistance

Bonsoir M./Mme XXX,

Je fais suite à notre entretien téléphonique de **ce matin/midi/après-midi**.

1) Tout d'abord, pouvez-vous **cliquer sur ce lien** vers un très court questionnaire d'évaluation de notre entretien téléphonique.

Cela nous aidera à savoir ce que nous pourrions éventuellement améliorer.

<https://forms.gle/ZYacYGpuSBRScStz8>

2) Voici les coordonnées de **3 psychologues** pratiquant les TCC à ... :

L'idéal est d'en choisir un(e) et de prendre un premier Rdv.

Si cela se passe bien, il faut continuer avec lui/elle, mais si vous ne le/la sentez pas ou qu'il/elle ne convient pas, il faut changer. Il ne faut pas se forcer à rester avec quelqu'un qui ne nous convient pas.

(Chercher sur le site de l'AFTCC : https://www.aftcc.org/carte_membres)

3) Voici les coordonnées de **5 psychologues pratiquant les TCC à distance, en visio ou par téléphone (dans le cas où vous préféreriez ce moyen ou si on ne trouve pas de psychologue près de chez lui/elle)** :

***Mme ZABLITH Ingrid**

07 86 11 17 60

<https://www.ingridzablith.com/fr/accueil/>

***Mme ZAFRANY Isabelle**

06 50 95 41 47

<https://www.pagesjaunes.fr/pros/51522389>

***M. GAUTIER Pascal** (spécialisé en e-thérapie)

<https://gautierpascal.fr/mon-parcours/>

***Mme Elodie BRUGALLE**

<https://www.elodie-brugalle.fr/votre-psychologue-lille>

***Mme CAHEN Nathalie :**

<https://psychologueadistance.fr/>

4) Concernant les difficultés financières et professionnelles, contactez rapidement **"Second souffle"** et la **cellule de prévention du Tribunal de commerce** :

*Voici les coordonnées de l'association **"Second souffle"** qui aide les entrepreneurs en difficultés (vous pourrez les contacter de la part de l'Observatoire Amarok, ils nous connaissent) : **Il faut remplir et envoyer une demande de contact via ce lien, et Second Souffle vous recontactera rapidement** :

<https://secondsouffle.org/contact/>

Ils proposent régulièrement des **webinaires** intéressants pour les entrepreneurs.

*Voici le site avec les informations concernant la **cellule prévention dans les tribunaux de commerce** (il faut se rapprocher du greffe pour demander un Rdv avec cette cellule), et la manière de demander un Rdv de conseil. Je vous mets aussi le lien vers la brochure faite pour cette cellule de prévention :

- Cellule Prévention des tribunaux de commerce :

Site : <https://www.infogreffe.fr/informations-et-dossiers-entreprises/prevention.html>

- Greffe du tribunal de commerce de XXX (chercher sur Google celui de la ville dont dépend l'entreprise)

Adresse :

Tél. :

5) Voici les coordonnées de l'**Association OSDEI**, qui pourra vous aider notamment sur vos problématiques de contentieux et de saisies. Appelez-les très rapidement :

***Courriel:**

info@aidentreprise.fr

***Nous téléphoner:**

Permanence de 9h à 11h du Lundi au Vendredi :

Tél: 03 89 50 53 47

Urgences 24h/24h et 7j/7j :

06 79 22 50 79

***Site:**

www.aidentreprise.fr

6) En cas d'idées noires ou d'idées suicidaires, appelez d'urgence l'un des numéros suivants :

-  **SUICIDE ECOUTE : [01 45 39 40 00](tel:0145394000)**
-  **Le numéro national de prévention du suicide : [3114](tel:3114)**

7) Voici le site de [60000 Rebonds](https://60000rebonds.com).

Vous pourrez les contacter de la part de l'Observatoire Amarok. Mais uniquement dans le cas où vous ne pourriez pas sauver votre entreprise, ou si vous réfléchissez à déposer le bilan de votre entreprise :

<https://60000rebonds.com/nous-contacter/>

8) Voici les références des applications et livres qui peuvent vous aider au niveau de la gestion du stress et de votre bien-être physique et mental :

*Voici des **applications de psychothérapie TCC** qui semblent être efficaces et qui peuvent être un système qui vous conviendrait :

- **Feel (TCC)**
- **MindDay**
- **Jardin mental (mon suivi psy)**

*Au niveau des techniques bien-être à essayer, vous avez :

- La cohérence cardiaque (application gratuite "Respirelax +")
- La méditation pleine conscience (application "Petit bambou" ou "Calm" ; ou chaîne youtube "Mindful attitude")
- La sophrologie (application "Sophrologie avec petit bambou")

*Voici quelques livres que je peux vous conseiller (petits prix) :

- **"Réussir son burnout, récits de résistantes"** : Corinne Le Bars, éditions Eres
- **"La clé de votre énergie"** : Natacha Calestreme, éditions Albin Michel
- **"Je réinvente ma vie"** : Jeffrey E. Young, collection Les éditions de l'homme (<http://gehpdf.blogspot.com/2017/08/telecharger-je-reinvente-ma-vie-vous.html>)
- **"Les secrets d'un bon sommeil"** : Céline Braun Debourges, collection Jouvence
- **"Les 50 règles d'or de la pensée positive"** : Latifa Gallo, collection Les mini Larousse
- **"Les 50 règles d'or pour ne pas stresser"** : Helen Monnet, collection Les mini Larousse
- **"Les 50 règles d'or anti-burnout"** : Latifa Gallo, collection Les mini Larousse
- **"Se libérer des pensées parasites"** : Jean-Yves Arrivé, collection Larousse poche
- **"No stress! Exercices pour rester zen en toutes circonstances"** : Gilles Diederichs, collection petit carnet bien-être Larousse
- **"Pensée positive! Exercices pour s'entraîner au bonheur"** : Latifa Gallo, collection petit carnet bien-être Larousse
- **"Lâcher-prise! Exercices pour développer confiance et sérénité"** : Helen Monnet, collection petit carnet bien-être Larousse
- **Les ouvrages de Christophe ANDRE et de Frédéric FANGET** (estime de soi, confiance en soi et affirmation de soi)
- **"Ce que l'argent dit de vous – Interrogez votre relation à l'argent pour une vie plus sereine"** : Christian Junod, éditions Eyrolles
- **"Réussir son burn-out"** : Corinne Le Bars, éditions érès
- **"Votre santé optimisée : Le protocole quotidien qui va changer votre vie"** : Dr Emilie Steinbach, éditions Marabout

Il existe d'autres livres et cahiers d'exercices dans le même style, donc n'hésitez pas à en essayer d'autres.

N'hésitez pas à revenir vers moi en cas de besoin, et surtout prenez soin de vous. Et je serai ravie d'avoir de vos nouvelles dans les mois qui viennent.

Le formulaire de satisfaction



Votre avis sur l'outil Amarok e-santé et l'entretien avec la psychologue

Bonjour, vous venez de bénéficier d'un entretien téléphonique avec notre psychologue, dans le cadre de notre dispositif d'écoute "Amarok Assistance" (dispositif dédié aux entrepreneurs en difficulté et/ou en risque de burnout).

Nous vous remercions de la confiance que vous lui avez témoignée, et souhaitons connaître votre avis sur cet entretien, ainsi que sur l'outil "Amarok e-santé".

laure.chanselme@gmail.com [Changer de compte](#)



✉ Non partagé

* Indique une question obligatoire

Qu'avez-vous pensé de l'outil "Amarok e-santé" qui vous a été proposé ? *

Votre réponse

Auprès de quel service de santé au travail ou organisme professionnel votre entreprise cotise-t-elle ou adhère-t-elle? *

Quel est votre degré de satisfaction par rapport à l'ensemble de l'entretien ? *

	1	2	3	4	5	
Pas du tout satisfait(e)	☐	☐	☐	☐	☐	Tout à fait satisfait(e)

Quel est votre degré de satisfaction par rapport à la qualité de l'écoute que vous avez reçue ? *

	1	2	3	4	5	
Pas du tout satisfait(e)	☐	☐	☐	☐	☐	Tout à fait satisfait(e)

Quel est votre degré de satisfaction par rapport à l'ensemble des solutions qui vous ont été proposées ? *

	1	2	3	4	5	
Pas du tout satisfait(e)	☐	☐	☐	☐	☐	Tout à fait satisfait(e)

Avez-vous l'intention de mettre en place des actions et changements dans les mois à venir ? *



Avez-vous l'intention de mettre en place des actions et changements dans les mois à venir *

☐ Oui

☐ Non

Si oui, quels sont les conseils que vous avez prévu d'appliquer ? Quels sont les changements/actions que vous souhaitez mettre en place ?

Votre réponse

Que vous a apporté cet entretien ?

Votre réponse

Quel a été votre ressenti à la fin de l'entretien ?

Votre réponse

Avez-vous des commentaires ou des suggestions d'amélioration à formuler concernant le dispositif "Amarok E-santé" (outil + entretien) ?

Votre réponse

Parfois des journalistes recherchent des entrepreneurs prêts à témoigner de leur histoire. Seriez-vous ouvert(e) à l'idée de témoigner un jour sur votre vécu et vos difficultés en tant qu'entrepreneur (il est toujours possible d'anonymiser un témoignage)?

☐ Oui, recontactez-moi si l'occasion se présente

☐ Non

☐ Autre :

Souhaitez-vous être recontacté dans quelques mois par notre psychologue, afin de faire un point sur l'évolution de votre situation? *

☐ Oui

☐ Non

Quelques retours via nos formulaires de satisfaction

Question : Qu'avez-vous pensé de l'outil "Amarok e-santé" qui vous a été proposé ?

« Utile »

« Un outil bien
en place avec
des intervenants
très réactifs »

« Très bien »

« Accessible
facilement »

« clair et concret »

« Efficace »

« C'est une aide précieuse et
non intrusive »

« Simple
d'utilisation »

« Bienveillant,
rapide et efficace »

« Bon outil pour
les chefs
d'entreprise »

« Bonne analyse
de la situation et
de la sante du
dirigeant ! »

« Une bonne
approche pour
détecter ce qui
ne va pas ou ce
qui va »

« Directionnel
mais réaliste »

« Formidable ! »

« J'ai été
agréablement
surprise qu'on
s'intéresse pour
une fois au chef
d'entreprise »

« C'est une très
bonne initiative »

« Nécessaire »

« Intuitif »

« Très révélateur »

« Une vraie aide pour me guider
avant de regretter mes choix »

« Parfaitement
adapté »

Question : Que vous a apporté cet entretien ?

« Calme et sérénité »

« Beaucoup d'outils »

« Se sentir écouté et compris »

« De l'apaisement »

« De l'espoir et des solutions »

« Du bien-être »

« Des mots sur des maux »

« Prise de conscience de l'importance de m'occuper de moi »

« Beaucoup de conseils »

« Se sentir aidé »

« De l'aide alors que je n'ai pas l'habitude d'en demander ni d'en avoir »

« Confirmation de certaines de mes interrogations »

« De la compréhension »

« De pouvoir exposer ma problématique sans filtre »

« Des tas de ressources, une écoute bienveillante et des conseils positifs »

« Du soutien »

« Du recul sur l'origine de mes ressentis »

« Du réconfort, une écoute pertinente, de la bienveillance »

« Identifier les difficultés »

« Des émotions positives, des encouragements, des pistes pour aller mieux »

« De la réflexion sur ma façon de percevoir les choses »

« Certains éléments de réponse à mon problème grandissant »

Question : Quel a été votre ressenti à la fin de l'entretien ?

« Je suis plus sereine »

« Je me suis senti
compris »

« Fatiguée »

« L'envie de voir
devant... »

« il y a des solutions »

« Motivation »

« Être en phase
avec moi-même »

« Un soulagement de savoir qu'il y'a
une personne qui me comprenne »

« Remotivé »

« Que l'entretien
était nécessaire »

« Plus d'optimisme et fatiguée d'avoir
vidée mon sac »

« Très bien, je
recommande
vivement »

« Ne plus être seul »

« Prendre du
positif et me
l'appliquer ! »

« Que j'ai très bien fait de faire
cette démarche »

« Plus
d'apaisement »

« Un mieux-être, une
empathie à mon égard »

« un soulagement et un
espace de parole
privilegié »

« J'étais soulagée
et contente »

« J'ai retrouve une
forme de sérénité pour l
avenir, et j'ai souri »

« les choses sont plus claires et la
situation me semble moins
embuée »

« Je me sentais
mieux, reboostée »

« De la légèreté, un bien-être »

Le portail du rebond des entrepreneurs

- 4 associations qui aident les entrepreneurs en difficultés
 - <https://portaildurebond.eu/>





LE PORTAIL DU REBOND DES ENTREPRENEURS



N° Vert 0 805 691 880

7 JOURS/7 - 24 HEURES/24



Téléchargez notre application

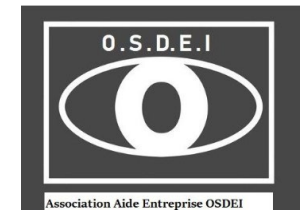


DISPONIBLE SUR
App Store



DISPONIBLE SUR
Google Play

L'ÉCOSYSTÈME DE L'ENTRAIDE ENTREPRENEURIALE



ET BIEN D'AUTRES...



L'intelligence artificielle au service d'Amarok e-Santé et évolutions de l'outil de reporting



Maxime BRISOT
dirigeant de In Astra

AMAROK E-SANTÉ 2025





Connaissez-vous Cariboot ?

OUI.....A

NON.....B



Avez-vous déjà utilisé Cariboost ?

OUI.....A

NON.....B

CARIBOOST **EN DÉTAILS**



CARIBOOST
CHATBOT

AVANTAGES CARIBOOST CHATBOT

- **1** – Intelligence Artificielle (NLP)
- **2** – Connexion en temps réel
- **3** – Croisement des données



Données x Genre x Âge x Lieu x Taille x Capital x Secteur...

Genre x Risque d'épuisement pro.

Palmarès des stressseurs x Âge

Palmarès des satisfacteurs x Région

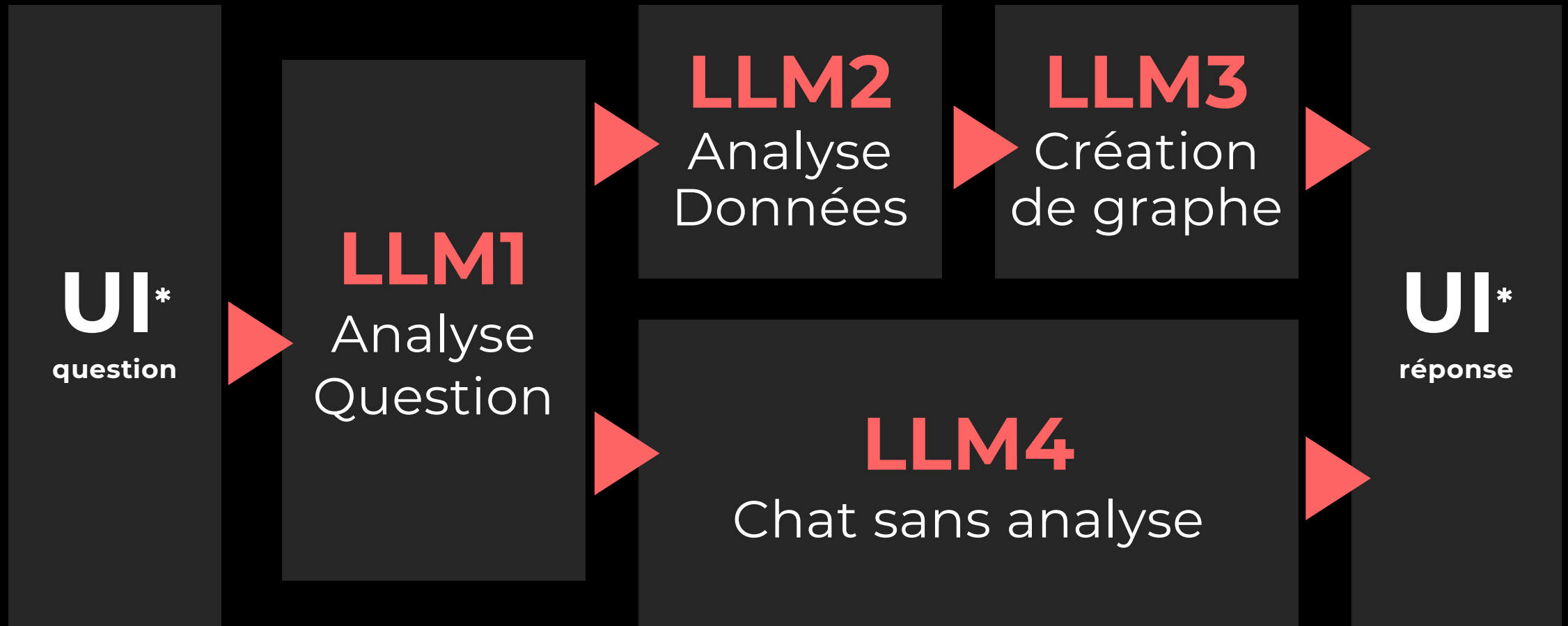
Âge x Département x ISE

Secteurs d'activité x Département x Âge x ISE

Capital x Âge x Satisfacteurs

Genre x Âge x Stressseurs

SCHÉMA CARIBOOST CHATBOT



**UI : User Interface (Interface utilisateur)*



Je veux savoir qui, des hommes ou des femmes, sont les plus épuisés ?



Je vais analyser les scores de burnout en fonction du genre.



D'après notre analyse, les résultats montrent que les femmes ont un score de burnout moyen de 4,77, tandis que les hommes ont un score de burnout moyen de 4,44. Cela suggère que les femmes sont plus susceptibles d'être exposées au risque d'épuisement professionnel que les hommes.

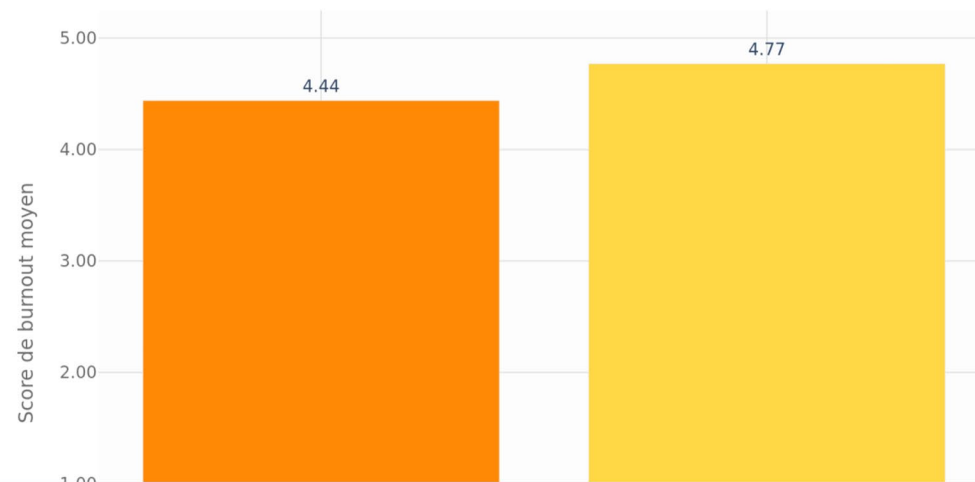
Voici les résultats détaillés :

1. **Homme** : 4,44
2. **Femme** : 4,77

Ces résultats sont basés sur l'analyse des scores de burnout moyens pour chaque genre, en excluant les valeurs non définies et en utilisant les données réelles de la base de données SQL. Il est important de noter que ces résultats sont précis et basés sur les données disponibles, et qu'ils ne sont pas arrondis excessivement.



Scores de burnout moyens par genre





Je veux savoir quel est le département où l'on trouve le plus de dépôt de bilan ?



Je vais analyser les données pour trouver le département avec le plus de dépôt de bilan.



D'après notre analyse, les départements avec le plus de dépôt de bilan sont :

1. Saône-et-Loire (71) : 42 dépôts de bilan
2. Haute-Garonne (31) : 33 dépôts de bilan
3. Gard (30) : 22 dépôts de bilan
4. Hérault (34) : 22 dépôts de bilan
5. Doubs (25) : 20 dépôts de bilan
6. Seine-Maritime (76) : 18 dépôts de bilan
7. Ain (01) : 14 dépôts de bilan
8. Guadeloupe (971) : 14 dépôts de bilan
9. Dordogne (24) : 14 dépôts de bilan
10. Gers (32) : 14 dépôts de bilan
11. Loire (42) : 14 dépôts de bilan
12. Aude (11) : 11 dépôts de bilan
13. Bouches-du-Rhône (13) : 11 dépôts de bilan
14. Corrèze (19) : 11 dépôts de bilan
15. Pas-de-Calais (62) : 10 dépôts de bilan
16. Paris (75) : 10 dépôts de bilan
17. Gironde (33) : 9 dépôts de bilan
18. Rhône (69) : 9 dépôts de bilan
19. Nord (59) : 9 dépôts de bilan
20. Hauts-de-Seine (92) : 9 dépôts de bilan

Ces résultats montrent que les départements avec le plus de dépôt de bilan sont principalement situés dans les régions de l'Est et du Sud de la France.

Détails sur le calcul :

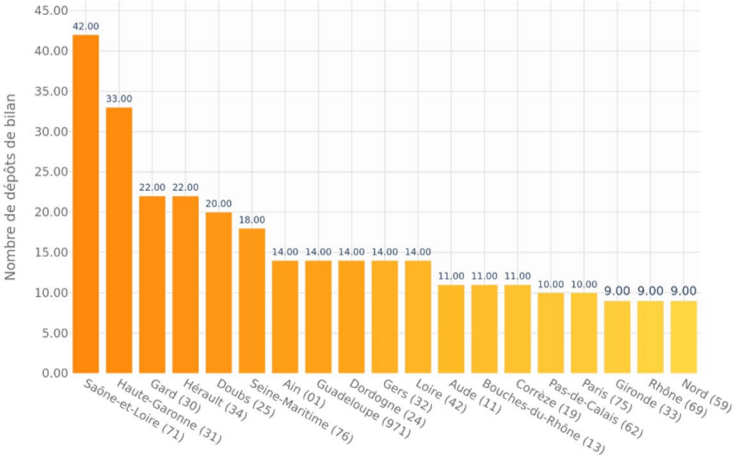
Nous avons utilisé la base de données AES_AI pour analyser les données de dépôt de bilan. Nous avons sélectionné les départements avec le plus de dépôt de bilan en utilisant la colonne DEPARTEMENT_TRAVAIL et en comptant le nombre de fois où la colonne STR1 est égale à 1 (dépôt de bilan). Nous avons exclu les départements non français et les valeurs non définies.

Conclusion et recommandations :

Ces résultats peuvent aider les entreprises et les organisations à identifier les départements avec le plus de dépôt de bilan et à prendre des mesures pour prévenir les difficultés financières. Il est important de noter que les résultats peuvent varier en fonction des critères de sélection et des données utilisées. Il est donc important de consulter les données originales et de prendre en compte les facteurs spécifiques à chaque département pour obtenir une compréhension plus complète de la situation.



Départements avec le plus de dépôt de bilan





Quel est le palmarès des satisfacteurs pour les femmes de l'Hérault ?



D'après notre analyse, voici les résultats de la requête concernant les satisfacteurs pour les femmes de l'Hérault :

1. Satisfaction de la clientèle : 39,31%
2. Bonne entente avec les associés : 9,09%
3. Prise de vacances du dirigeant : 8,35%
4. Formation/Coaching du dirigeant : 5,41%
5. Bon climat social : 4,18%
6. Bonne implication du personnel : 3,93%
7. Création d'une nouvelle entreprise : 3,44%
8. Agrandissement des locaux : 3,19%
9. Cession/Transmission de l'entreprise : 1,72%
10. Déplacements professionnels : 1,72%
11. Célébration/Événement festif dans l'entreprise : 1,72%
12. Lancement d'un nouveau projet/produit : 1,47%
13. Nouvel équipement : 0,98%
14. Réunion avec les associés : 0,98%
15. Bon résultat annuel : 0,74%
16. Nouvelle organisation stratégique : 0,74%
17. Déménagement de l'entreprise : 0,74%
18. Hausse de l'activité commerciale : 0,74%
19. Succès de la stratégie : 0,49%
20. Réunion avec les salariés : 0,49%
21. Recrutement d'un salarié : 0,49%
22. Arrivée d'un nouvel investisseur/associé : 0,25%
23. Valorisation du travail du dirigeant : 0,25%
24. Bonne prospection : 0,25%
25. Rentrée de liquidités : 0,25%

Ces résultats montrent que les femmes de l'Hérault accordent une grande importance à la satisfaction de la clientèle, suivie de la bonne entente avec les associés et de la prise de vacances du dirigeant. Les autres satisfacteurs, tels que la formation/coaching du dirigeant, le bon climat social et la bonne implication du personnel, sont également importants, mais à un degré moindre.

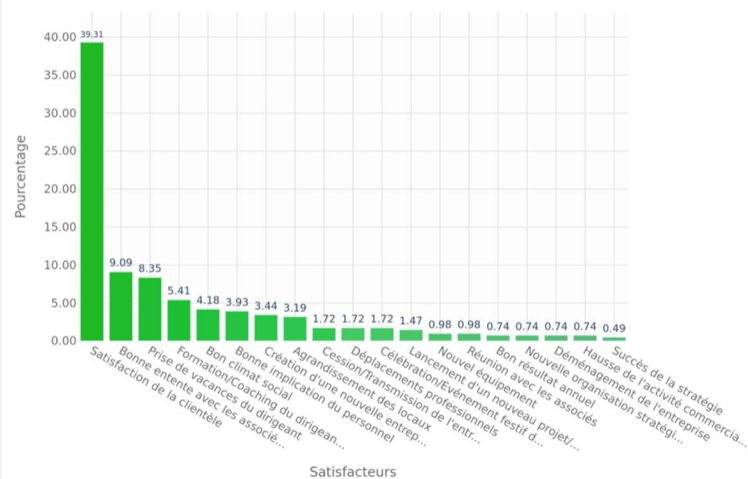
Il est important de noter que ces résultats sont basés sur les données de la base de données AES AI et peuvent ne pas être représentatifs de l'ensemble de la population féminine de l'Hérault. Cependant, ils peuvent fournir des insights utiles pour les entreprises et les organisations qui cherchent à comprendre les besoins et les préoccupations des femmes entrepreneurs dans cette région.



Je vais analyser les satisfacteurs pour les femmes de l'Hérault.



Satisfacteurs pour les femmes de l'Hérault



ET SI ON ALLAIT PLUS LOIN ?



CARIBOOST
CALLBOT

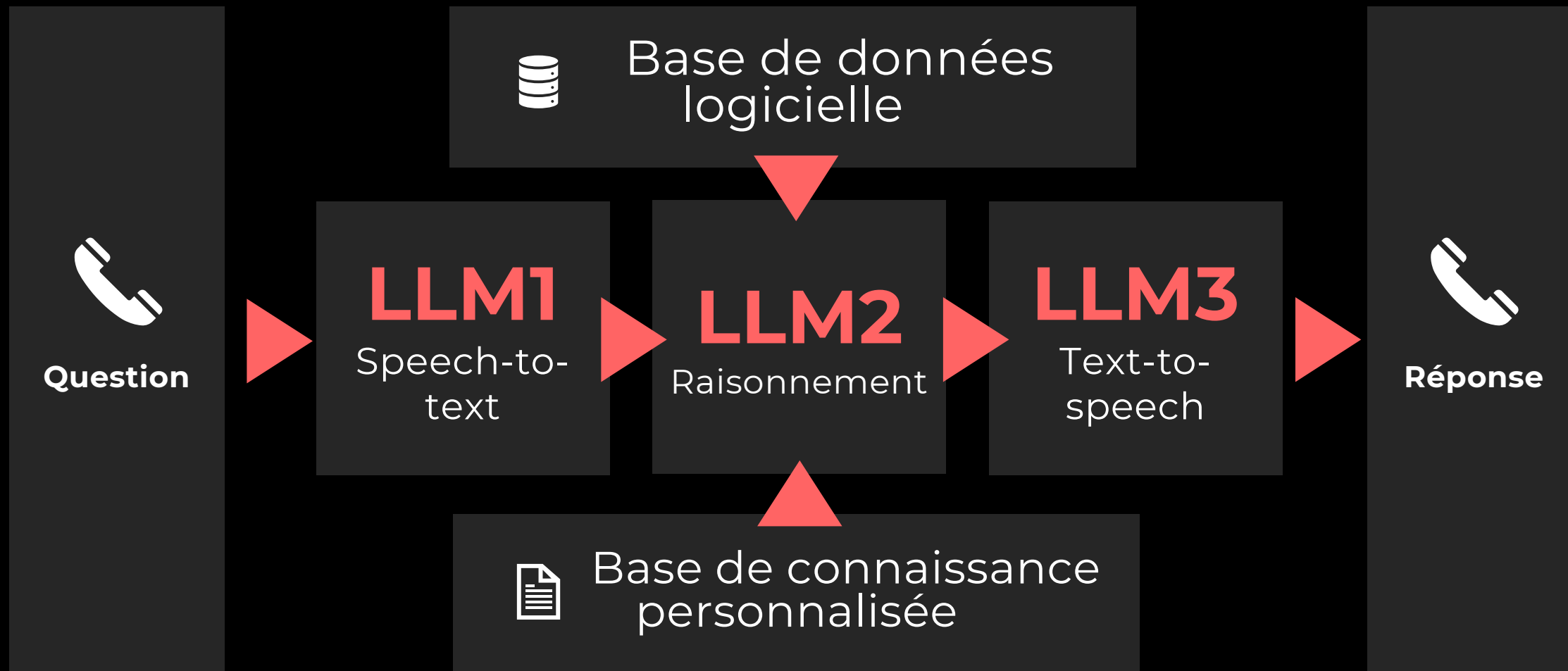
PRINCIPALES MISSIONS

- **1** – Explications de résultats
- **2** – Questions avancées sur le fonctionnement
- **3** – Questions de méthodologie

AVANTAGES CARIBOOST CALLBOT

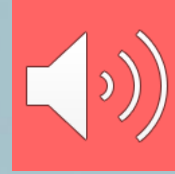
- **1** – Disponibilité 24/7
- **2** – Taux décroché de 100%
- **3** – Connexion en temps réel à la base de données

SCHÉMA CARIBOOST CALLBOT

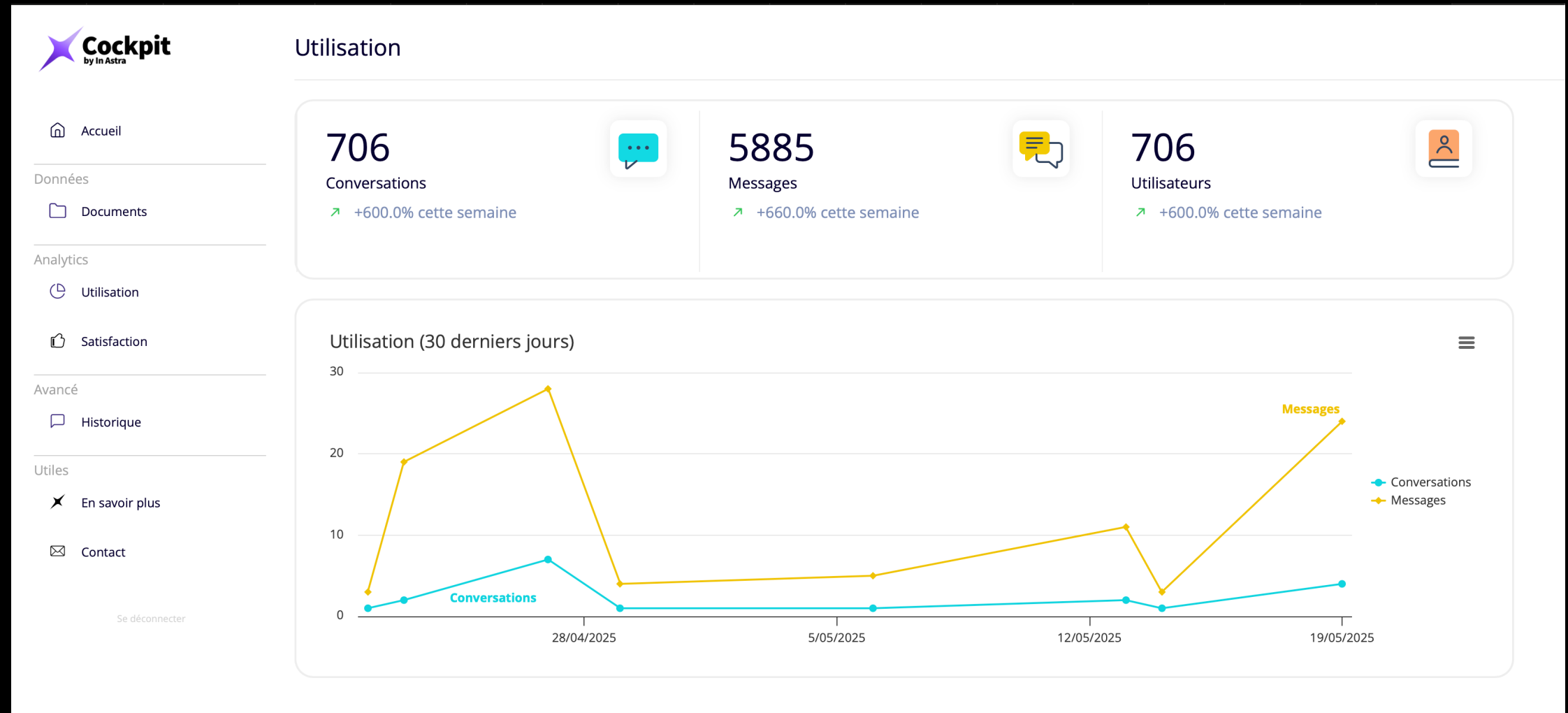




CARIBOOST CALLBOT

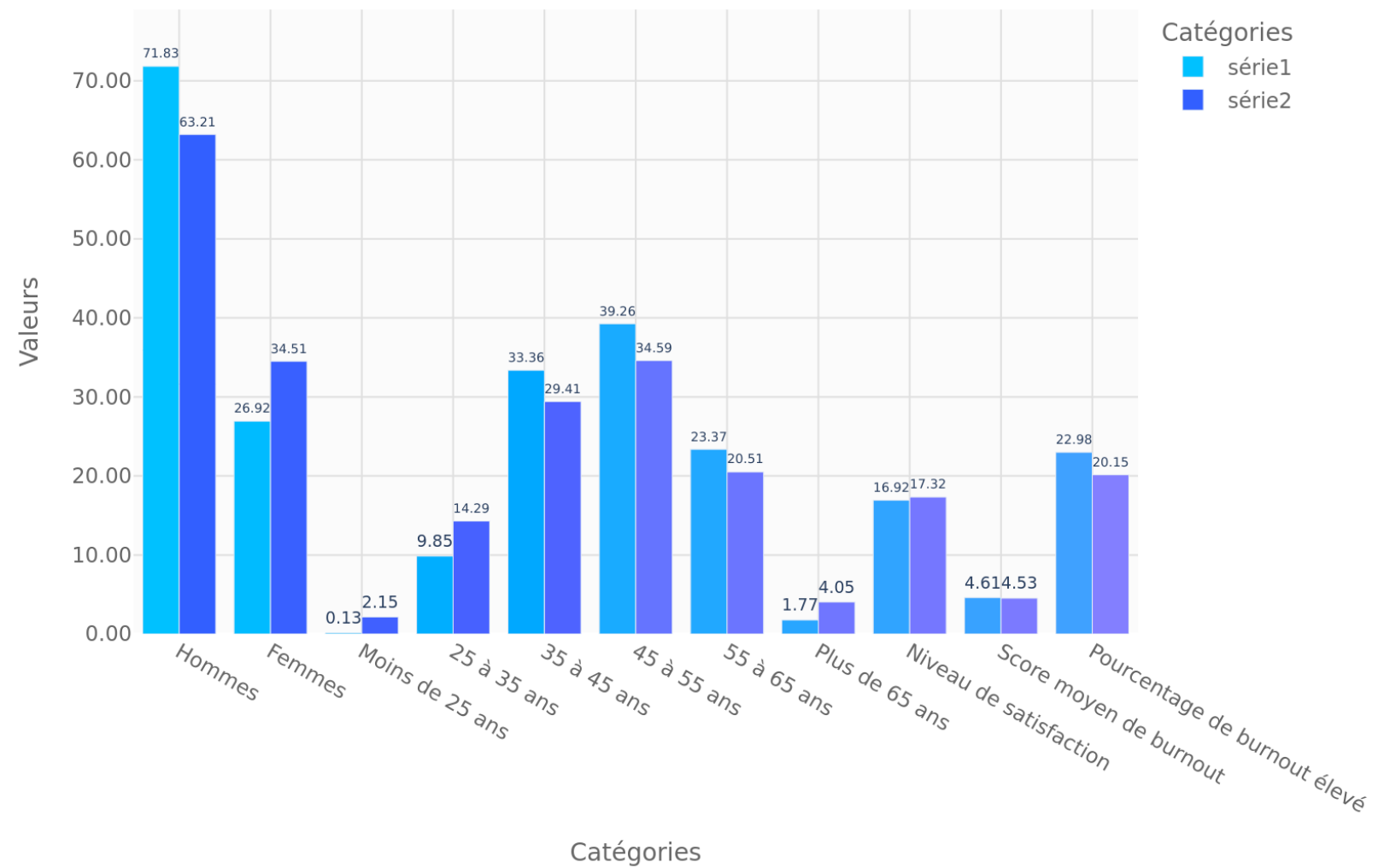


PREMIERS CHIFFRES

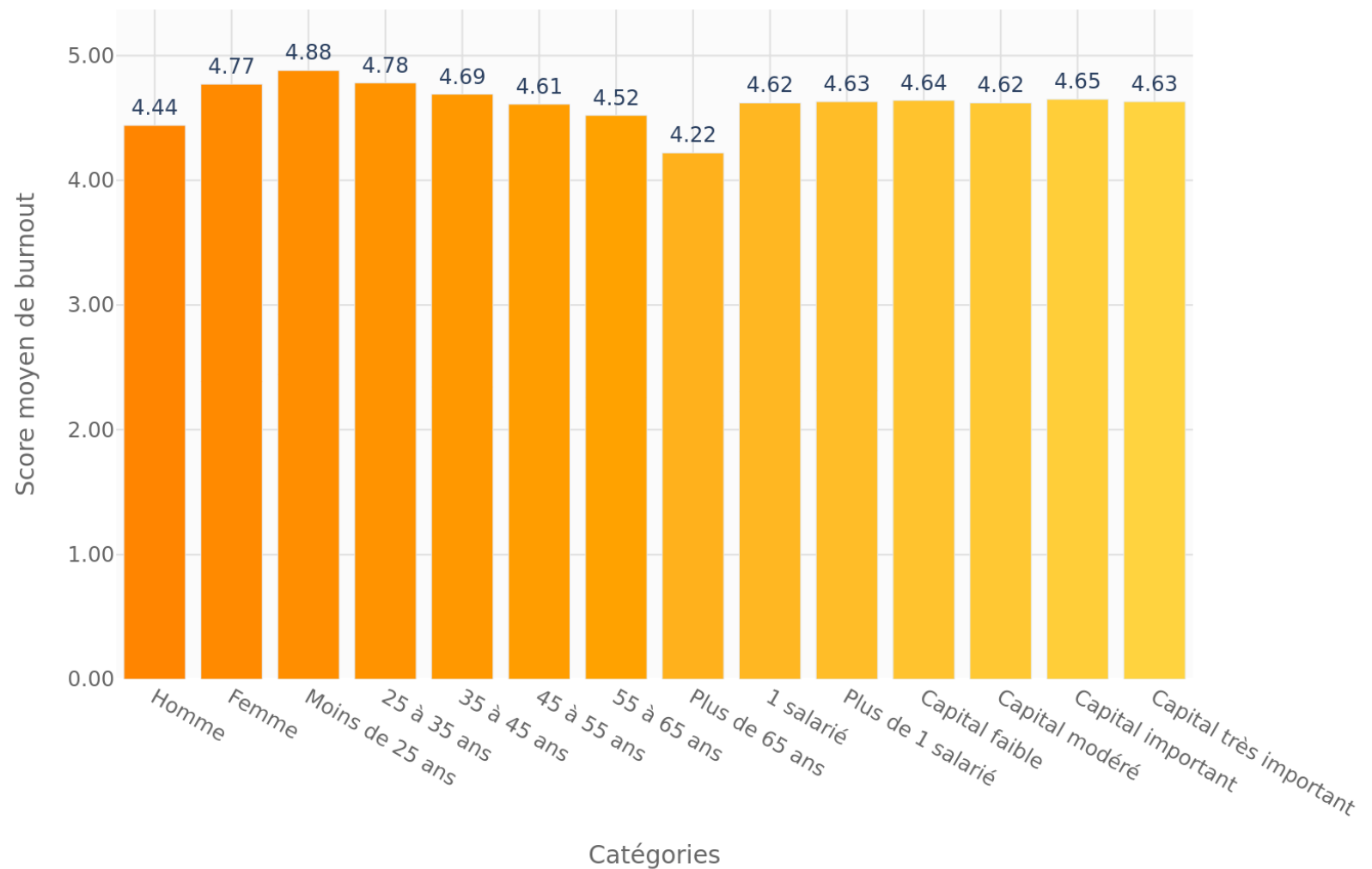


EXEMPLES INSTRUCTIFS

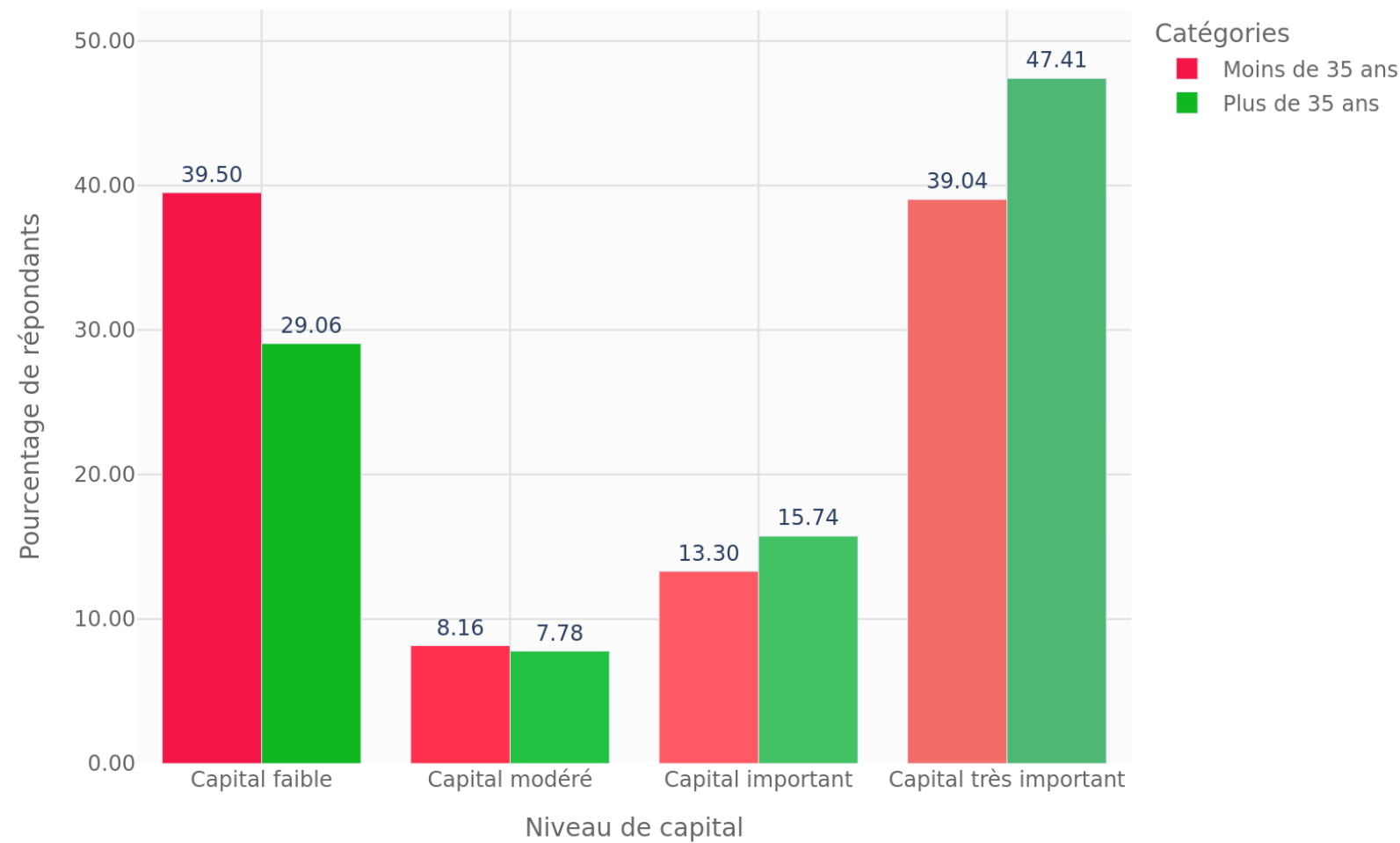
Comparaison des indicateurs du secteur du bâtiment avec la moyenne de tous les secteurs



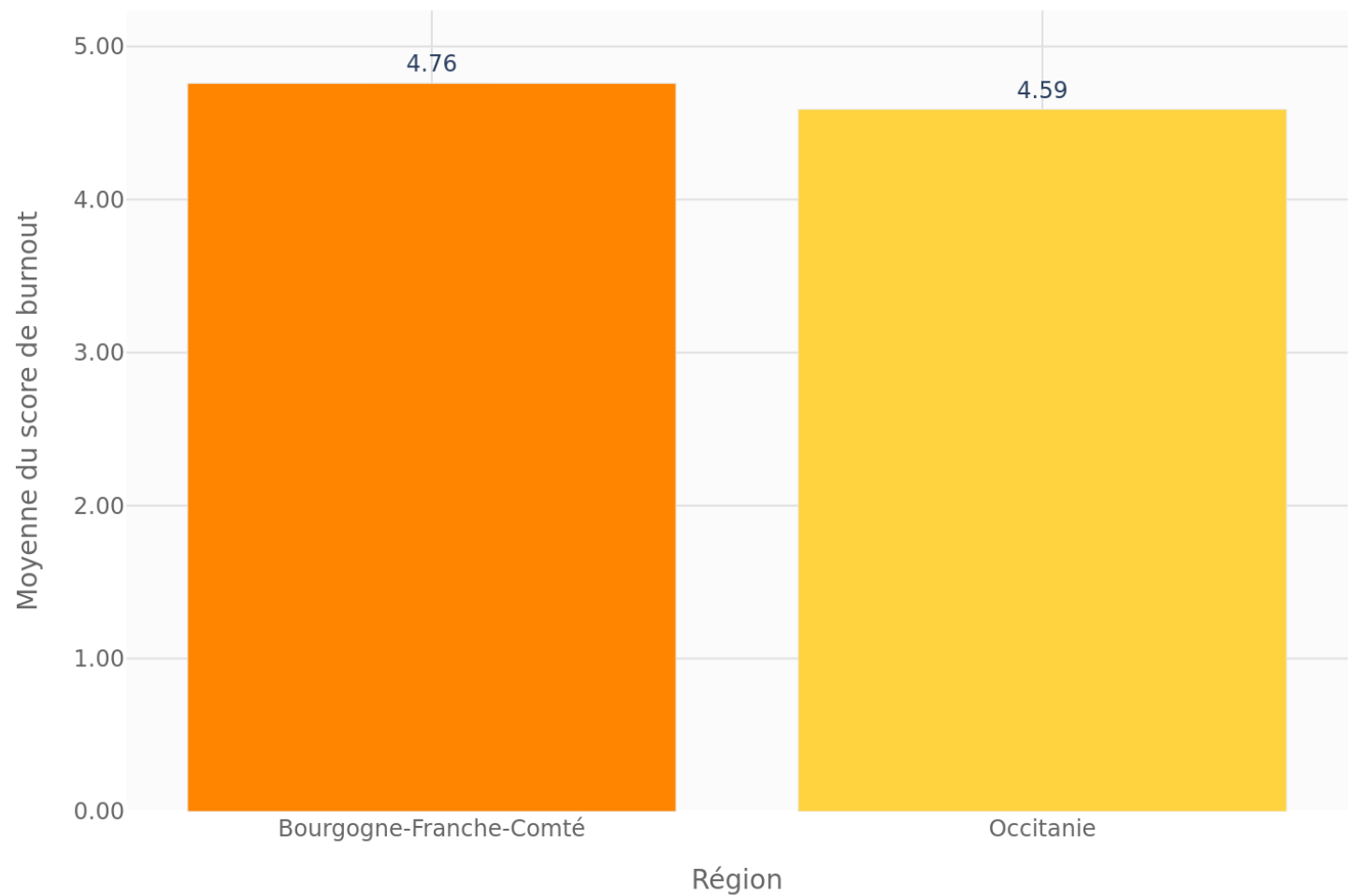
Score moyen de burnout en fonction du genre, de l'âge, de la taille de l'entreprise et du



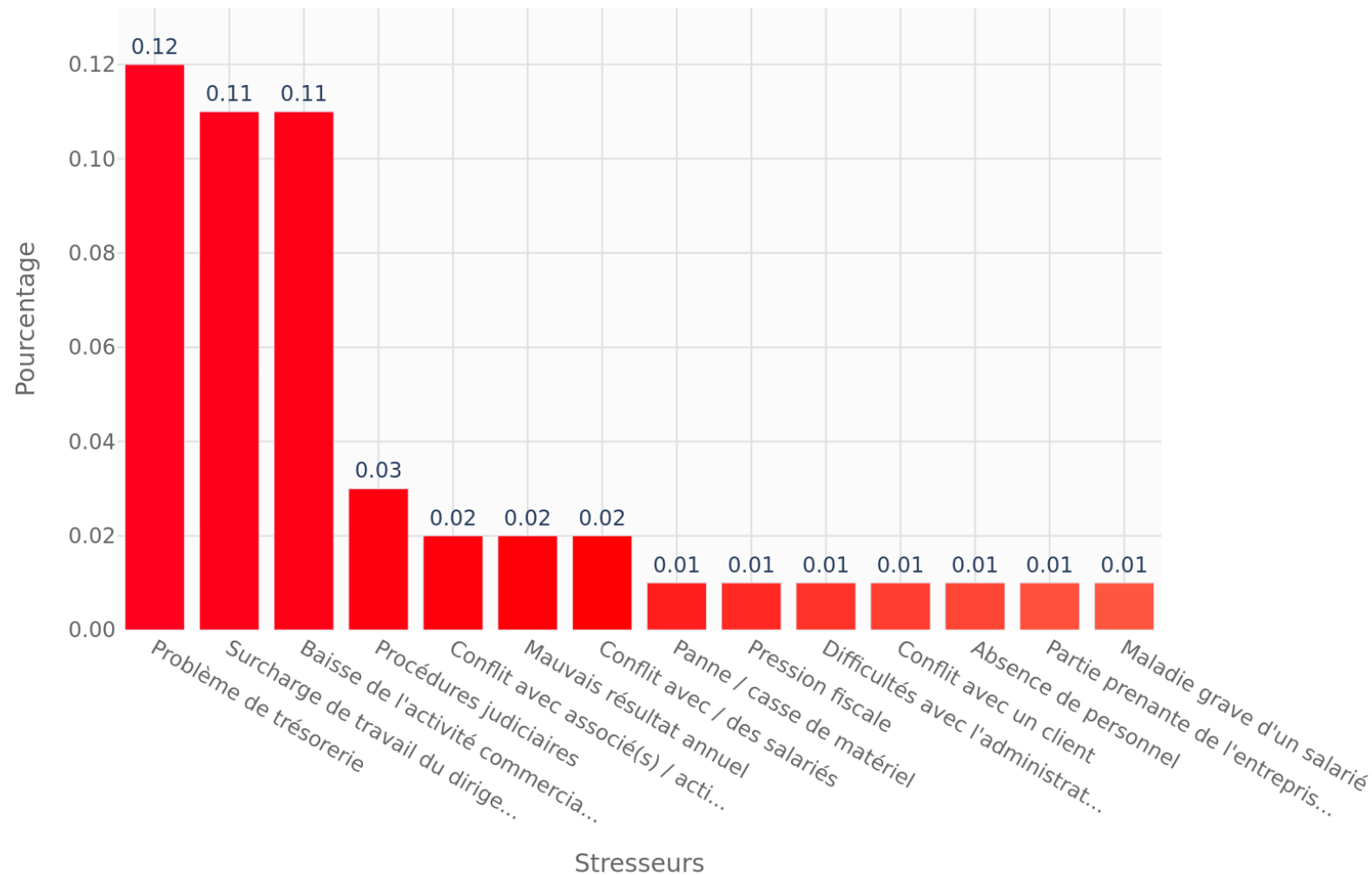
Répartition des répondants par âge et capital



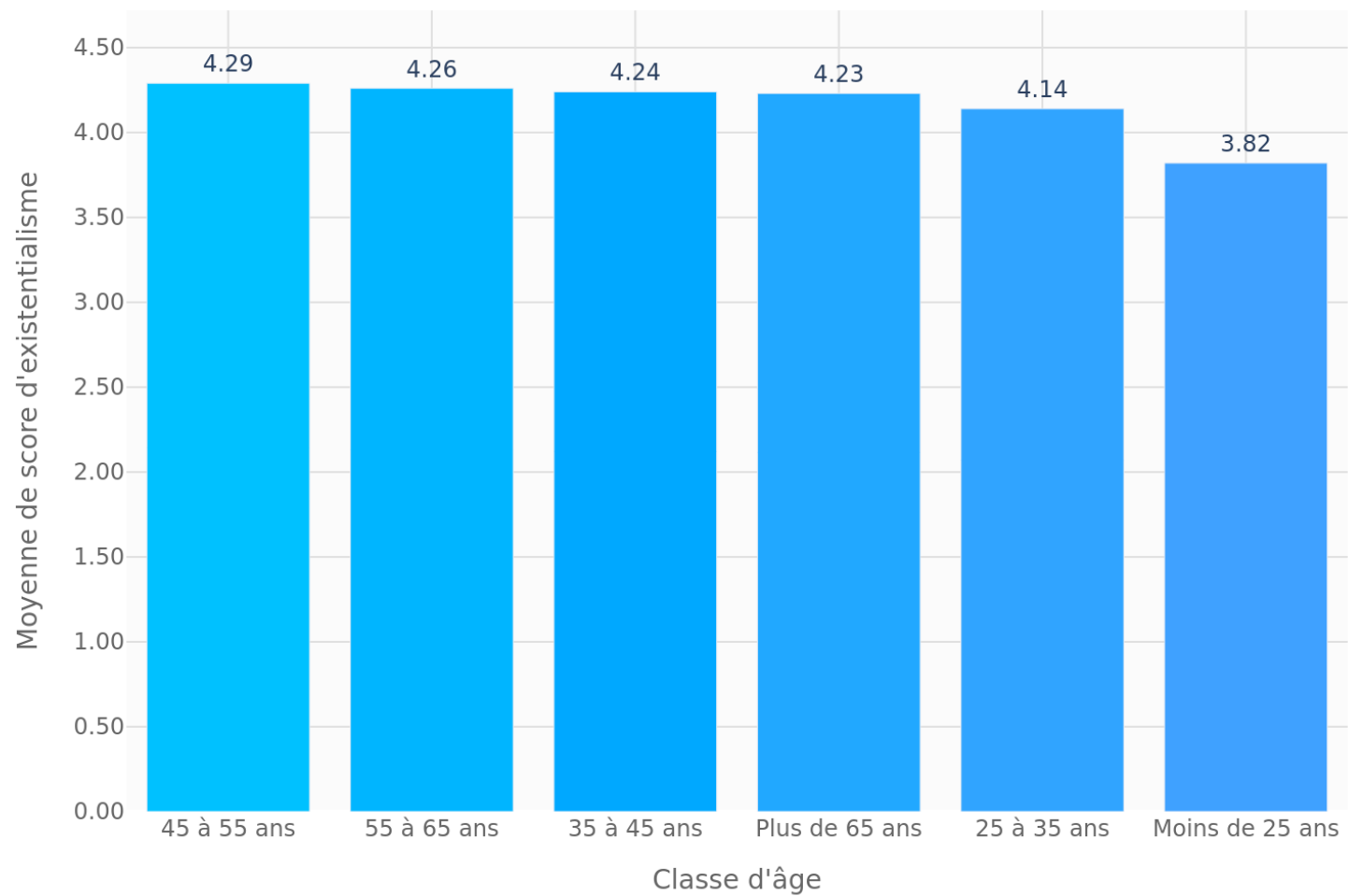
Moyenne du score de burnout par région



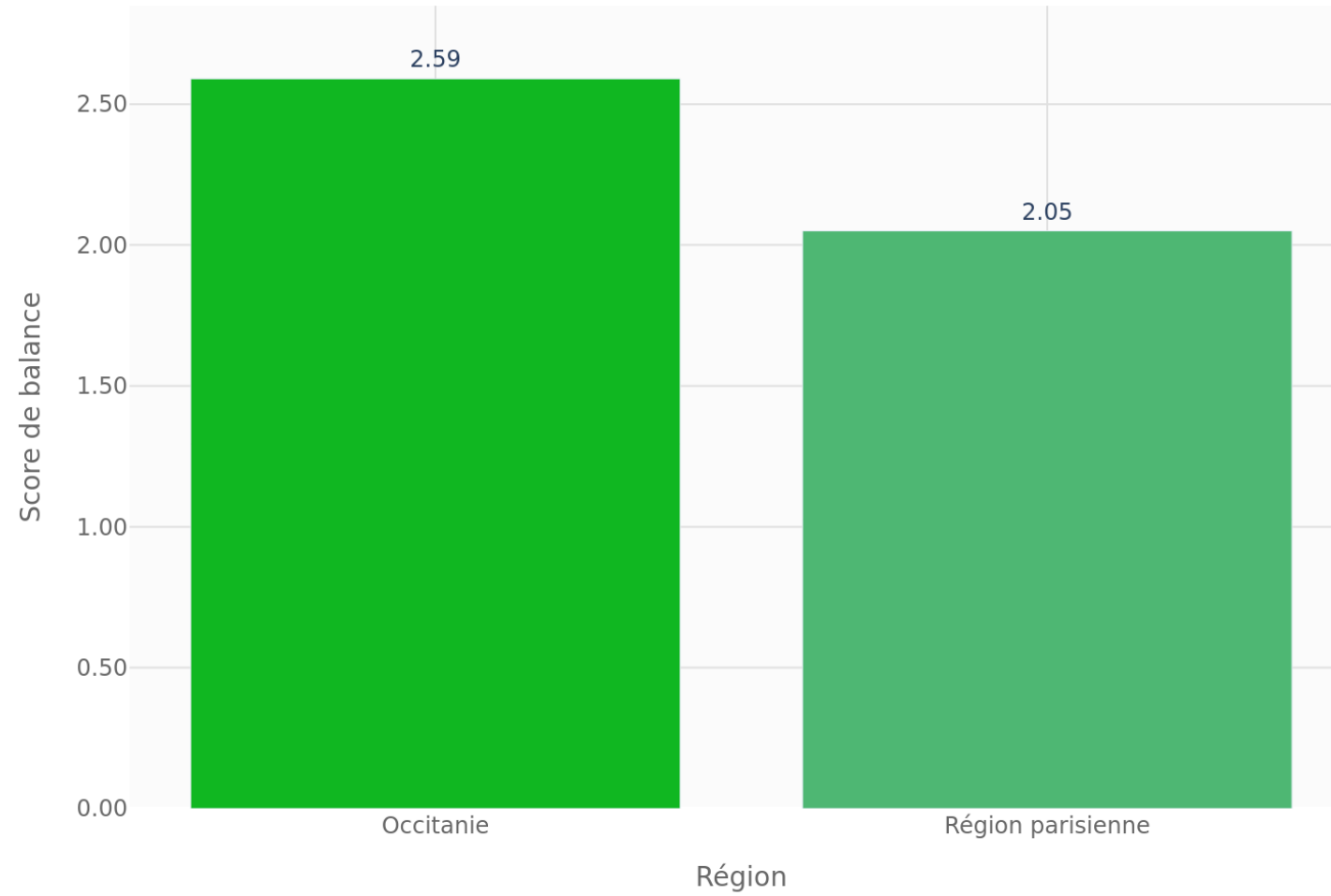
Stresseurs les plus courants chez les femmes de plus de 45 ans dans le Gard



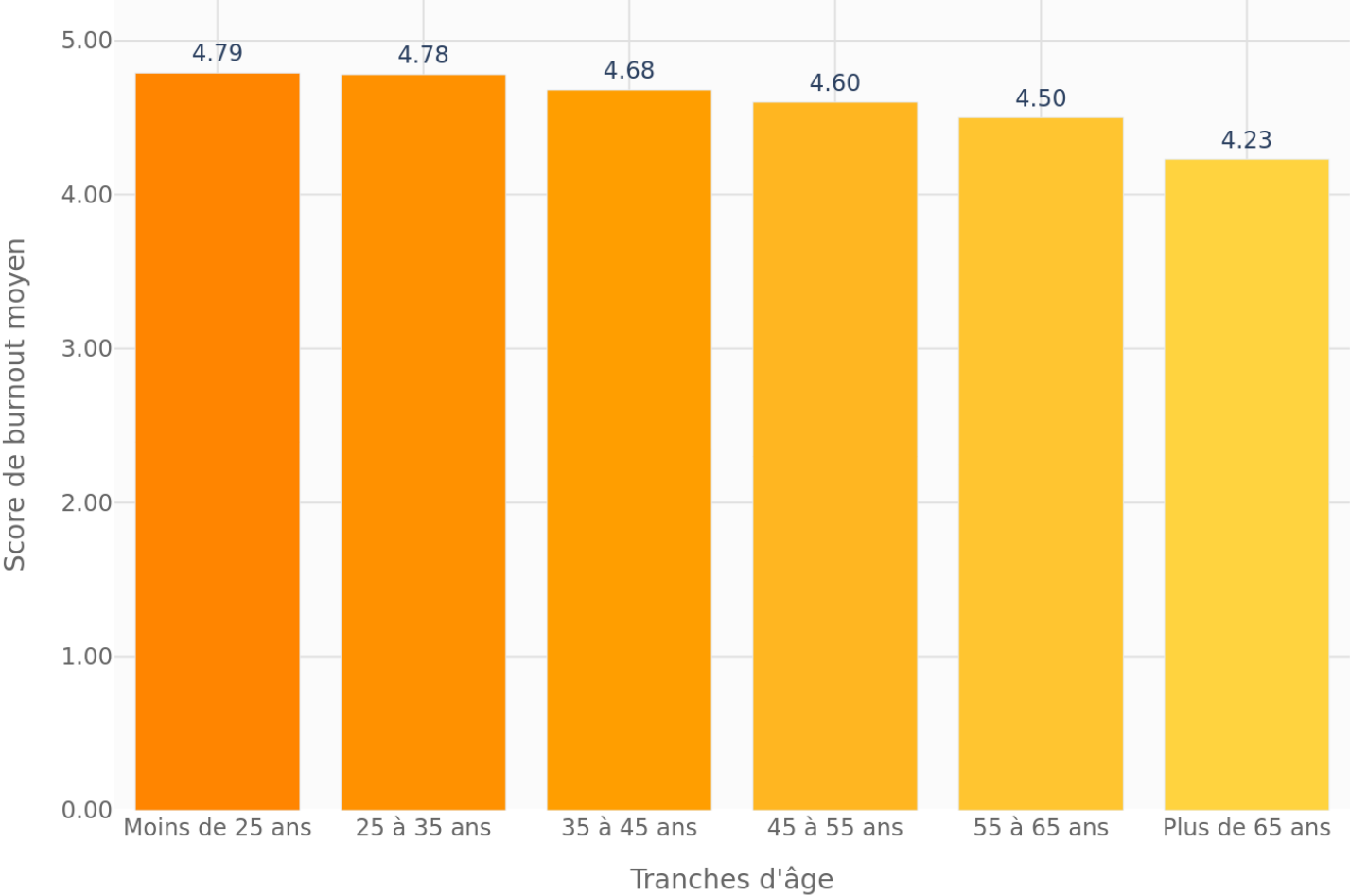
Moyenne de score d'existentialisme par classe d'âge



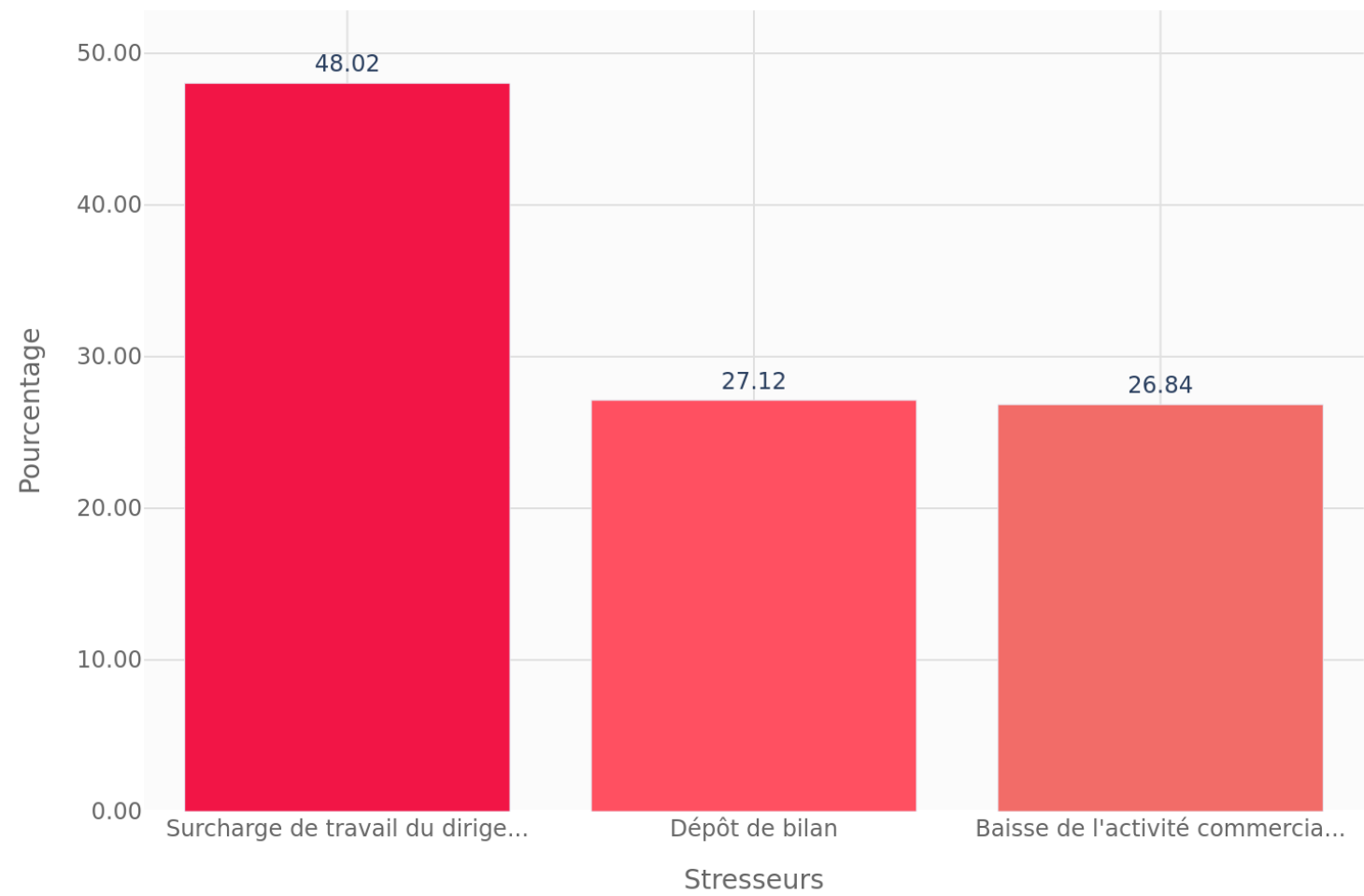
Scores de balance des répondants en Occitanie et en région parisienne



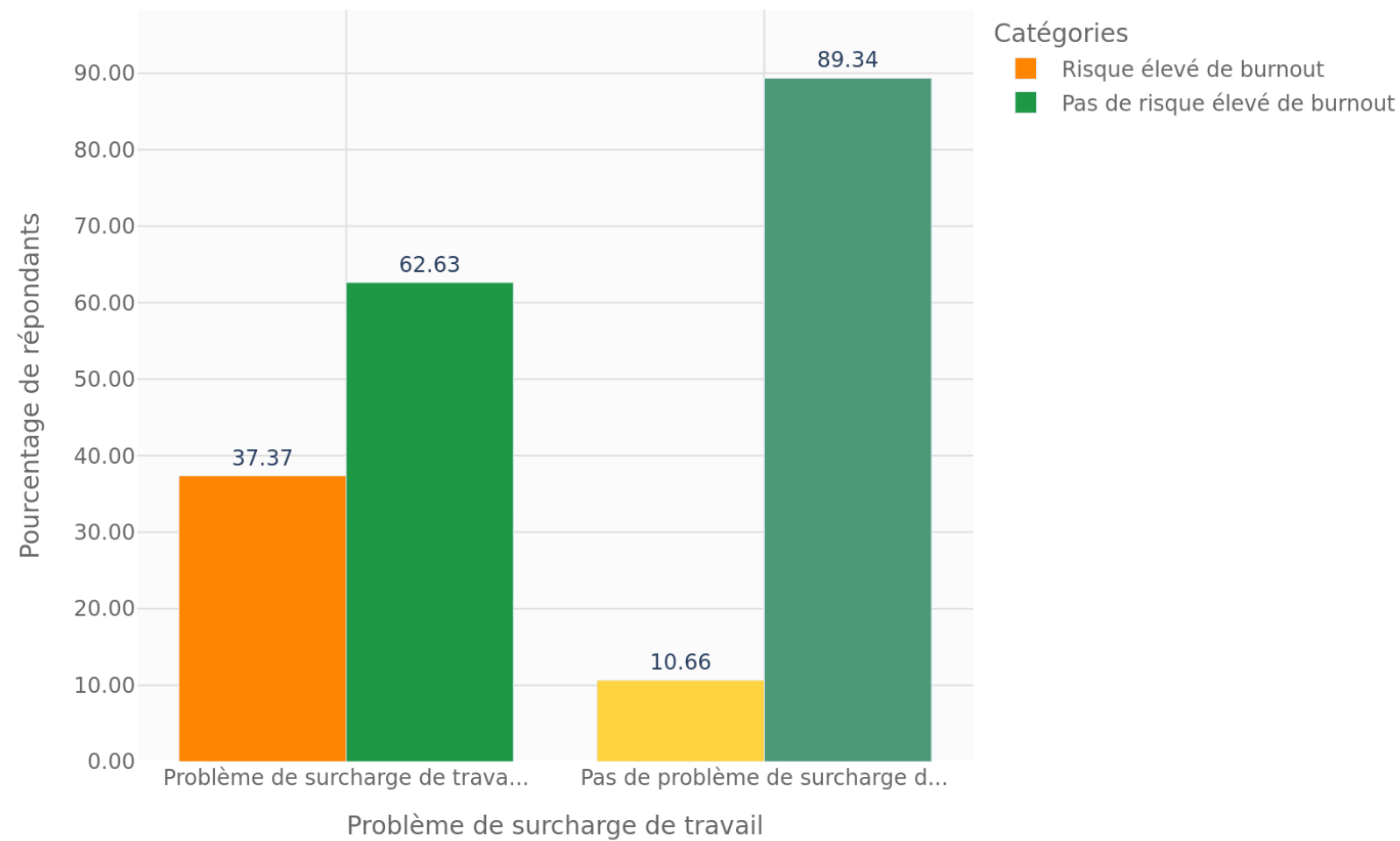
Score de burnout moyen en fonction de l'âge



Stresseurs les plus fréquents pour les dirigeants de plus de 55 ans en Normandie



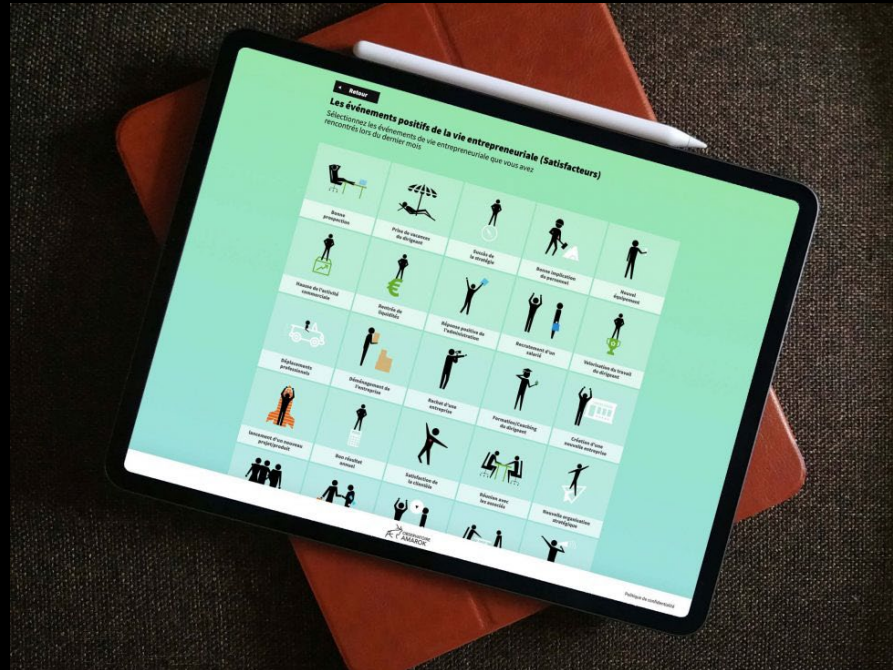
Risque de burnout en fonction de la surcharge de travail



EVOLUTIONS À VENIR

- **1** – Intégration des nouveaux modèles (Llama 4)
- **2** – Correctifs visuels
- **3** – Déploiement sur la version Agriculture + Maires

AMAROK E-SANTÉ V2



LES CHIFFRES CLÉS

26 529
réponses

56,72%
ISE* France

+ 3M
données

4
versions

5
langues

8
pays

**ISE: Indicateur de salutogénèse entrepreneuriale (Nombre de balances entrepreneuriales positives / Total de balances entrepreneuriales)*

◀ Retour

Les événements positifs de la vie entrepreneuriale (Satisfacteurs)

Sélectionnez les événements de vie entrepreneuriale que vous avez rencontrés lors du dernier mois



Réunion avec
les associés



Cession/transmission de
l'entreprise



Recrutement d'un
salarié



Bonne implication
du personnel



Bonne entente avec
les associés



Réunion avec
les salariés



Événement festif
dans l'entreprise



Valorisation du travail
du dirigeant



Nouvel
équipement



Bon climat
social



Déménagement de
l'entreprise



Bon résultat
annuel

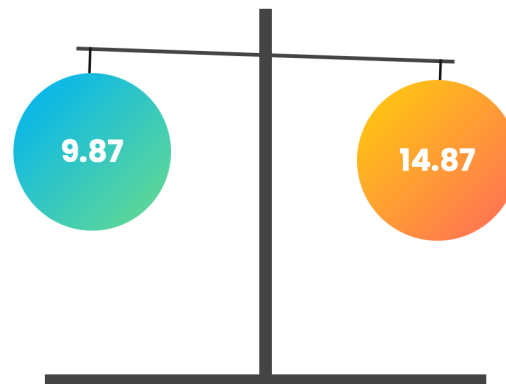


Résultats généraux

Résultats généraux

-5.00

Vous avez une balance globalement négative. Apprenez à repérer les stressseurs les plus intenses et mettez en place des stratégies prioritaires pour les réduire, voire les éviter. Tout à la fois, cela améliorera vos affaires et préservera votre santé.



[Voir le détail des résultats](#)

[Retour](#)[Télécharger mes résultats](#)

Résultats généraux

Résultats généraux

Score satisfacteurs: 9.87



Réunion avec les salariés

Impact: 3.41



Valorisation du travail du dirigeant

Impact: 3.33



Cession/transmission de l'entreprise

Impact: 3.13

Score stressseurs: 14.87



Baisse de l'activité commerciale

Impact: 3.45



Licenciement d'un salarié

Impact: 3.05



Impayés

Impact: 2.98



Décès d'une partie prenante de l'entreprise

Impact: 2.86



Revendications du personnel

Impact: 2.53

*LECHAT T. and O. TORRES (2017), "Stressors and satisfactors in entrepreneurial activity: An event-based, mixed methods study predicting small business owners' health", International Journal of Entrepreneurship and Small Business, Vol. 32, n°4, p. 537-569

En complément de ces résultats, nous vous recommandons notre outil interactif d'évaluation du risque d'épuisement professionnel.

[Continuer le test](#)

Résultats - 19/05/2025

Score global: -5.00

Satisfacteurs (Score: 9.87)

	Réunion avec les salariés	Impact: 3.41/5
	Valorisation du travail du dirigeant	Impact: 3.33/5
	Cession/transmission de l'entreprise	Impact: 3.13/5

Stresseurs (Score: 14.87)

	Baisse de l'activité commerciale	Impact: 3.45/5
	Licenciement d'un salarié	Impact: 3.05/5
	Impayés	Impact: 2.98/5
	Décès d'une partie prenante de l'entreprise	Impact: 2.86/5

	Revendications du personnel	Impact: 2.53/5
--	-----------------------------	----------------

Vous sentez-vous désespéré(e)

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Vous sentez-vous coincé(e)

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Vous sentez-vous impuissant(e)

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Vous sentez-vous déprimé(e)

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Vous sentez-vous physiquement faible ou malade

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

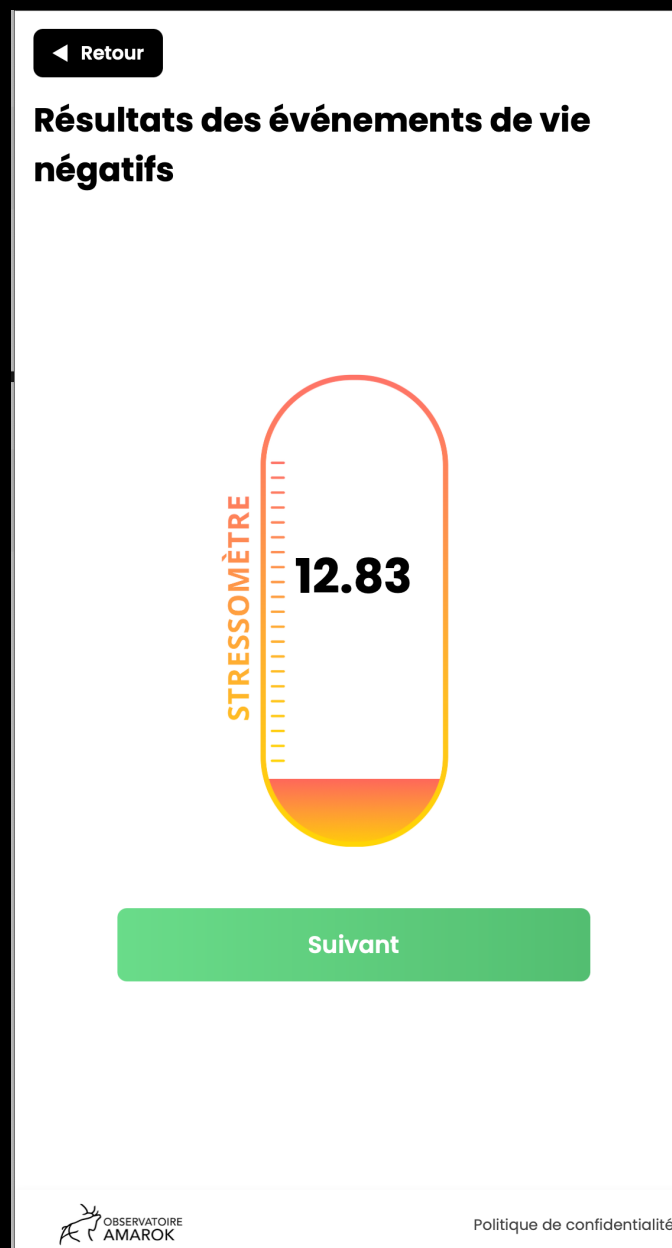
Vous sentez-vous sans valeur, comme un échec

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Avez-vous des difficultés à dormir

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---





- Tableau de bord
- Détail des réponses
- Démographie
- Balance
- Burnout
- Cartes
- Se déconnecter

Tableau de bord

Nombre total
de réponses
3404



Total
balances
positives
2045



Total
balances
négatives
1359



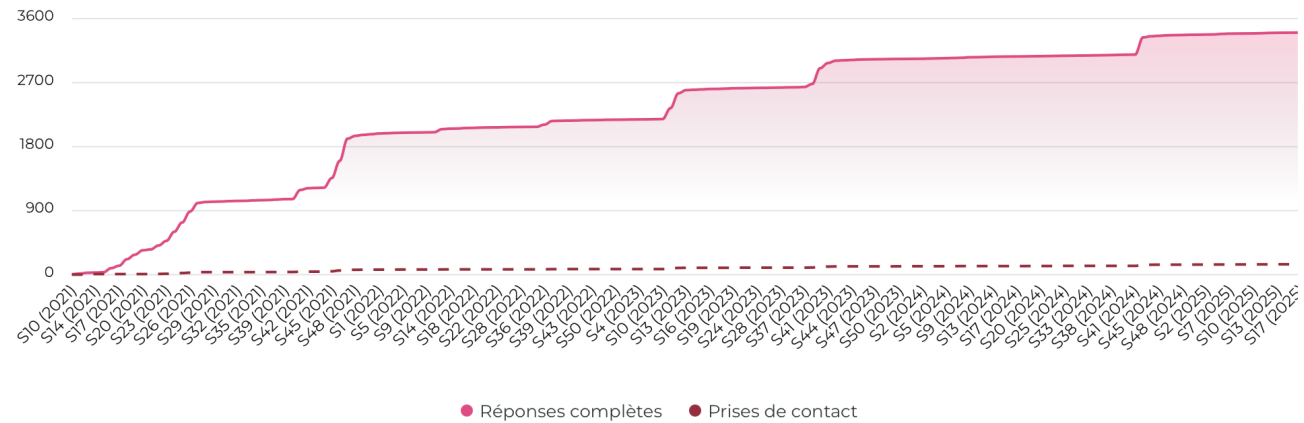
Moyenne du
score de
burnout
4.53



Accès au
formulaire de
contact
146



Evolution des réponses (12 mois)



Dernières réponses

Response ID	Date	Source	Balance Score	Burnout Score
71788	Fri, 25 Apr 2025	AGEEICE	5.06	4.00

Accès au formulaire de contact

Response ID	Date	Source
	Mon, 24	

Comment ça marche ?

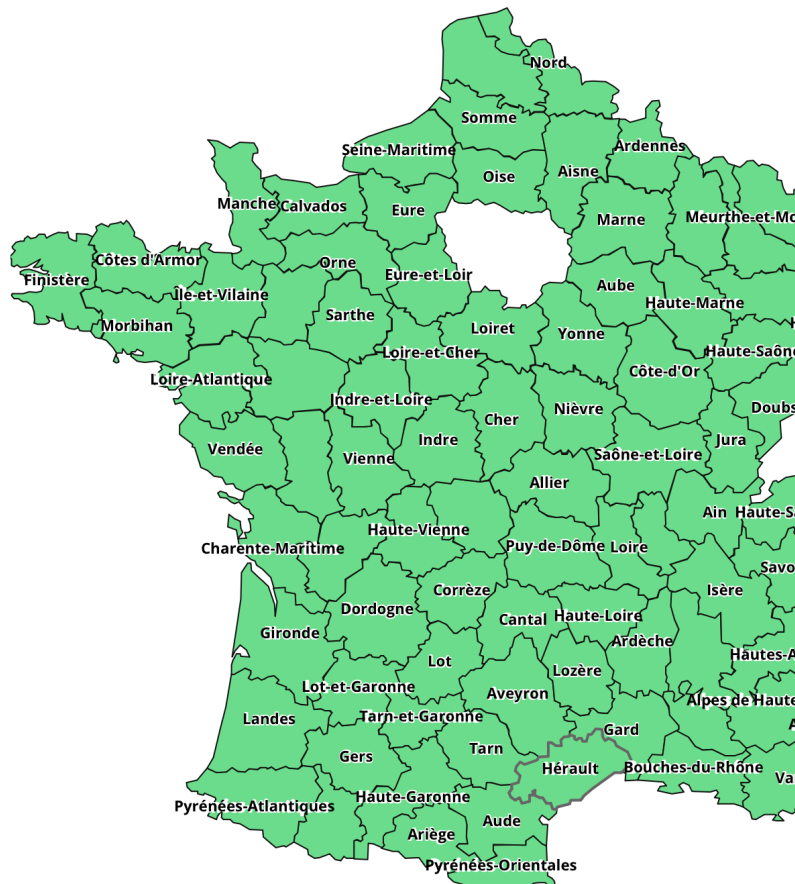


-  Tableau de bord
-  Détail des réponses
-  Démographie
-  Balance
-  Burnout
-  Cartes
- Se déconnecter

Cartes

Départements ☐ Régions

Départements



DONNÉES AMAROK E-SANTÉ

Données : Hérault

Principaux indicateurs

Nombre de réponses 550

ISE* de la zone 62.00%

ISE* France 56.55%

Déclenchements d'alerte** 33

6 principaux satisfacteurs



Satisfaction de la clientèle (48.73%)



Bon climat social (39.27%)



Bonne implication du personnel (37.27%)



Bon résultat annuel (33.64%)



Recrutement d'un salarié (30.36%)



Prise de vacances du dirigeant (33.33%)

Comment ça marche ?



EVOLUTIONS À VENIR

- **1** – Affichage des chiffres nationaux
- **2** – Correctifs divers



Avez-vous envie de (re)tester ces nouveaux outils ?

OUI.....A

NON.....B

MERCI !
A VOUS LES
QUESTIONS...



Saveurs, Douceurs



Saveurs, Douceurs & Masseurs





Programme de recherche d'AMAROK

- Santé et Senior-Entrepreneur

Programme de recherche d'AMAROK

- Santé et Senior-Entrepreneur
- Ménopause et entrepreneuriat féminin

Programme de recherche d'AMAROK

- Santé et Senior-Entrepreneur
- Ménopause et entrepreneuriat féminin
- Reprise entrepreneuriale post-burnout

Programme de recherche d'AMAROK

- Santé et Senior-Entrepreneur
- Ménopause et entrepreneuriat féminin
- Reprise entrepreneuriale post-burnout
- Syndrome de l'imposteur & Entrepreneuriat

Programme de recherche d'AMAROK

- Santé et **Senior-Entrepreneur**
- **Ménopause** et entrepreneuriat féminin
- Reprise entrepreneuriale **post-burnout**
- **Syndrôme de l'imposteur** & Entrepreneuriat
- **Agribashing** et santé des agriculteurs

Programme de recherche d'AMAROK

1 Santé et **Senior-Entrepreneur**

2 **Ménopause** et entrepreneuriat féminin

3 Reprise entrepreneuriale **post-burnout**

4 **Syndrôme de l'imposteur** & Entrepreneuriat

5 **Agribashing** et santé des agriculteurs

6 L'angoisse entrepreneuriale ou la notion d'intranquillité

Programme de recherche d'AMAROK

Quels autres sujets ?

ATELIERS DE TRAVAIL EN GROUPE

***Travail en commun sur 3 questions liées à la
communication et aux stratégies de
développement d'Amarok e-Santé***

1^{ère} QUESTION :

Quelles sont les meilleures stratégies pour maximiser l'utilisation d'Amarok e-Santé (communication, notamment)?

2^{ème} QUESTION :

Comment pérenniser l'utilisation d'Amarok e-Santé sur le long terme (communication, notamment)?

3^{ème} QUESTION :

Comment étendre l'usage d'Amarok e-Santé au-delà des employeurs adhérents (travailleurs ou ressortissants indépendants non-employeurs)?

Temps d'échanges