



Rebond 35 : un soutien psychologique gratuit pour les dirigeants et les start-up en proie au burn-out

En Ille-et-Vilaine, l'association Rebond 35 accompagne depuis deux ans les chefs d'entreprise en grande détresse psychologique. Un accompagnement gratuit, bienveillant et totalement anonyme qui a déjà bénéficié à une vingtaine d'entre eux. En 2018, l'association souhaite également cibler les start-up qui ne sont pas épargnés par les burn-out.



Rebond 35 a vu le jour en septembre 2015 à l'initiative de Denis Pinault (dirigeant de Traiteur de Paris) et Jean-Loup Péguin, thérapeute. Aujourd'hui présidée par Jean-Charles Charrier, l'association compte une quarantaine de membres actifs (Triballat, Crédit Mutuel de Bretagne, Crédit Agricole, Samsic Traiteur de Paris, etc) et quelque 70 donateurs. « *J'ai vendu mon entreprise en 2015 (BST Charrier- 170 salariés) et CA de 22 M€) après l'avoir dirigée pendant 15 ans. J'ai moi-même vécu des périodes très difficiles, c'est pourquoi je suis particulièrement sensible à la démarche* », souligne-il . Désormais en ordre de marche l'association travaille avec les tribunaux de commerce de Rennes et Saint-Malo, trois psychiatres et une vingtaine de psycho thérapeutes. **Depuis sa création, quelque 50 dirigeants ont été détectés et 20 ont accepté de suivre l'accompagnement gratuit que leur Propose Rebond 35, à savoir 10 séances de thérapie.**

Une cellule d'écoute dédiée au profil de dirigeant

« ***Nous avons mis en place une cellule d'écoute dédiée au profil de chef d'entreprise, artisan et commerçant. Elle détecte les cas urgents et alerte un de nos psychothérapeutes. Grâce à ce dispositif, nous avons évité 5 à 6 passages à l'acte*** », indique Jean-Loup Péguin. *Il faut savoir que le système d'aides qui existe pour les salariés en cas de souffrance au travail, est inexistant pour les dirigeants. Très souvent les difficultés financières entraînent l'isolement, la rupture familiale et pour finir la honte. C'est une spirale infernale à laquelle tente de résister les dirigeants tant l'identification entre leur nom et celle de leur entreprise est forte. Ils se disent « si mon entreprise disparaît, je disparaîs avec elle »*. En Ille-et-Vilaine, en 2016 on dénombrait 493 défaillances d'entreprise, 443 en 2017. **Le nombre de suicides de dirigeant par an se situe entre 15 et 18 dans le département** .

www.bretagne-economique.com

Pays : France

Dynamisme : 1



Page 2/2

[Visualiser l'article](#)

Le burn-out touche aussi les start-up

Karim Essemiani, fondateur de la plateforme participative Gwenneq vient d'adhérer à l'association, convaincu qu'un certain nombre de start-up sont en proie à une forme de burn-out. **Derrière la coolitude des "jeunes pousses", leurs espaces détente cosy et baby-foot, la souffrance au travail commence à émerger. « 99% des start-up ont une surprésence sur les réseaux sociaux. Mais derrière cette attitude toujours positive, on sent aussi de la détresse. Cela reste encore un tabou. Ces jeunes entrepreneurs se donnent encore plus que les autres pour leur projet tant ils sont convaincu qu'ils vont réussir. Ils réalisent des semaines à rallonge pour suivre le rythme d'hypercroissance de la start-up , en mettant leur vie personnelle entre parenthèse ».** En 2018, **Rebond 35, souhaite être plus particulièrement à l'écoute de cette jeunesse qu'on pousse à se diriger vers l'entrepreneuriat avant même de mener une expérience en entreprise** . « C'est à mon sens un suicide collectif. Les témoignages des premières start-up en situation de burn-out seront déterminants », souligne le dirigeant.

Une association financée uniquement par des dons

Venir en aide aux dirigeants qui peinent à surmonter des difficultés économiques, un surmenage, un dépôt de bilan, etc. Des épreuves qui peuvent parfois conduire au découragement, à la dépression, à l'isolement... voire au pire. C'est ce que Rebond 35 cherche à tout prix à éviter. Leurs moyens : un numéro d'urgence, des membres à l'écoute, disponibles et bienveillants et un réseau de psychothérapeutes partenaires (l'association prend en charge les 10 premières séances lors de cas extrêmes). Pour financer ce soutien, **Rebond 35** collecte des dons et accueille de nouveaux membres. La CCI, l'UE 35, la Fédération du bâtiment ainsi que les Ordres des notaires, des experts comptables et des avocats soutiennent l'association.

Numéro d'urgence : 06.68.50.36.32

Email : contact@rebond35.orgSite Internet : Rebond35.org