

Elle > Elle
Active

À 60 ans, elles sont devenues entrepreneures

Publié le 01 juin 2023 à 13h00



ÉDITION ABONNÉES



Jeanne Thiriet, Tania Jean, Carole Aflalo. - ©
Press

[SAUVEGARDER](#)

Jeanne, Tania et Carole approchaient gentiment de l'âge de la retraite. Mais elles en ont décidé autrement puisqu'elles ont créé leur entreprise. Comment se lance-t-on dans l'entrepreneuriat à plus de 60 ans ? Portraits.

Par Julie Falcoz

LE MAG



TANIA JEAN, COFONDATRICE D'OCOEUR SANTÉ

Tania Jean

C'est l'année de ses 60 ans, en 2022, que Tania Jean a créé Ocoeur Santé, un programme de bien-être destiné aux soignants.

Avec une formation d'infirmière, la cheffe d'entreprise a été **infirmière** libérale et infirmière-coordinatrice puis Directrice pendant 25 ans dans une association dédiée aux soins infirmiers à domicile. Suite à cette longue expérience, elle a été formatrice pour de nouveau travailler dans une structure similaire à la première. En décembre 2021, après un malaise à son travail, elle s'est décidée à prendre sa retraite. « Avant, j'avais créé un programme qui s'appelait "prendre soin de soi pour prendre soin des autres". L'idée plaisait, mais c'était encore trop tôt, confie-t-elle. Puis **le Covid** est passé par là et le projet avait de nouveau du sens ».

C'est la rencontre avec sa future associée, Patricia Ardillier, qui crée le déclic pour toutes les deux.

Ocoeur Santé propose des cocons de ressourcements, c'est-à-dire des ateliers immersifs en présentiel et à distance avec des ateliers collectifs (yoga du rire, **sophro**, coach sportif, gestion du stress...). « Nous voulons apporter des outils et des techniques pour transformer les comportements préventifs face au stress du personnel médical, avec des parcours d'au moins six mois », décrit-elle.

JE M'ÉTAIS INTERDIT DE ME METTRE LA PRESSION

De son côté, elle avait des freins liés à son âge, alors qu'elle était très proche de la **retraite** : « Est-ce que c'était le moment ? Quelle crédibilité j'avais ? J'avais peur des banques par rapport au prêt, mais aussi du regard des autres ». Pour répondre à toutes ses questions, et bénéficier d'un

structure, Tania Jean s'est rapprochée d'un incubateur.

Après ses propres peurs, c'est celle des autres qu'elle a dû affronter : « J'ai entendu que je devais m'entourer de gens plus jeunes que moi, qu'à 60 ans, je n'avais plus la même énergie, que je n'étais pas commerciale... Tous ces retours m'agaçaient, résume-t-elle. Surtout, je m'étais interdit de me mettre la pression. Si le projet ne marche pas, j'aurais essayé ! »

Aujourd'hui, plusieurs cocons ont été vendus à des établissements de santé. Les cofondatrices rencontrent des ARS, agences nationales de santé, pour en ouvrir partout en France.

