LA GAZETTE

Septembre 2022 | N°1

MARS'ELLES CLUB

LE CLUB P.2

Découvrez notre club d'entrepreneurs marseillais !

BUSINESS P.3

Trouvez le partenaire idéal pour booster votre activité !

LES MECs P.19

L'annuaire des membres du réseau.

MARS' ELLES CLUB

FAÎTES BOUGER VOTRE BUSINESS AUTREMENT !

ÉDITO

Mars'Elles Club
Association de loi 1901
Siège social :
2 avenue de Garlaban
13012 Marseille
SIREN : 848 900 494
Nous écrire :
welcome@mars-elles-club.fr
www.mars-elles-club.fr

Présidente :
Marie ELIOT
Vice-Président :
Laurent TRAPANI
Secrétaire générale :
Valérie COUSIN PARADIAN
Secrétaire générale suppléante :
Marion RICOEUR
Trésorière :
Addie DRUELLE

Ont participé à ce numéro :
Anaïs BÉRRUBÉ
Laura INES
Laurence BRUNET
Armelle CHAMBRIS
Amber MARCUM COMBAUD
Joëlle HOUQUE
Marie ELIOT
Sandrine MASSEL
Addie DRUELLE
Valérie COUSIN PARADIAN
Jean-François COUSIN
Odile BOILLETOT
Laurent TRAPANI
Laëtitia TONNELIER
Caroline POUJOL

Crédits photos :
Sandrine Massel photographe
Unsplash, Freepik
Conception graphique :
Agence Jones and Co
Relecture et corrections :
Alter Scriba Solutions

Le Mars'Elles Club « alias le MEC » est un réseau business marseillais pas comme les autres !

Créé par 4 entrepreneuses marseillaises, désireuses de développer leur activité, le Mars'Elles Club voit le jour en janvier 2019. Association de loi 1901, le Mars'Elles Club a été créé dans le but de valoriser l'entrepreneuriat féminin marseillais et de développer son activité sur le territoire. Habituées des événements de type *after work* et *speed meeting*, les fondatrices du Mars'Elles Club ont voulu créer un réseau où elles se sentiraient « à l'aise », sans préjugé, ni obligation trop contraignante.

Elles vous proposent une nouvelle façon de développer votre business à travers des activités et des ateliers originaux où plaisir, partage et bonne humeur sont au rendez-vous !

Le Mars'Elles Club « alias le MEC » est ouvert à toutes les personnes créatrices, entrepreneuses, chef d'entreprises ou encore salariées dirigeants qui souhaitent s'ouvrir et partager leur expérience professionnelle singulière.

Le réseau est ouvert aussi bien aux femmes qu'aux hommes, de toutes les tranches d'âges et de tous les secteurs d'activités (service, commerce, industrie, distribution, banque, agroalimentaire...).

Pour adhérer au Mars'Elles Club et faire partie du Club des « MEC », les futurs membres sont invités à présenter leur candidature en ligne et seront contactés par la suite pour un entretien individuel. Partage de compétences, recommandations, confiance, fun, le Mars'Elles Club est un réseau permettant aux personnes entrepreneuses et désireuses de déployer leur activité professionnelle, de se retrouver et de développer des opportunités d'affaires librement, sans stress et de manière originale !

ADMIN & COM

UNE VÉRITABLE BOUFFÉE D'AIR FRAIS DANS LA VIE DE VOTRE SOCIÉTÉ !

par Anais Bérrubé

- ADMINISTRATIF
- GESTION DOCUMENTAIRE
- OFFICE MANAGER

Anaïs, sa dirigeante, propose des prestations sur mesure, adaptées aux exigences de ses clients dans les domaines de la gestion (rapprochement bancaire, facturation, relances...), de l'administratif (création de documents, classement...) Sa disponibilité, sa réactivité ainsi que ses capacités relationnelles sont de véritables atouts pour toute entreprise qui exige créativité, organisation, prises d'initiatives, à Marseille et ses environs.

06 38 18 49 64
contact@adminandcom.com

CREATIVE GESTION CONSEILS

LA GESTION AU SERVICE DE VOS AMBITIONS ET DE VOS RÊVES ? C'EST POSSIBLE !

par Laura Ines

Le contrôle de gestion, pierre angulaire de la rentabilité d'une entreprise, est-il réservé aux grosses structures ?

CREATIVE GESTION CONSEILS a pour vocation de proposer aux TPE, et à tout dirigeant en création, un accompagnement au pilotage de son entreprise et à la maîtrise des finances : calcul des prix de vente, optimisation de trésorerie, contrôle des coûts, aide à la décision. Lorsqu'on dirige une TPE, ou travailleur indépendant, notre activité principale correspond à notre cœur de métier. C'est là où nous excellons à exercer nos compétences.

Or faire vivre une entreprise réclame de nombreux autres savoir-faire. La gestion est indispensable à la bonne santé d'une entreprise. Métier à part entière, elle réclame des compétences spécifiques. Faire appel à une experte dont c'est le métier permet de : se dégager du temps pour se centrer sur son cœur d'activité, bénéficier de compétences spécifiques en maîtrisant le coût, s'enrichir d'un regard extérieur sur la gestion de son entreprise

« C'EST TOUJOURS VOUS QUI PRENEZ LES DÉCISIONS, CREATIVE GESTION CONSEILS VOUS GUIDE. »

06 60 54 80 44
laura@creative-gestion-conseils.fr
www.creative-gestion-conseils.fr

CUISIMANIA

UNE PRESTATION À VOTRE MESURE POUR TOUS VOS ÉVÉNEMENTS PRIVÉS OU PROFESSIONNELS

par Laurence Brunet

Choisir CuisiMania, c'est l'assurance d'une cuisine authentique et savoureuse. Une réunion avec la direction, une fête entre amis ? Quel que soit le lieu ou le style de l'événement, CuisiMania saura vous proposer la formule appropriée, au format et au tarif qui vous conviendront. CuisiMania assure la livraison sur place, le dressage du buffet et le service si souhaité.

- TRAITEUR ÉVÉNEMENTIEL
- 100% MAISON
- LOCAL & BIO

06 60 10 01 57
cuisimania@gmail.com
www.cuisimania-traiteur.com

ALTER SCRIBA SOLUTIONS

DONNEZ DU SENS À VOS CONTENUS !

par Armelle Chambris

- RÉDACTION DE CONTENU
- CONSEIL ÉDITORIAL
- ATELIERS & FORMATIONS

Agence de rédaction de contenu – ou agence éditoriale – nous accompagnons marques, entreprises, artistes dans la production de leurs contenus écrits, print et digitaux. Nous intervenons également en termes de stratégie pour définir les éléments de langage, la ligne éditoriale et le calendrier des publications. Depuis 2008, curieuse, créative, réactive, résiliente, Alter Scriba Solutions produit des contenus originaux qui ont du sens.

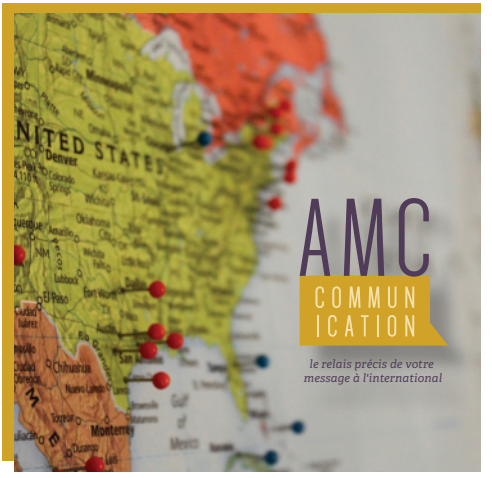
06 26 13 36 50
armelle@alterscriba.fr
www.alter-redaction.com

AMC COMMUNICATION

À LA RECHERCHE D'UN PARTENAIRE POUR VOTRE COMMUNICATION EN ANGLAIS ?

par Amber Combaud, CT

Pour percer sur le marché mondial, il est incontournable de s'exprimer dans la langue de Shakespeare. AMC Communication saura donner à vos textes le ton le plus naturel, en adéquation avec votre public américain ou britannique. Besoin de faire traduire des documents officiels pour vos projets personnels, professionnels ? Vous rédigez déjà en anglais et souhaitez un coup de pouce pour perfectionner vos écrits ? *Look no further!*



Forte de 15 ans d'expérience dans son métier, Amber travaille en étroite collaboration avec ses clients, entreprises et particuliers. Son objectif ? Relayer avec précision votre message et apporter une mise au point des textes, pour plus d'authenticité, précision et clarté.

Collègues multilingues à l'appui, elle propose une large gamme de prestations linguistiques, adaptant avec soin votre contenu, pour qu'il soit le reflet fidèle de votre identité de marque et le message que vous désirez transmettre à votre cible, à l'international.

« YOU'VE HEARD THAT CONTENT IS KING – WELL, WITHOUT CONTEXT, CONTENT IS JUST NOISE. » *Auteur inconnu*

06 61 30 54 29
amber@amc-communication.com
www.amc-communication.com

EVEIL PRO INNOV

FAIRE PÉTILLER L'HUMAIN DANS L'ENTREPRISE : NOTRE MISSION POUR VOTRE SUCCÈS !

par Joëlle Houque

Turn-over, démobilisation des salariés, conflits, difficulté à coopérer au sein des équipes, ont un coût élevé pour l'entreprise et des conséquences néfastes sur ses résultats. Parce que vos collaborateurs sont la clé de votre succès, nous vous proposons un accompagnement vers un management et une communication positifs, adaptés à votre structure.

Savez-vous qu'une PME perd en moyenne 3 heures par jour à gérer ses conflits internes ? 3h/jour… plus de 67h/mois : un coût financier énorme ! Quant au coût humain… je vous laisse imaginer… Les conflits ne sont pas une fatalité ! C'est mon métier : je propose des formations en cohésion d'équipe (team building).

« SOUVENT, LES HOMMES SE HAÏSSENT LES UNS LES AUTRES PARCE QU'ILS ONT PEUR LES UNS DES AUTRES ; ILS ONT PEUR PARCE QU'ILS NE SE CONNAISSENT PAS. » *Martin Luther King*

À la fois ludiques et pratiques, adaptées à la taille et aux spécificités de l'entreprise, elles permettent à chacun de mieux se connaître, de mieux comprendre les autres, pour mieux communiquer et mieux travailler ensemble. Je peux également vous accompagner pour promouvoir votre marque employeur, grâce à la mise en place d'un livret d'accueil aux bénéfices multiples.

06 75 87 41 11
houquejoelle@gmail.com
www.eveil-pro-innov.com

AGENCE JONES AND CO

ENJOY YOUR COMMUNICATION À MARSEILLE AND ALL OVER THE WORLD !

par Marie Eliot

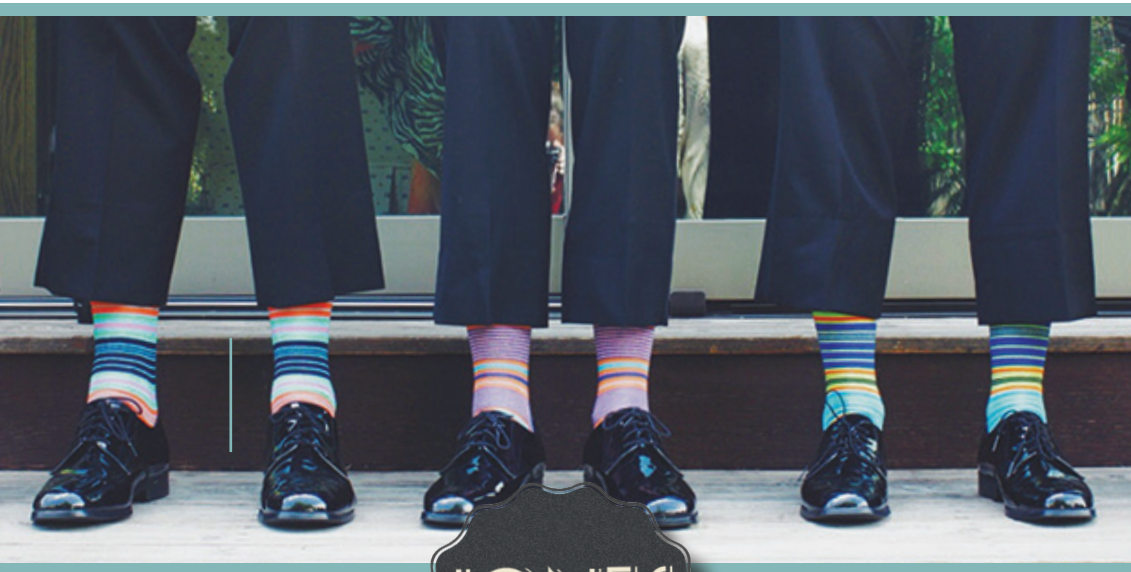
Expert de la communication d'entreprise, Jones & Co vous guide et vous conseille dans le choix de vos outils de communication. Plutôt flyer ou plaquette ? Instagram, LinkedIn ou TikTok ? Sur un seul ou sur tous les réseaux ? Site vitrine ou site marchand ? Un peu, beaucoup, à la folie... de publications ? Nos + de 15 ans d'expérience dans la communication et la riche diversité de nos clients, nous permettent de mettre pleinement notre expertise au service de votre développement !

- CONSEIL & STRATÉGIE
- GRAPHISME & PRINT
- COMMUNICATION DIGITALE

09 82 45 30 42

enjoy@jones-and-co.com

www.jones-and-co.com



JONES & CO

SANDRINE MASSEL PHOTOGRAPHE

MASSEL Sandrine PHOTOGRAPHE

DES PHOTOGRAPHIES AU SERVICE DE VOS PROJETS !

par Sandrine Massel

Les occasions de faire appel à une photographe professionnelle sont nombreuses.

Besoin de portraits des dirigeants ou des collaborateurs ? Reportages corporate ? Besoin de mettre vos produits et votre savoir-faire en valeur ? Reportages évènementiels ? Reportages immobiliers ? Besoin d'images pour votre communication web ou print ? Ou encore pour une occasion particulière à immortaliser ?

Je vous accompagne et vous conseille dans tous ces instants, afin de les capturer pour un résultat de qualité. Implantée à Marignane, je me déplace pour vos shooting photos dans toute la région PACA et Languedoc Roussillon. Vous êtes un professionnel, une entreprise ? Ou bien un particulier ? Contactez-moi pour me soumettre vos demandes de shooting.

« À VOS CÔTÉS POUR RÉPONDRE À TOUS VOS BESOINS DE PHOTOGRAPHIE ! »

06 46 34 53 09
sandshooting@gmail.com
www.sandrinemassel.com

OPTIMA GESTION

DES CONSEILLERS À VOTRE ÉCOUTE DEPUIS 1999

avec Addie Druelle

- SANTÉ & PRÉVOYANCE
- ÉPARGNE & RETRAITE
- PRÊT IMMOBILIER & DÉFISCALISATION

Depuis 1999, le cabinet Optima Gestion, spécialiste en gestion de patrimoine, vous accompagne dans tous vos projets d'assurances, d'investissements financiers et immobiliers. Notre indépendance, notre objectivité et notre expertise nous permettent de sélectionner et de vous proposer les solutions les plus performantes du marché. Ensemble nous déterminons vos besoins en fonction de votre situation et de vos objectifs. Puis nous effectuons un suivi personnalisé pendant toute la durée de vos contrats.

04 91 33 67 19
optima-gestion@orange.fr
www.optimagestion.fr

OSEZ LE BIEN-ÊTRE !

OSEZ LE BIEN-ÊTRE ! VOUS INVITE À VIVRE UNE PARENTHÈSE DE DÉTENTE HORS DU TEMPS !

par Valérie Cousin & Jean François Cousin

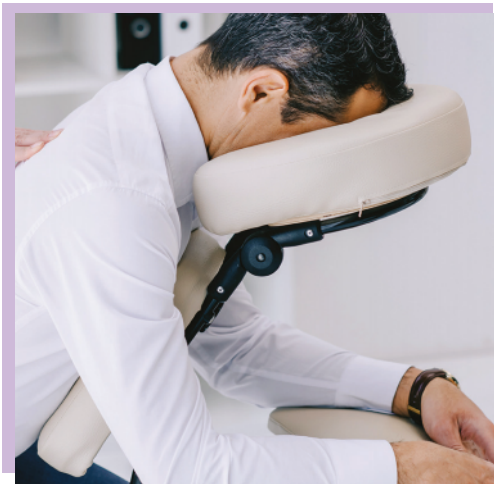
Notre cœur de métier : le massage bien-être à visée non thérapeutique.
Nous proposons des prestations "sur mesure" en fonction de vos envies et de vos besoins du moment : massages détente et de relaxation, sportif, minceur, drainant, anti-âge du visage, ... Nous construisons ensemble votre massage pour un moment de bien-être personnalisé.

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL & SOINS ÉNERGÉTIQUES

Osez le bien-être ! vous propose également des séances de soin énergétique Reiki, idéal pour rééquilibrer les énergies et se sentir bien dans son corps et dans sa tête. Nous vous proposons aussi des séances de gestion des émotions par le souffle. Méthode idéale pour gérer son stress et ses émotions en général grâce à un exercice de respiration facile à reproduire en toute autonomie. Les séances peuvent être individuelles ou collectives, en présentiel ou en visio conférence, pour les particuliers ou en entreprises.

- BIEN-ÊTRE, SANTÉ & BEAUTÉ
- FORMATION REIKI
- COACHING & CONSEILS

« LA SAGESSE N'EST RIEN D'AUTRE QU'UNE PRÉPARATION DE L'ÂME, UNE CAPACITÉ, UN ART SECRET DE PENSER, DE RESSENTIR ET DE RESPIRER DES PENSÉES D'UNITÉ À CHAQUE INSTANT DE LA VIE. » *Hermann Hesse*



ATELIERS ZEN & ATELIERS BEAUTÉ

Nos pratiques de bien-être sont à destination de tous les âges. Nous sommes spécialisés également en massages seniors et nous nous déplaçons sur le lieu de vie, y compris en maison de retraite. Osez le bien-être ! vous accompagne également dans la mise en place de routines de soins de beauté, simples et efficaces afin de rester jeune et joli(e) et en bonne forme. Nous vous recevons dans notre espace bien-être dans le 8ème arrondissement de Marseille et nous nous déplaçons à domicile sur Marseille et ses environs.

EN ENTREPRISE AUSSI OSEZ LE BIEN-ÊTRE !

Osez le bien-être ! se déplace également dans votre entreprise pour le bien-être de vos salariés et des dirigeants. Pourquoi ne pas mettre en place des séances de massages assis, habillé et sans huile, dans un esprit gagnant-gagnant ? « Prenez soin de vos salariés et ils prendront soin de votre entreprise. »

« LA SANTÉ : C'EST UN ESPRIT SAIN DANS UN CORPS SAIN. » *Homère*

BIEN - ÊTRE

Valérie COUSIN-PARADIAN

06 61 80 97 23

cousinv91@gmail.com

www.osezlebien-etre.com

Jean-François COUSIN

06 16 70 40 39

jfrancois.cousin@gmail.com

QUO LIBRI

L'ORGANISME DE FORMATION PAR DES FORMATEURS ET POUR DES FORMATEURS AU SERVICES DES ENTREPRISES PERFORMANTES !

par 5 de nos membres

Ils sont tous issus de Mars'Elles Club et vous les retrouverez dans les différentes pages de cette gazette. Ce sont les 5 co-fondateurs de Quo Libri. Issus d'horizons différents, ils ont décidé, comme le colibri de la légende, de faire « leur part » dans un engagement collectif.

Quo Libri

Organisme de formation professionnelle

VOUS ÊTES UNE ENTREPRISE

L'employeur doit assurer l'adaptation de ses salariés à leur poste de travail et veiller au maintien de leur capacité à occuper leur emploi. Pour cela, il doit leur proposer des formations prévues dans le cadre du plan de développement des compétences. Chez Quo Libri, nous mettons tout en œuvre afin de personnaliser au maximum les parcours de formation de vos salariés.

« AUCUN DE NOUS NE SAIT CE QUE NOUS SAVONS TOUS ENSEMBLE. » *Euripide*

VOUS ÊTES FORMATRICE / FORMATEUR

Indépendant mais pas seul, optimisez votre visibilité. Gérez l'ensemble de vos prestations (présentiel ou distanciel) grâce à notre plateforme digitale. Bénéficiez de la certification QUALIOPI et de tous les outils pour mettre en œuvre de façon concrète la qualité, et rendre ainsi possible la prise en charge de vos stagiaires.

FORMATION

06 28 76 28 40

contact@quo-libri.academy

www.quo-libri.academy

SCOOLING SUCCESS

DONNONS L'ENVIE DE RÉUSSIR !

par Odile Boilletot

Choisir son orientation scolaire en 3ème, au Lycée ou après le Bac n'est pas toujours évident. Le choix des enseignements de spécialisation en fin de 2nde ou en 1ère est parfois difficile car il est nécessaire de tenir compte des attentes des filières et des demandes des établissements afin d'optimiser sa candidature sur ParcourSup.

COACHING SCOLAIRE

Mon métier consiste à accompagner les jeunes ayant des troubles de l'apprentissage (Dys, TDH/A, HP...). « Apprendre à Apprendre » pour pouvoir optimiser ses capacités d'apprentissage et de restitution, afin de développer de nouvelles compétences, progresser et retrouver le plaisir d'apprendre.

BILAN D'ORIENTATION

Mon objectif est d'accompagner l'adolescent à créer son projet professionnel pour le guider vers le meilleur choix possible d'orientation, adapté à sa motivation et son potentiel, afin de choisir le métier, les filières et les établissements qui lui correspondent le mieux.

« CHOISIR SON ORIENTATION N'EST PAS TOUJOURS FACILE. »

06 13 20 18 58
odile.boilletot@scooling-success.fr
www.scooling-success.fr

SUD EXTERNALISATION

FAÎTES CE QUE VOUS AIMEZ, DÉVELOPPEZ VOTRE ACTIVITÉ, NOUS NOUS OCCUPONS DU RESTE !

par Laurent Trapani

L'externalisation consiste à déléguer certaines tâches à un prestataire externe. Elle permet de rediriger les ressources de l'entreprise vers des tâches à forte valeur ajoutée, acquérir de l'expérience en interne au contact d'experts externes, bénéficier d'un service de qualité, favoriser le respect des exigences réglementaires, etc.

Partenaire stratégique de votre société, le directeur administratif et financier externalisé est un spécialiste de la gestion, de la trésorerie, des questions fiscales et juridiques. Il vous épaule dans la coordination de vos équipes et optimise la gestion de votre entreprise.

En un mot, il vous décharge des contraintes du recrutement et maximise la maîtrise des budgets. Ses interventions couvrent tout le périmètre habituel des directions financières : contrôle de gestion, administrative et des ressources humaines, financement de la croissance de votre entreprise.

« CHOISISSEZ UN TRAVAIL QUE VOUS AIMEZ ET VOUS N'AUREZ PAS À TRAVAILLER UN SEUL JOUR DE VOTRE VIE. » *Confucius*

06 28 76 28 40
info@sud-externalisation.fr
www.sud-externalisation.fr

VOYAGE LIBRE

VOYAGER AVEC AUDACE !

par Laëtitia Tonnelier

- ÉMOTIONS
- AVENTURES
- PARTAGE

Voyage libre vous propose de vivre une expérience de voyage, de devenir acteur de celui-ci ! Vous pouvez librement choisir d'y ajouter de l'aventure, de l'insolite, du goût, de l'élégance, de l'originalité et de l'authenticité. Vous avez le pouvoir de créer l'itinéraire qui vous permettra de profiter de ce qui est IMPORTANT pour vous. Nous veillons à tous les détails pour faire de votre voyage votre plus beau souvenir !

04 84 89 47 15
contact@voyage-libre.com
www.voyage-libre.com

VOYAGE LIBRE

YES OR NOW COACHING

AVANÇONS VERS UNE QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL QUI PROFITE À TOUS !

par Caroline Poujol

- QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL
- SPORT EN ENTREPRISE
- PRÉVENTION DES TMS

Prévenir les risques, anticiper et voir plus loin, entreprises, mettez facilement en place des formations et ateliers pour gagner en efficacité, en coût et pour instaurer une relation de confiance avec vos équipes. Votre image prend de la hauteur ! Nous vous accompagnons pour mettre en place une méthode afin de prévenir les troubles musculo-squelettiques (TMS) et augmenter la qualité de vie (QVT) et le bien-être au travail.

07 71 88 71 27
contact@yesornowcoachingsportif.com
www.yesornowcoachingsportif.com

NOS MEMBRES

Addie DRUELLE
OPTIMA GESTION
Gestion de patrimoine

04 91 33 67 19
www.optimagestion.fr

Amber MARCUM COMBAUD
AMC COMMUNICATION
Traductrice américaine certifiée

06 61 30 54 29
www.amc-communication.com

Armelle CHAMBRIS
ALTER SCRIBA SOLUTIONS
Rédaction de contenu

06 26 13 36 50
www.alter-redaction.com

Anaïs BÉRRUBÉ
ADMIN & COM
Gestion administrative

06 38 18 49 64
facebook.com/adminandcom

Axelle VIEU-BRASSEUR
CAFPI
Prêt Immobilier professionnel

07 69 94 74 54
www.cafpi.fr

Camélia CHEVALIER
CRÈCHES NURSEA
Responsable Marketing
& Relations Entreprises

06 69 51 77 19
www.nursea.fr

Caroline POUJOL
YES OR NOW COACHING
Santé, Sport & Bien-être

07 71 88 71 27
yesornowcoachingsportif.com

Chloé PIGNAL
ACHILLEE AVOCATS
Droit des affaires

06 88 43 73 95
www.achillee-avocats.com

J-C CHAGNEAU
J3C-SÉCURITÉ
Sécurité au travail

06 15 60 43 39
www.j3c-securite.fr

Jean-François COUSIN
OSEZ LE BIEN-ÊTRE !
Soins énergétiques

06 16 70 40 39
www.osezlebien-etre.com

Jean-Marc ARNAUD
INMOTION INSTITUTE
Coach & Formateur

06 24 13 13 05
www.inmotion-institute.com

Joëlle HOUQUE
EVEIL PRO INNOV
Formation & RH

06 75 87 41 11
www.eveil-pro-innov.com

Marie ELIOT
JONES AND CO
Agence de communication

06 43 42 62 69
www.jones-and-co.com

Laëtitia TONNELIER
VOYAGE LIBRE
Agence de voyage

06 78 68 97 27
www.voyage-libre.com

Laura INES
CREATIVE GESTION CONSEILS
Contrôle de gestion

06 60 54 80 44
www.creative-gestion-conseils.fr

Laurence BRUNET
CUISIMANIA
Traiteur engagé

06 60 10 01 57
www.cuisimania-traiteur.com

Laurent TRAPANI
SUD EXTERNALISATION
Services externalisés

06 28 76 28 40
www.sud-externalisation.fr

Marion RICOEUR
ACHILLEE AVOCATS
Droit des affaires

06 10 40 27 53
www.achillee-avocats.com

Odile BOILLETOT
SCOOLING SUCCESS
Coaching scolaire

06 13 20 18 58
www.scooling-success.fr

Olivier CHLOUS
MON MAGASIN EN VILLE
Marketplace

07 82 82 35 95
www.mon-magasin-en-ville.fr

Sandrine MASSEL
Photographe

06 46 34 53 09
www.sandrinemassel.com

Sandrine ROMINGER
GREEN HOME
Conseiller immobilier

06 85 01 06 17
www.greenhomeimmobilier.fr

Valérie COUSIN-PARADIAN
OSEZ LE BIEN-ÊTRE !
Massage, Bien-être & Beauté

06 61 80 97 23
www.osezlebien-etre.com

MARS' ELLES CLUB

MARS' ELLES CLUB

FAÎTES BOUGER VOTRE BUSINESS AUTREMENT !

www.mars-elles-club.fr