

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Rennes, le 17 septembre 2025

Santé des dirigeants d'entreprises : Rennes School of Business et Zoï lancent Leader-Fit, un programme alliant formation au leadership et santé préventive

La santé physique, mentale et émotionnelle des dirigeants est plus que jamais un levier stratégique de performance. Face à l'épuisement managérial constaté depuis ces dernières années, [Rennes School of Business](#) et la start-up [Zoï](#) s'associent pour lancer [Leader-Fit](#). Ce parcours inédit de formation intégrant médecine préventive et développement du leadership, a pour but d'améliorer le quotidien des chefs d'entreprises et managers. Pour prendre soin de ses salariés et de son entreprise, le dirigeant doit aussi prendre soin de lui.

Un enjeu stratégique trop longtemps ignoré

Dans un contexte économique et social en perpétuelle mutation, la capacité des dirigeants à rester performants dépend de plus en plus de leur équilibre global. Une étude de l'APEC révèle que 62% des managers souffrent d'épuisement professionnel, tandis que 64 % déclarent un stress intense, compromettant leurs capacités de décision et de créativité.

Face à ce constat alarmant, **Rennes School of Business**, école de management de référence, et **Zoï**, start-up spécialisée dans la santé personnalisée, s'unissent pour proposer une réponse concrète et innovante : **Leader-Fit**, le premier parcours français alliant santé préventive et formation au leadership.

Leader-Fit : un parcours en quatre temps pour un leadership durable

Leader-Fit se distingue par son approche globale, à la croisée de la médecine préventive, du coaching stratégique, de la psychologie positive et de l'intelligence collective. Structuré en quatre modules complémentaires, le programme donne aux dirigeants les clés pour incarner un leadership lucide, humain et transformateur :

- **Check-up de pointe & Peak Performance** : Obtenir le mode d'emploi de son corps pour optimiser ses ressources physiques et cognitives dans un environnement exigeant.
- **Self-Leadership** : Construire un socle d'équilibre personnel pour une performance durable et alignée.
- **Team Leadership** : Apprendre à soutenir ses équipes dans le changement, préserver l'engagement et cultiver la confiance.
- **Leadership systémique** : Développer une vision élargie pour piloter la transformation à l'échelle de l'organisation.

D'une durée de deux mois (adaptable selon les besoins des entreprises), Leader-Fit se déroule en présentiel sur les campus Rennes School of Business, à Rennes et Paris. Proposé en français ou

en anglais, il s'adresse aux managers expérimentés, cadres dirigeants, PDG et chefs d'équipe souhaitant renforcer leur leadership stratégique et leur résilience personnelle.

Un outil stratégique au service des RH

Pensé comme un levier d'engagement et de performance durable, Leader-Fit s'adresse aussi aux Directions des Ressources Humaines en quête de solutions concrètes pour préserver et faire grandir leurs talents.

« *Le programme Leader-Fit reflète notre ambition en tant qu'école de management innovante : accompagner l'émergence de nouveaux modèles de leadership, plus humains, plus responsables, répondant aux aspirations des nouvelles générations* », souligne **Evgeny Lukin**, Directeur de l'Executive Education de Rennes School of Business.

« *La santé des leaders est encore trop souvent absente des stratégies d'entreprise. Pourtant, chaque euro investi dans la prévention génère jusqu'à 2,73 € de ROI. Leader-Fit propose aux entreprises un triple bénéfice : améliorer la performance au quotidien des participants, diminuer leur risque d'absentéisme et renforcer leur attachement à l'entreprise* », ajoute **Théo Deschamps-Peugeot**, Chief Revenue Officer de Zoï.

[Pour en apprendre davantage sur le programme Leader-Fit.](#)

A PROPOS DE RENNES SCHOOL OF BUSINESS

Depuis près de 35 ans, Rennes School of Business forme des Unframed Leaders en capacité d'accompagner les transformations des organisations et l'ensemble des disruptions de son époque. Pionnière en matière d'ouverture internationale, puis d'intégration des enjeux de transition dans ses enseignements, elle propose désormais une expérience d'apprentissage qui place l'innovation au coeur de son approche pédagogique. Du post-bac à la formation continue, nos programmes se nourrissent d'une recherche interdisciplinaire de haut niveau, visant à former des leaders capables de challenger le statu quo pour innover en faveur d'une performance globale plus créative, collective et durable. #unframedthinking Accréditée EQUIS, AACSB, AMBA | 5000 étudiants | +360 grandes universités partenaires sur 5 continents. Plus d'informations sur : www.rennes-sb.com

A PROPOS DE L'EXECUTIVE EDUCATION DE RENNES SCHOOL OF BUSINESS

Fidèle à l'ADN "Unframed Thinking" de l'école (Penser hors du cadre) accompagne professionnels et entreprises dans leurs enjeux de transformations organisationnelles, métiers ou culturelles par des solutions de formation innovantes et impactantes.

A PROPOS DE ZOÏ

Fondée par Ismaël Emélien et Paul Dupuy, Zoï démocratise la médecine préventive grâce à un parcours de santé à 360° combinant médecine de pointe, sciences comportementales et data science. En moins de quatre heures, le check-up explore toutes les grandes fonctions du corps à travers 35 bilans, près de 200 biomarqueurs et des séquences d'imagerie de pointe.

À l'issue de ce bilan, chaque utilisateur reçoit une feuille de route personnalisée pour optimiser son style de vie, alimentation, activité physique, sommeil, gestion du stress...traduite dans le Life Journal, un accompagnement intégré à l'application Zoï qui suit chaque membre pendant douze mois. Plus de 3000 personnes ont déjà choisi Zoï pour améliorer leur quotidien et prévenir les risques à venir. Plus d'informations sur : zoi.com

CONTACTS PRESSE

Nolwenn Fréour

Consultante en relations presse
pour Rennes School of Business
Agence MadameMonsieur

nfreour@madamemonsieur.agency
06 78 35 12 19

Sabine Havard

Directrice de la communication
Rennes School of Business

Sabine.havard@rennes-sb.com
06 30 47 48 06

Angia Vaudron

Responsable des relations presse
Zoï

Angia.vaudront@gmail.com
06 19 99 22 21