

Présentation générale :

Vous avez un projet en tête, ou une activité en mouvement.

Mais peut-être que tout va trop vite ou dans tous les sens.

Vous avez besoin d'un espace pour poser, clarifier, aligner.

La formation « **De la Vision à l'Action** » a été créée pour cela.

Pour les femmes qui veulent reprendre leur souffle, retrouver du sens et agir avec clarté, sans s'épuiser.

C'est un parcours qui vous aide à structurer votre activité ou votre transition, avec douceur et exigence.

Vous avancez à votre rythme, mais vous n'êtes pas seule.

Ce programme repose sur la **méthode Bell'ACTION**, un accompagnement global qui allie :

- la pleine conscience, pour revenir à vous
- les neurosciences, pour mieux comprendre votre fonctionnement
- une stratégie centrée sur l'essentiel, pour agir sans vous disperser
- une posture d'entrepreneure consciente, stable, juste, vivante

A qui s'adresse cette formation ?

Cette formation est faite pour vous si :

- vous êtes en reconversion ou entrepreneure, et souhaitez structurer votre activité autrement
- vous ressentez un besoin de clarté, de direction, de souffle
- vous êtes fatiguée de porter tout, tout le temps, seule
- vous voulez reprendre la main sur votre temps, votre énergie, vos décisions
- vous cherchez une autre manière d'avancer : plus fluide, plus libre, plus alignée

Pré-requis :

Aucun prérequis technique, mais il est recommandé d'avoir :

- Un projet en réflexion ou une activité en développement
- Une connexion internet et un ordinateur (caméra et son)
- l'envie sincère de faire autrement, et de s'engager pour soi et les autres

Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, vous serez en mesure de :

- Clarifier votre vision, votre posture, vos priorités
- Structurer votre activité ou votre projet avec plus de fluidité
- Gérer votre temps, votre énergie et vos priorités sans vous épuiser
- Prendre des décisions plus ancrées, plus sereines, plus stratégiques
- Communiquer avec clarté, vendre avec connexion, pas avec pression
- Apprendre à déléguer et à vous organiser sans tout porter seule
- Innover en partant de vos forces, pas de vos peurs
- Cultiver un état d'esprit stable, ancré, et capable de durer

C'est une formation qui vous aide à poser ce qui est juste, à votre rythme. Pour avancer avec conscience et sans surcharge.

Déroulé de la formation (6 mois - 10 modules) - Tarif :

Format en distanciel : 6 mois - 30 heures au total

- **15h en synchrone : Accompagnement individuel et collectif en visioconférence**

6 sessions individuelles (7h) :

- 2 séances de 1h30 (début et fin) + 4 séances de 1h

3 ateliers collectifs (9h) :

- Des temps en petit groupe pour échanger, partager, intégrer, respirer ensemble

- **15h en asynchrone : Espace personnel sur une plateforme e-learning accessible**

📺 Vidéos courtes et claires

📖 Workbooks & fiches outils pratiques

🎧 Audios et méditations guidées

🎯 Quiz, auto-évaluations, exercices d'ancrage

Chaque mois, vous explorez une étape de la méthode Bell'ACTION, avec des ressources simples, utiles et activables dans votre quotidien.

- **Tarif :** 3127 € HT (non assujettis à la TVA - – article 261-4-4° du CGI)
- Règlement possible en 1, 2 ou 3 fois.

Ce tarif comprend :

- L'ensemble du parcours en individuel & collectif
- L'accès à la plateforme pédagogique
- Le suivi personnalisé
- Les documents de fin de formation (attestation, synthèse)

Les 10 étapes de la méthode Bell'ACTION :

Module 1 – **B** comme **Boussole intérieure**

Se reconnecter à soi, à ses valeurs, à ce qui fait sens.

Créer un espace de centrage avant l'action.

Module 2 – **E** comme **Écoute active**

Écouter profondément, sans juger.

Accueillir leurs besoins, leurs émotions, les signaux intérieurs.

Module 3 – **L** comme **Libération des freins**

Identifier leurs blocages (peurs, croyances, inerties).

Les transformer avec clarté et bienveillance.

Module 4 – **L** comme **Lien authentique**

Retisser du lien à elles-mêmes, à leurs clients, à leurs écosystème.

Module 5 – **A** comme **Alignement global**

Aligner pensée, émotion, corps, action.

Retrouver une posture cohérente et incarnée.

Module 6 – **C** comme **Clarté stratégique**

Clarifier leurs offres, leur positionnement, leurs actions.

Sortir du flou pour structurer.

Module 7 – **T** comme **Transmission & délégation**

Partager, outiller, transmettre pour gagner en légèreté.

Module 8 – **I** comme **Intelligence collective**

Co-construire, s'entourer, grandir avec les autres.

Module 9 – **O** comme **Ouverture à l'impact**

Assumer leur visibilité et leur valeur.

Module 10 – **N** comme **Nourrir l'action juste**

Entreprendre à partir d'un espace aligné.

Avancer durablement avec joie et stabilité.

Moyens pédagogiques et évaluation

Plateforme e-learning 24/7

6 sessions d'accompagnement individuel en visio

Exercices pratiques, quiz, outils téléchargeables

Évaluations continues + plan d'action final

Attestation de fin de formation remise après validation complète