



# ELAN<sup>®</sup> SOLO

**Émergence – Libération – Alignement – Action – Nouveaux horizons**

*« Quand ce qui vibre en vous trouve sa juste expression dans le monde »*

**Émergence** → Détecter les signaux faibles, ceux qui viennent de l'intérieur comme de l'extérieur et les transformer en signaux fiables

**Libération** → Identifier les blocages et les freins, les dénouer pour s'ouvrir à la transformation

**Alignement** → Retrouver sa juste puissance et sa juste place pour avancer sur son chemin propre, avec les autres, dans le monde

**Actions** → Poser des actes concrets et réalistes pour avancer à son rythme

**Nouveaux horizons** → Créer des ouvertures vers des futurs désirables pour soi et les autres

Plus qu'un "parcours individuel inspirant" c'est une **expérience de transformation complète, accompagnée et intégrée dans le temps.**

---

**ÉLAN<sup>®</sup> SOLO**– Parcours de métamorphose professionnelle et personnelle

**Émergence – Libération – Alignement – Action – Nouveaux horizons**

---

*Un chemin intérieur pour transformer sa trajectoire professionnelle... et incarner des choix pleinement alignés dans la durée.*

## **Promesse**

---

Traverser une transition professionnelle en profondeur, en étant accompagné.e **individuellement** :

- Clarifier sa voie
- Libérer des freins et obstacles qui entravent
- Poser des actions concrètes
- Et surtout : **vivre une transformation durable et congruente**



## **Le parcours ELAN® SOLO : : une transformation en 8 mois**

---

Un rythme volontairement lent et intégratif :

- 1 séance individuelle / mois de 1h30 (6 séances au total)
- 1 point d'intégration post-parcours à M+2

**Durée totale** : 8 mois d'accompagnement (dont 6 mois de parcours + 1 mois d'intégration)

### **Dynamique unique**

---

Un accompagnement atypique pour une transformation en profondeur

En solo avec un coach rien qu'à soi !

### **Dynamique d'accompagnement (7 temps forts)**

Un espace de résonance et de transformation : exploration symbolique, actions concrètes et engageantes.

Cette espace alterne temps de travail solo et échanges avec le coach.

Un espace d'ajustement fin et de passage à l'action : intégration, clarification, décisions, mise en mouvement

*C'est cette proximité qui crée la profondeur et l'efficacité du parcours*

## **7 étapes qui donnent de l'ELAN®SOLO**

---

Accompagnement individuel

### **1. ÉMERGENCE – Voir et reconnaître**

Détecter les signaux faibles, intérieurs et extérieurs

💡 Coaching : clarifier ses attentes et son point de départ



---

## 2. LIBÉRATION – Dénouer et ouvrir

Identifier les freins, libérer les blocages émotionnels

💡 Coaching : transformer les prises de conscience en leviers concrets

---

## 3. ALIGNEMENT – Se retrouver

Retrouver sa juste place et sa juste puissance

💡 Coaching : ajuster sa vision à sa réalité personnelle

---

## 4. ACTION – Structurer et s'engager

Poser des choix et des actions réalistes

💡 Coaching : lever les freins à l'action et sécuriser les décisions

---

## 🌻 5. NOUVEAUX HORIZONS – Incarner

Oser être et agir depuis son futur souhaité

💡 Coaching : ancrer les premières transformations dans le réel

---

## 💡 6. INTÉGRATION – Stabiliser

Consolider les acquis et structurer la suite

💡 Coaching : finaliser son plan d'action et sa posture



## CONGRUENCE – Devenir pleinement aligné.e

---

Faire en sorte que pensées, émotions, décisions et actions soient en cohérence

2 mois après la fin du parcours :

- Séance de coaching de consolidation
- Ajustement du cap
- Ancrage dans la durée

💡 **Résultat** : une transformation réelle, visible et durable dans la vie professionnelle

## Ce qui fait la valeur premium de mon offre

---

- Un accompagnement sur la durée (8 mois)
- Un accompagnement individuelle sur mesure et singulier
- Une approche qui tient compte des différentes dimension de l'être :  
**tête – cœur – corps – symbolique**
- Une vraie mise en action accompagnée
- Un temps d'intégration post-parcours

Plus qu'un programme, c'est une invitation vers une **transformation durable, sécurisée et incarnée**

## A l'issue de l'accompagnement

---

À la fin de l'accompagnement **ELAN® SOLO**:

- Vous saurez où vous allez (clarté)
- Vous vous sentirez davantage légitimes (alignement)
- Vous aurez posé des actions concrètes (mouvement)
- Vous aurez tenu compte de vous-mêmes et de ce qui compte vraiment pour vous pour rendre la démarche durable (congruence)



## Tarifs

---

Financement entreprise : 5 500€ TTC

Indépendants ou entrepreneurs : 2 900€ TTC

Particuliers : 1 750€ TTC (possibilité de régler en 3 fois sans frais)