



D'un pas
décidez

o u t d o o r c o a c h i n g

[DUNE - Donner Un Nouvel Elan](#)

DUNE - Donner Un Nouvel Elan



Une semaine de business coaching en rupture de votre quotidien, hors du temps et de l'espace, dans les Cévennes...

Le parcours DUNE, c'est le coaching nature par excellence ! Une semaine pour revenir à l'essentiel et vous poser les questions primordiales ! Une semaine pour trouver les bonnes réponses à ces questions. Vous reviendrez accompagné de décisions concrètes pour avancer avec un nouvel élan...

Le confort est rustique, la simplicité est profonde, les paysages sont somptueux, la nature est accueillante, les veillées se font autour d'un feu, la convivialité est au cœur de ce séjour.

Découvrez DUNE par l'image

<https://youtu.be/xiom91TYBpc>



D'un pas
décidez
outdoor
coaching

www.dunpasdecidez.com

▶ ▶ 🔊 0:01 / 1:24



Pourquoi s'offrir DUNE ?



- ❑ Votre projet professionnel manque de sens ?
- ❑ Vous avez « le nez dans le guidon » sans pouvoir prendre de recul ?
- ❑ Vous avez perdu l'équilibre entre votre engagement professionnel et la vie en général ?
- ❑ Vous vivez une période de transition riche de possibilités futures ?
- ❑ Vous aimeriez changer d'orientation mais ne passez pas à l'action ?
- ❑ Vous pressentez que vous pouvez faire bien mieux pour vous et les autres ?

Pour quoi s'offrir DUNE ?



- ❑ Donner un nouvel élan à votre vie professionnelle
- ❑ Prendre du recul, faire le point et reconsidérer toutes vos options
- ❑ Réaligner votre stratégie professionnelle avec votre équilibre personnel
- ❑ Vous projeter dans l'avenir et imaginer votre futur différemment
- ❑ Construire et formaliser un changement, entrer en action pour le mettre en œuvre
- ❑ Exprimer votre plein potentiel !

Pourquoi le parcours DUNE est-il si puissant ?

- ④ Une démarche de coaching éprouvée et une **méthode innovante**
- ④ La **revitalisation physique** à travers la marche à pied, la découverte de sites naturels grandioses, l'exploration de lieux sauvages...
- ④ Une **stimulation mentale différente** : réflexions individuelles et collectives, partage, temps de parole, prise de hauteur, le tout à un rythme qui vous laisse du temps pour prolonger votre réflexion comme bon vous semble : en solitaire, en échange interindividuel, en groupe de pairs...
- ④ Un **enrichissement émotionnel puissant** : reconnexion à vous-même dans un cadre naturel protecteur et bienveillant, éveil des cinq sens...
- ④ L'**activation de métaphores**, qui émergent des lieux visités, permet de projeter des images pertinentes sur votre réalité professionnelle
- ④ Vous travaillez en **investigateur** de votre parcours professionnel et personnel, au cours de **cinq étapes au cœur de la nature**

Jérôme, notre guide dans les Cévennes



- 🕒 Un guide local et deux coachs vous accompagnent durant cinq journées avec un processus ouvert qui vous fera avancer sur votre propre chemin de vie
- 🕒 Jérôme, notre guide, est depuis toujours un passionné des Cévennes. Il connaît parfaitement la région pour l'avoir parcourue à pied durant de nombreuses années
- 🕒 Il a consacré 15 ans de sa vie à faire revivre une ruine datant du XIème siècle, pour la restaurer en un mas traditionnel
- 🕒 Il ouvre ce lieu d'exception pour le séminaire DUNE et partage sans retenue sa passion pour les Cévennes, les constructions traditionnelles et son amour pour ces paysages cévenols magnifiques !

Comment se déroule une journée du parcours DUNE ?

- ❑ Chaque journée débute par une séquence collective pour découvrir et approfondir le thème du jour
- ❑ Un parcours de randonnée en lien avec cette thématique, chaque jour différent, sera notre fil conducteur diurne
- ❑ Des périodes variées d'action, de calme ou de réflexion alternent au cours de la journée
- ❑ Un débriefing collectif en fin d'après-midi clôt la journée de travail pour tirer le meilleur de chaque temps fort
- ❑ La soirée est partagée entre temps libre, dîner pris en commun et veillée autour du feu
- ❑ La nuit se déroule en mode bivouac, en immersion dans les étoiles (en cas de pluie un refuge est disponible : le Mas Vieux qui offre un confort de type ferme-auberge)

DUNE, c'est quand ?

- ❏ Nous étudions toutes les demandes et pouvons planifier un parcours DUNE à des dates spécifiques en fonction de la disponibilité de nos clients.
- ❏ Pour connaître les dates des parcours DUNE déjà programmés, vous pouvez consulter [notre calendrier](#).
- ❏ En cas de question, d'un besoin de précisions, d'un renseignement sur les tarifs, [n'hésitez surtout pas à nous contacter](#) !

