

# CONCEPTION DE SÉMINAIRES ÉCO-RESPONSABLES

CÉCILE  
FONGARNAND

CONSULTANTE FREELANCE



**Des séminaires plus vertueux, une réponse RSE  
pour les entreprises qui s'engagent !**

En quête de sens et d'équilibre, les entreprises souhaitent se recentrer sur l'essentiel

## SE RÉUNIR MOINS, MAIS MIEUX !

Elles se réinventent régulièrement et reflètent désormais leurs aspirations éco-responsables, humaines et collectives.

### ✓ Vous êtes **Dirigeant.e** ou **Manager** et voulez :

- **Rassembler** et **garantir** l'engagement de vos collaborateurs sur une vision commune, **marquer** les esprits de vos équipes
- **Agir** pour limiter votre impact environnemental avec une action concrète plutôt qu'un long discours et **inspirer** positivement vos parties prenantes

### ✓ Vous êtes **DRH** et cherchez à :

- **Mettre en place** une solution pour la prévention et/ou les retours de burn out
- **Créer** des journées d'onboarding différenciantes pour les nouveaux talents
- **Prendre soin** des salariés de votre entreprise avec une approche inédite

### ✓ Vous êtes **Directeur.trice RSE** et chargé.e :

- De **proposer de nouvelles alternatives** sur l'organisation des événements de votre entreprise
- De **veiller** à ce qu'elle **respecte** les normes sociales et environnementales

### ✓ Vous êtes **Directeur.trice Formation** et chargé.e :

- De **répondre** à des besoins émergents non couverts
- D'**ajouter** de nouvelles pratiques dans votre catalogue en accompagnant autrement

**Nous vous aidons à changer de format et de façon de faire !  
Nous proposons des séminaires à impact social et  
environnemental riches de sens !**

# Le séminaire éco-responsable

## Une responsabilité attendue

Promouvoir des valeurs écologiques à l'occasion d'un séminaire est une façon de **consolider son image de marque**, ainsi que **sa marque employeur**, mais aussi de **contribuer à la mobilisation** du plus grand nombre **en faveur de la lutte contre le dérèglement climatique**. C'est aussi faire preuve de **responsabilité**, d'**exemplarité** et de **cohérence**.

## Une tendance croissante

Aujourd'hui, l'attente des collaborateurs en entreprise c'est la **bienvieillance**, le **bien-être**, le **lien social**, le **sport** et le **développement personnel**, une grande majorité n'a plus envie de partir au bout du monde, l'heure est à la simplicité et à la **sobriété**, particulièrement pour les générations Y et Z. \*

## Un bénéfice indéniable

Eco-concevoir un séminaire, c'est un **message fort envoyé** aux collaborateurs et un **impact positif** sur vos équipes, la **rencontre responsable transforme** !

C'est faire un pas de plus dans le cadre de la **transition écologique de votre entreprise** et **poser les jalons d'un nouveau modèle**, au sein duquel le comportement et les actions de vos salariés auront une importance primordiale.

## Des décisions en conscience

C'est un événement qui prend en considération la question de son **impact environnemental**, et ce, tout au long de son organisation comme de ses activités et où **l'on se pose les bonnes questions** sur chaque poste, bien en amont du séminaire.



La composition du groupe



Le choix du lieu



L'hébergement



La composition de sa valise



Le transport



L'alimentation



La limitation et le tri des déchets



La consommation énergétique et numérique



Les activités



L'engagement des prestataires



Les équipements



La communication

Le plus important est de montrer à l'ensemble des participants que **réaliser des actions écologiques et éthiques est finalement très facile**. L'enjeu est de faire remarquer tous les efforts mis en place lors du séminaire pour donner des idées innovantes et **sensibiliser ses collaborateurs** à la protection de l'environnement, **sans en faire le thème principal** mais **en le vivant**.

***On n'est jamais 100% éco-responsable, c'est un travail de longue haleine !***

\* **78% des salariés** choisiraient, à offres équivalentes, de rejoindre une entreprise engagée pour la transition écologique (étude de l'institut CSA pour LinkedIn et l'ADEME)

# Marcher et Travailler

## Un concept résolument bénéfique

De nombreuses études scientifiques soulignent les **bienfaits de la marche** sur le corps et le cerveau : baisse de l'anxiété, développement de la créativité et des capacités d'adaptation, aide à la prise de décision et renforcement de la confiance en soi.

En marchant, **en modifiant notre posture corporelle** et **notre souffle**, nous pouvons changer notre énergie, notre façon de penser et d'agir, lever les résistances et libérer des ressources pour atteindre plus facilement nos objectifs.

C'est une approche puissante et innovante qui va **accélérer les transformations** en agissant en douceur sur les 3 niveaux nécessaires à tout changement : **physique, mental et émotionnel**.

Elle permet également de **créer des liens différents entre les personnes** pour nourrir la confiance, développer la capacité d'adaptation face à l'inconnu, renforcer la coopération et la cohésion d'équipe.

## Des méthodes pédagogiques éprouvées

Notre **intention** est de faire vivre une véritable aventure pour fédérer une équipe autour **d'un objectif de changement**. Nous allons **agir en souplesse** sur les 4 principaux leviers qui bloquent souvent les projets de transformation :



Les peurs



Le mode automatique du cerveau



L'excès de contrôle



Les croyances limitantes

Cette approche s'est **construite sur des années d'expérience** et est un **outil** d'accompagnement et d'animation des équipes qui intègre 3 éléments :

1

La marche en conscience et le contact avec la nature

2

Des exercices corporels et de respiration

3

Des processus d'intelligence collective et de créativité

**Nous créons un parcours** en fonction de vos objectifs car **chaque projet est unique**. Les pratiques donnent lieu à des temps de feedback, d'apports et de modélisation dans son contexte professionnel. Vous repartez avec **des réponses, des idées neuves** mais aussi avec **des outils concrets** à réutiliser en entreprise.

## En pleine nature et accessible à tous

C'est une **expérience inédite** pour sortir du cadre et décaler son regard **en s'immergeant en pleine nature**. La salle de réunion se transforme en une clairière, les éléments naturels remplacent les post-it, les échanges sont plus profonds et authentiques grâce au rythme lent de la marche, l'esprit s'apaise et laisse émerger des idées nouvelles. Les distances de marche et les dénivelés restent **modestes**.

## Un état d'esprit élargi

Vous êtes intéressés **pour travailler et agir autrement** sur les dynamiques de changement. La météo est une contrainte que **nous transformons en opportunité**. Vous faites **confiance** aux organisateurs et vous vous laissez guider **avec adaptabilité** sur les solutions à mettre en œuvre en cas d'imprévus car nous en profiterons toujours **pour faire le pont avec le quotidien de la vie professionnelle**.

## Cette approche est pour vous si...

- 🎯 Vous voulez **construire un événement qui va révéler** ce que vous avez en tête depuis longtemps
- 🎯 Vous pensez que **les intelligences émotionnelles et corporelles** sont **utiles** en entreprise
- 🎯 Vous voulez **prendre un temps off** et **sortir des formats habituels** assis en salle devant un écran
- 🎯 Vous cherchez à **retrouver un rythme** et **faire émerger des rituels**
- 🎯 Vous souhaitez **offrir un vrai temps de respiration** à vos équipes

***Osez faire un pas de côté !***

# Un accompagnement à toutes les étapes du projet

## AVANT LE SÉMINAIRE

### 1 Recueil de vos attentes

- Contexte, nombre de participants, distance du lieu, nombre de jours disponibles (entre 1 et 3 jours)
- Type d'hébergement accepté (itinérance, bivouac, chambres individuelles, partagées ou dortoir)
- Mobilité des personnes

### 2 Définition de vos enjeux (managériaux, décisionnels, de détente, de discernement...)

#### Enjeux collectifs

- Construire ou s'aligner sur une feuille de route et donner du sens
- Améliorer l'engagement et la cohésion d'équipe
- Renforcer les liens et consolider la confiance mutuelle
- Développer la coopération au sein d'une équipe
- Améliorer la performance de l'équipe avec l'intelligence collective
- Développer ses capacités d'adaptation dans un monde en mutation
- Rebondir après une crise ou un changement majeur
- Manager dans l'incertitude

#### Quelques exemples :

#### Enjeux individuels

- Retrouver de la motivation
- Faire grandir la confiance en soi
- Revenir à l'essentiel et clarifier ses intentions
- Gérer le stress et retrouver de la sérénité
- Développer ses capacités d'adaptation face à l'inconnu
- Se connecter à ses aspirations pour retrouver du sens
- Lever ses peurs pour passer les obstacles
- Apprendre à accéder à ses ressources inexploitées

### 3 Elaboration d'une proposition sur-mesure

- Compréhension du contexte, des objectifs et clarification des besoins
- Conception du programme pédagogique
- Préparation, réunions, préconisations et accompagnement dans la communication
- Sourcing du lieu, repérage, organisation de l'hébergement et de la restauration
- Animation du séminaire, accompagnement sur place
- Bilan et suivi dans la mise en œuvre post séminaire

**Option** : mini-vidéo du séminaire

**Option à venir** : mesure de l'empreinte carbone de l'événement

## PENDANT LE SÉMINAIRE

### Nous vous accompagnons à :

- Vivre une expérience marquante qui va redonner du sens
- Lâcher prise et à se confronter à l'inattendu
- Créer un état de flow pour laisser émerger d'autres possibles
- Incarner par soi-même les postures d'agilité pour s'adapter à l'incertitude
- Favoriser la déconnexion digitale et la connexion aux éléments de la nature
- S'entraîner à la prise de décisions, à la gestion des imprévus et à la répartition des compétences
- Accepter de ne pas savoir

## APRES LE SÉMINAIRE

- Organisation d'une ou deux réunions de suivi post-séminaire avec les dirigeants et les managers sur la mise en œuvre des actions décidées pendant la rencontre

***Toute démarche RSE s'envisage dans un souci d'amélioration continue, tant en matière de prise de conscience que d'éthique, être critique en faisant le bilan, sans être sévère avec soi-même, est indispensable !***

# Vos interlocuteurs



## Une organisatrice

**Cécile Fongarnand** a exercé de nombreux métiers au sein des deux grandes entreprises qu'elle a connues en 30 ans : **Manpower France** et **Volkswagen Group Retail France**.

Les multiples compétences acquises ont rendu son profil ultra-polyvalent avec une dimension pluridisciplinaire.

Aujourd'hui, elle se recentre sur ses principales aptitudes : l'organisation d'événements et la satisfaction de tous les partenaires de l'entreprise, tout en nourrissant son besoin d'être active et utile dans la transition sociale et environnementale actuelle.

Passionnée par les thématiques essentielles de sobriété et de bien-être au travail, c'est avec conviction et engagement qu'elle accompagne les entreprises sur leurs enjeux de transformation durable.

## Leur histoire

**Cécile** et **Philippe** se rencontrent en 2008 à Nice lors d'une formation et se recroisent épisodiquement pendant toutes ces années, pour échanger sur leurs développements personnels et professionnels respectifs.

Complémentaires dans leur approche et chacun dans leur rôle, ils décident, en 2023, de se lancer dans un projet commun.



## Un coach

**Philippe Baran** est passionné d'itinérance autour du monde et spécialiste de l'accompagnement du changement dans les entreprises depuis plus de 24 ans.

Il combine son expérience du coaching, de l'intelligence collective avec l'approche de la marche transformatrice® pour accompagner autrement les transformations.

Fondateur du cabinet Nouvelle Trace et coach certifié depuis 2010, il est formé aux méthodes de Gestalt, à la PNL, aux neurosciences, à la Théorie U et à la facilitation par le corps (approche de l'embodiment de Wendy Palmer).

Il est également titulaire du brevet d'accompagnateur en randonnée pédestre et praticien en Transformational Breath®.

Depuis 5 ans, de nombreux cadres et entreprises ont expérimenté avec lui cette nouvelle approche : **Leroy Merlin, SNCF, Becton Dickinson, EY, CAP GEMINI, APICIL Santé, Lyon Métropole Habitat.**



# Témoignages

## CE QU'EN PENSENT NOS CLIENTS

Cliquez sur les logos pour découvrir les témoignages vidéo !



Florent Journiac



David Moncorgé et Anthony Dessertine



"Merci Philippe pour cette aventure. Apprendre à jongler 🤹 avec les paradoxes en cette période de #permacrise tout en travaillant l'esprit d'équipage ✅ "

François Mignot

" Merci Cécile Fongarnand et Philippe Baran 🌐 pour votre écoute attentive, l'organisation et votre accompagnement 🌱 🌸 🌿 Et merci à tous mes collègues du Pôle social, quel bonheur de faire partie de cette équipe 😊 Les effets sont immédiats ! Et le plaisir de travailler ensemble se poursuit au bureau 😄 "

Delphine Crommer Bourrellier



"Faire un séminaire d'équipe de deux jours en marchant, c'était inédit pour notre collectif ! Mais nous y voyons une occasion rêvée de concilier nos besoins d'évasion du quotidien, d'immersion dans une nature magnifique et de forte connexion entre nous autour de conversations qui comptent. Cette expérience a non seulement répondu à ces besoins mais les a dépassés ! "

Maïwenn Favetto Bon



"Après notre réorganisation du début 2023, il fallait réimaginer notre Direction Marketing, prendre du recul, (re)définir notre raison d'être et repousser nos limites.

C'est dans cet état d'esprit que nous avons ouvert la voie pour un séminaire d'équipe pas comme les autres : réfléchir en marchant au cœur de la rafraichissante région du Jura à notre nouveau fonctionnement de manière plus libre et ouverte, à prendre des engagements ensemble pour développer la coopération.

Nous avons appris à nous écouter mutuellement, à respecter les différentes perspectives et à trouver des solutions créatives ensemble. Les idées qui ont émergé pendant ce séminaire sont déjà en train de se concrétiser en actions. "

Carole Sanchis

**Séminaires d'équipe  
Journées d'intégration  
Formations  
Ateliers de réflexion**

**Réunissons nos idées et ensemble,  
faisons de vos prochaines réunions,  
des événements plus responsables !**



+33 (0)6 64 72 19 89  
[cecile.fongarnand@outlook.fr](mailto:cecile.fongarnand@outlook.fr)

