



Incarner et mettre en œuvre les approches régénératives pour accompagner la transition de votre organisation dès demain

Une formation-action en 5 étapes pour acquérir les pratiques, les processus et les postures de la transition écologique et sociale



Un voyage, 5 étapes de transition, 5 territoires, et des rencontres inspirantes.

Démarrage
Septembre
2025

Julie et Emmanuelle ont créé un parcours qui respecte le temps long du processus de transition en 5 étapes pour que les apprentissages circulent de l'intérieur au collectif et du collectif à l'intérieur, dans les trois instances que sont la tête, le cœur et le corps.



Étape 1 - Comprendre

Visio: 6H30
Présentiel: 3 jours / 2 nuits
26-28 Novembre 2025
en Bourgogne

*Comprendre les enjeux
Etats des lieux, identification
des freins et des moteurs*

- Limites planétaires et santé commune
- La roue des paradigmes de l'écopsychologie
- Modèle du donut et autres modèles d'organisation au service du Vivant
- Les marches de l'organisation de la RSE à la régénération



Étape 2 - Réduire son impact et entrer en résilience

Visio: 9H
Présentiel: 5 jours / 4 nuits
7 au 11 Janvier 2026
en Occitanie

*Entrer en résilience - Réduire
son impact - S'adapter -
Sécuriser*

- Les outils de l'économie circulaire et coopérative
- Intégration des parties prenantes
- Constellation des ressources
- Travail Qui Relie & Marche du temps profond
- Ecoute active & Communication non violente pour la gestion des conflits
- Les 5 cercles de résilience
- Méditation pleine présence



Étape 3 - Régénérer

Visio: 6H
Présentiel: 4 jours / 3 nuits
4 au 7 Mars 2026 en centre Val
de Loire

*Régénérer - Guérir, se
déployer et soutenir le vivant*

- Ikigai et Raison d'être
- Business model régénératif
- Eco-coaching
- Biomimétisme
- Méthodologie philosophique
- Boussole intérieure
- 8 Shields
- Ecorécit



Étape 4 Consolider

Visio: 16H
Présentiel: 3 jours / 2 nuits
29 avril au 1 mai 26
Dans le Lubéron

*Aller de l'avant ou consolider
les bases*

- Travail des parties prenantes - co-création
- Constellation organisationnelle
- Conseil de tous les êtres
- Arts internes (Qi-gong, Yoga, méditation)
- Econarration

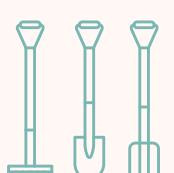


Étape 5 - Inspirer

Visio: 9 H
Présentiel: 3 jours / 2 nuits
8 au 10 Juin 2026
en Isère (Vercors)

*Restituer, déployer
& inspirer*

- Module expertise
- Témoignage
- Le Chapeau de Bono
- Land-art
- Arts internes
- L'art du feu et de faire tribu



Étape 0 - Prendre le temps de se connaître

Objectifs

- Faire groupe
- Récolter les attentes
- Mieux se connaître

Déroulé



En Visio



(1H30) Visio - faire connaissance et lancer la formation



(1H30) Entretien individuel - Faire connaissance et collecter vos besoins

Escale 1 - La Bourgogne Franche Comté



Ecolieu Ô Saveur de l'Instant, Accueil de Stages Formations et Séjours

L'Ecolieu Ô Saveur de l'Instant vous accueille en Bourgogne pour des stages, formations, séjours et séminaires pour une pause en conscience et en nature.



Rencontre avec
Constance Laroche



26-28 novembre 2025



O saveur de l'Instant Ecolieu en permaculture

174 rue du Thiellet - 71500 Saint-Usuge



Rencontre avec lieu, son histoire et son engagement.



Lors de soirées inspirantes, nous serons en contact avec des personnes actrices du territoire

Étape 1 - Comprendre et intégrer les enjeux



Objectifs

- Comprendre les enjeux
- État des lieux, identifications des freins et des moteurs
- Identifier les paradigmes et les croyances à l'origine de la destruction du vivant et du dépassement des limites planétaires
- Établir et comprendre les liens entre la transition organisationnelle et la transition intérieure
- Réfléchir et être en capacité d'argumenter le lien entre homme et la nature, et l'anthropocène
- **Etablir son diagnostic de maturité**

Déroulé



En Visio



(2h) **Quels enjeux de la transformation de la transition écologique et sociale?** Comment va le monde ? Limites planétaires et crises écologiques et sociales



(3H) **Les bases de la transition intérieure .** Théorie de la complexité de E. Morin - Théorie de l'énaction de Varela-théorie systémiques - Théorie de Gaïa de Lovelock & Margulis- Méthodologie en "je".



(1H30) A la confluence de la Transition extérieure et intérieure



Travail personnel :

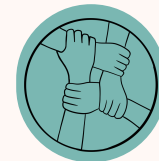
pré-diagnostic personnel et projet professionnel



Entretien individuel



En présentiel - du 26-28 novembre 2025



Les bases de la transition écologique et sociale - pourquoi la régénération?

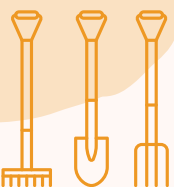


Les bases de l'écopsychologie - les 5 paradigmes destructeurs du Vivant et les 5 paradigmes médecines



Explorer les **liens entre Transition intérieure et extérieure** et entre **écopsychologie et économie régénérative**

- Limites planétaires et santé commune
- La roue des paradigmes de l'écopsychologie
- Modèle du donut et autres modèles d'organisation au service du Vivant
- Les marches de l'organisation de la RSE à la régénération



Escale 2 - L'occitanie



7 au 11 janvier 2026



Oasis Fontmarie - Montpellier



Rencontre avec lieu, son histoire et son engagement.



Rencontre avec Marine Lejeune, Adrien Conty et David Coste, et un apéritif inspirant avec les acteurs.rices locaux.

Étape 2 - Entrer en résilience - Réduire son impact - S'adapter - Sécuriser



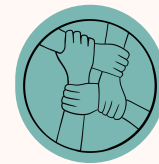
Objectifs

- Identifier et comprendre les freins et les leviers aux changement
- Appréhender et comprendre les mécanismes de la résilience organisationnelle et personnelle
- Mettre en place une relation sécurisante pour accompagner les conduites de changement
- Identifier et comprendre son rapport au temps et celui de l'organisation
- Connaître les processus et étapes du deuil, du Travail qui relie, de la résilience et de la transition
- Connaitre les outils du pilotage et de la réduction des impacts environnementaux et sociaux de l'organisation à leur minimum incompressible
- **Etablir son plan d'action de réduction**

Déroulé



En Visio



(2H + 1H TP) **Qu'est ce qu'il faut changer dans la société ? Comprendre les outils et stratégie de réduction de l'impact environnemental.** Quelles sont les limites l'économie circulaire? Qu'est ce qu'une organisation résiliente ? Comment intégrer les parties prenantes et le vivant dans le système?



(2H + 1H TP) **Qu'est ce qu'il faut changer dans notre relation à nous-même ?** schéma de dépendance/attachement- finitude-faire le vide- Qui aller voir pour sécuriser le terrain? Quels outils?



((2H + 1H TP) **Comprendre la dynamique du changement :** des bases physiologiques aux freins et aux leviers - le Triangle de Karpmann - Courbe du deuil - Théorie U - ... (audit/...nudges/coaching reprogrammation structurale)



En présentiel - du 7 au 11 janvier 2026



Entraînement à l'analyse des systèmes organisationnels - Identification des freins aux changements - Travail des parties prenantes - Identification des leviers de réduction et stratégie de renoncement.



Contacter ses ressources & Dépasser ses freins. La théorie U- la courbe du Deuil - Les freins aux changements- sécurisation du terrain émotionnel- créer un espace ressource - résilience.



Travail personnel et projet professionnel

- Les outils de l'économie circulaire et coopérative
- Intégration des parties prenantes
- Constellation des ressources
- Travail Qui Relie & Marche du temps profond
- Ecoute active & Communication non violente pour la gestion des conflits
- Les 5 cercles de résilience
- Méditation pleine présence



Escale 3 - La Loire



4 au 7 mars 2026



Lieu en cours de définition



Rencontre avec lieu, son histoire et son engagement.



Lors de soirées inspirantes, nous serons en contact avec des personnes actrices du territoire

Étape 3 - Régénérer - Guérir, se déployer et soutenir le vivant



Objectifs

- Comprendre les principes du vivant et les modèles régénératifs pour créer sa propre stratégie
- Connaître le design de permaculture humaine
- Appréhender le leadership régénératif
- Interroger son rapport au vivant pour modéliser sa relation interdépendance avec la Nature
- Comprendre la différence entre travailler dans ou avec la Nature
- Établir son ikigai
- Développer les compétences créatives au services de la relation
- **Identifier son ambition régénérative et plan d'action**

Déroulé



En Visio



(2H + 1H TP) **La régénération et les modèles inspirés du Vivant en entreprise.** Découverte des modèles existants. Cas d'étude inspirants. Sortir de la croissance.



(2H + 1H TP) **Quelle représentation axiologique du Vivant?** Un travail philosophique et écopsychologique.



Qu'est ce que le Vivant? Revue transdisciplinaire de la question



Travail personnel



En présentiel - du 4 au 7 mars 2026



Prendre les rails du régénératif - Explorer le leadership régénératif - Aborder le changement de culture et les renoncements - Définir son projet et ses indicateurs pour sortir de la croissance.

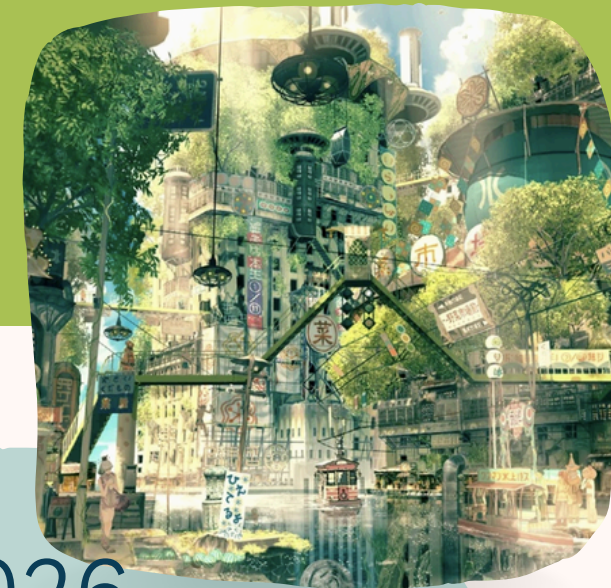


Permaculture intérieure - régénération de ces ressources - rapport au temps - modèles écoféministes - les 8 stades de Plotkins - l'anima/animus de jung - travail avec les archétypes junguien.

- Ikigai et Raison d'être
- Business model régénératif
- Eco-coaching
- Biomimétisme
- Méthodologie philosophique
- Boussole intérieure
- 8 Shields
- Ecorécit



Escale 4 - La Provence Alpe Cote d'Azur



29 avril au 1 mai 2026



Le bois de la garenne

Chemin de la forêt des cèdres

84480 Bonnieux



En immersion sauvage avec tente ou hamac



Rencontre avec

Jeanne Henin



4 saisons pour profiter du Luberon

Le printemps est magnifique dans le Luberon, il commence très tôt, dès fin février certaines années, avec la floraison des amandiers, puis celle des cerisiers qui l'ancre définitivement. Les journées sont belles, les...

Le Bois de la Garenne /



Étape 4 - Aller de l'avant ou consolider les bases



Objectifs

- Comprendre et créer avec les limites
- Intégrer les enjeux du temps long dans la financiarisation : actionnariat, investissement, financement
- Approfondir la résilience systémique en s'outillant
- Prendre soin de son écologie intérieure pour prévenir l'épuisement professionnel
- Apprendre à intégrer le Vivant dans ses prises de décision et dans les conseils d'organisation
- Acquérir des outils (éconarration, ...) pour consolider les bases
- **Nourrir son projet**

Déroulé



En Visio



(6H TP) **Analyse de projets inspirants** - présentation et partage de projet.

(2H) **Appréhender les limites et l'effet rebond** pour éviter le greenwashing

(2H) **Rapport au temps long** : financiarisation (actionnariat, investissement, financement) et travail sur la valeur écologique, sociale et financière.



(6H) **Cultiver sa posture pour nourrir le projet et rester aligner** Comprendre le Burn-out et l'épuisement professionnel - comprendre la dynamique de l'étape 4 - travailler son rapport au temps - se relier au Vivant - les outils pour jardiner sa terre intérieure.



Travail personnel



En présentiel - du 29 avril au 1 mai 2026



Intégrer le Vivant dans les processus décisionnels - récit prospectif avec la 7-ème génération - constellation organisationnelle



Rite de passage par une immersion nature collective - s'ancrer dans son écologie intérieure.



De la résilience à la régénération - Les 5 cercles de résilience

- Travail des parties prenantes - co-création
- Constellation organisationnelle
- Conseil de tous les êtres
- Arts internes (Qi-gong, Yoga, méditation)
- Econarration



Escale 5 - Auvergne-Rhône-Alpes



“On aime ce qui nous a émerveillé et on protège ce que l’on aime” Commandant Cousteau

8 au 10 Juin 2026



En itinérance
Avec Michaël Doulson,
réensauvageur.



Niveau adapté en fonction de
la condition physique de la
cohorte



Étape 5 - Restituer, déployer & inspirer



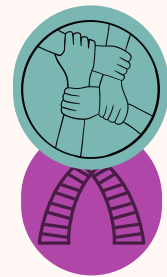
Objectifs

- S'inspirer de parcours pour ouvrir les possibles
- Renforcer son lien au Vivant pour en prendre soin et en faire une force
- Développer sa créativité
- Déployer la régénération dans ses actions et ses projets
- Développer les compétences d'inspiration pour faire grandir le mouvement de réconciliation avec le vivant
- **Consolider ses connaissances pour pouvoir transmettre**

Déroulé



En Visio



((2*3H) Transition organisationnelle -
Organisation de 2 modules experts pour consolider les savoirs du groupe avec ou sans invités pour approfondir des sujets, creuser des points projets ou découvrir des approches



(3 H) Honorer le Vivant avec les 5 paradigmes médecines du vivant



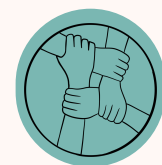
Travail personnel - restitution



Entretien individuel

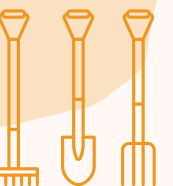


En présentiel - Itinérance en nature



- **Restitution des projets**
- **Honorer le chemin parcouru**
- **Prendre soin et partager**
- **Se donner de l'élan pour la suite et célébrer**

- Module expertise
- Témoignage
- Le Chapeau de Bono
- Land-art
- Arts internes
- L'art du feu et de faire tribu



Clôture - Rayonnement - Décembre 2025

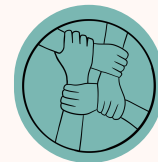
Objectifs

- Faire rayonner vos expériences, l'incarner et la transmettre
- Entretenir la joie et le partage
- Prendre du recul par rapport au travail réalisé et faire vivre les compétences acquises

Déroulé



En présentiel et auto-organisé



- Avec le soutien des formatrices, vous serez amené à organiser, vivre et faire vivre un évènement régénératif

Entretien préliminaire et temps d'accueil en visuo le 3 décembre 2024

		Date		Département
Escale 1	Comprendre/etats de lieux/motivation	26 au 28 novembre 2025	3 jours/2nuits	Bourgogne (Osaveur de l'instant)
Escale 2	Securiser-ressources-freins au changement	7 au 11 janvier 2026	5 jours/4 nuits	Montpellier (Oasis FontMarie)
Escale 3	Régénération	4 au 7 Mars 2026	4 jours/3 nuits	Blois-Orleans
Escale 4	J'avance ou je recule	29 avril au 1 mai 2026	3 jours/2 nuits	Vaucluse, Luberon
Escale 5	Restituer et Déployer	8 au 10 Juin 2026	3 jours/2 nuits	Vercors

Planing visio en cours de création

Clôture Octobre 2026 par la journée de rayonnement

-10% pour une inscription avant le 15 octobre 2024

	Budget formation	Budget hébergement et nourriture à prévoir
Tarif - petit budget	6 300 €HT	1 500 €TTC
Tarif - Indépendant	7 300 €HT	1 500 €TTC
Tarif - TPE/PME	8 000 €HT	1 500 €TTC
Tarif - entreprise	9 500 €HT	1 500 €TTC



Organisme de formation - possibilité de prise en charge - possibilité de payer en plusieurs fois

Séjour en sus

Ces tarifs incluent :

Le paiement des deux formatrices pour les 130 heures de formation en présentiel et les 45 h de cours à distance, les locations de salle et le matériel de formation

Les frais du stage 5 de 3 jours (animatrice moyenne montagne, assurance, matériel ...)

Ils n'incluent pas :

Les frais d'hébergement et de repas du stage 1, du stage 2, du stage 3 et du stage 4. La totalité des frais d'hébergement et de bouche n'excédera pas 1500€ TTC

Les frais de déplacement



**Julie
Delmas-Orgelet**

Fondatrice de DDemain
www.ddemain.com

[07 55 61 94 09](tel:0755619409)
julie@ddemain.com



**Emmanuelle
Delrieu**

Fondatrice de l'Ecole de la
Transition Intérieure et co-
fondatrice de l'AFECOP

[06 27 05 00 91](tel:0627050091)
delrieu.emmanuelle@gmail.com

Elles et ils interviennent à nos côtés



Jeanne Hennin

Constance Laroche



Marine Lejeune

**Mikaël Doulson
Alberca**



**Et d'autres personnes
inspirantes à venir!**