

Prochaine session :

 DU 31/01/26
AU 01/12/26

Durée :

 2 JOURS

SÈME IN R', UNE EXPÉRIENCE TRANSFORMATIONNELLE, CONCRÈTE ET HUMAINE BY LA FRANGE.

2 JOURS POUR IDENTIFIER, LIBÉRER ET RECONSTRUIRE

Un weekend immersif pour comprendre tes freins, apaiser ton mental et relancer ton énergie d'action. Tu seras accompagné.e.s d'expert.e.s et de professionnel.le.s qui savent de quoi ils et elles parlent.

Objectifs

- Identifier les peurs, blocages et schémas limitants,
- Pas de blabla, de l'opérationnel et du concret pour structurer et outiller ton développement,
- Poser des fondations claires pour ton équilibre pro et perso,
- Intégrer une communauté solide et engagée.



R'ésonance

- 08h30 Tour de table pour résonner sur vos parcours et attentes.
09h30 Inter-connexions, valorisation des objectifs et création de sens.

R'égal

- 12h00 Déjeuner traiteur et échanges entrepreneuriaux

EmeR'gence

- 13h30 Découverte des liminarités et croyances limitantes,
Faire émerger vos freins invisibles et co-diagnostiquer.

Lacher pR'ise

- 15h30 Psychologie clinicienne qui intervient sur le lacher prise.

PatR'imoine

- 17h30 Education financière et gestion de patrimoine.

R'égal

- 20h30 Diner traiteur et échanges entrepreneuriaux



R'égénération

- 07h30 Séance sportive à jeun.
Travail sur le goût de l'effort, l'esprit collectif et le dépassement personnel.

R'égal

- 10h30 Brunch et échanges entrepreneuriaux

R'éalisation

- 12h00 Atelier de co-construction : outils, partenariats et financements et plan d'actions.

DigitaliseR

- 14h00 Digitalisation des process et outillage métiers

R'éseau

- 16h00 Retours d'expérience et communauté entrepreneuriale



Prochaines sessions 2026



Capacité max d'accueil : 10 participants/session

Lieu : Ile de La Réunion

- 28 mars 2026
- 29 août 2026
- 25 avril 2026
- 26 septembre 2026
- 23 mai 2026
- 24 octobre 2026
- 20 juin 2026
- 21 novembre 2026

Tarifs & format



BoostCamp Premium — Format immersif 2 jours

- Tarif individuel : **1 650 € HT***
- Tarif binôme : **2 250 € HT***

*Le tarif inclut l'ensemble des prestations pédagogiques, l'hébergement en villa premium, la restauration, les ateliers et l'accès à la communauté La Frange. Le tarif binôme implique de partager la même chambre pour la nuitée.



+262 (0)693 92 01 14



salut@lafrange-despetitesgens.com



Inscrис-toi !

Pour rejoindre une session du Sème In R', merci de suivre le lien suivant :
<https://lafrangedpg.fr>

Dès l'inscription réalisée tu seras recontacté(e) par le biais d'un questionnaire de positionnement. Ton inscription est confirmée dès réception du paiement.

⚠️ Les retraites se déroulant en petit groupe (10 participants max), les places sont attribuées par ordre de confirmation.



LFDPG





https://www.instagram.com/lafrange_dpg



<https://www.facebook.com/lafrangedpg>



<https://www.linkedin.com/company/lafrange-dpg/>



<https://www.youtube.com/@MickaelAbelard>



LFDPG



+262 (0)693 92 01 14



salut@lafrange-despetitesgens.com