

COACH TACO™
MOUVEMENT RENAISSANCE™

MOUVEMENT RENAISSANCE™ · PROGRAMME 2027

Renaissance™

Il est temps de te retrouver.

Quatre semaines pour faire le point sur ta vie, retrouver ta direction et commencer à avancer autrement.

COHORTES : AVRIL & JUILLET 2027 ♦ 100 % EN LIGNE ♦ 10 PARTICIPANTS MAXIMUM

WWW.COACHTACO.COM

01 / POURQUOI RENAISSANCE ?

Et toi, *dans tout ça ?*

Tu peux être une personne qui travaille, qui avance, qui prend soin des autres et qui assume ses responsabilités. Tu peux même avoir accompli beaucoup de choses. Mais cela ne veut pas forcément dire que tu te sens à ta place dans ta propre vie.

Parfois, on prend tellement l'habitude de faire ce qu'il faut qu'on finit par ne plus se demander ce qu'on veut vraiment. On s'adapte. On fait des compromis. On remet certaines décisions à plus tard. Et petit à petit, on s'éloigne de soi.

J'ai créé Renaissance™ pour ces moments-là. Pour te permettre de t'arrêter sur les bonnes questions. De comprendre ce que tu traverses, ce qui te freine et ce qui compte réellement pour toi. Mais aussi pour t'aider à sortir de la réflexion et à commencer à faire des choix différents.

Tu n'as pas besoin d'attendre que tout aille mal pour décider de changer quelque chose. Et tu n'as pas non plus besoin d'avoir toutes les réponses pour commencer.

COACH TACO

Passe de ton potentiel à ton impact.

02 / EST-CE POUR TOI ?

Peut-être que tu te reconnaîtras...

- 01 Tu traverses une période de transition et tu as du mal à savoir quelle direction prendre.
- 02 Tu ressens le besoin de changer certaines choses dans ta vie, sans savoir par où commencer.
- 03 Tu prends souvent des décisions pour faire plaisir aux autres, parfois au détriment de toi-même.
- 04 Tu as l'impression de reproduire certains comportements ou situations malgré tes efforts.
- 05 Tu doutes de toi, de tes capacités ou de la légitimité de tes choix.
- 06 Tu as beaucoup réfléchi à ce que tu veux changer, mais tu peines à passer à l'action.
- 07 Tu veux retrouver une relation plus consciente et plus juste avec toi-même.

Tu n'as pas besoin de te reconnaître dans toutes ces situations. Ce qui compte, c'est d'avoir envie de mieux te comprendre et d'être prêt(e) à faire ta part du travail.

Renaissance™ ne te demandera pas d'être parfait(e). Mais il te demandera d'être honnête avec toi-même.

03 / CE QUE TU VAS CONSTRUIRE

Se retrouver, c'est un début. *Et après ?*

Pendant quatre semaines, nous allons travailler sur deux choses essentielles : la relation que tu entretiens avec toi-même et la manière dont tu conduis ta vie.

D'ABORD

Te retrouver

Prendre le temps de comprendre ton fonctionnement, reconnaître les croyances et les schémas qui te limitent, faire le point sur tes valeurs et clarifier la personne que tu veux devenir.

ENSUITE

Reprendre ta vie en main

Apprendre à faire des choix plus conscients, identifier tes priorités, poser des limites lorsque c'est nécessaire et mettre en place des actions cohérentes avec la direction que tu as choisie.

À la fin du parcours, l'objectif est que tu repartes avec **une meilleure compréhension de toi-même, une vision personnelle clarifiée, des décisions concrètes et un plan pour continuer à avancer.**

Nous ne prétendons pas régler toute une vie en quatre semaines. Mais quatre semaines peuvent te permettre d'arrêter de tourner autour des mêmes questions et de commencer à agir autrement.

Ta vie ne changera pas uniquement parce que tu as compris certaines choses. Elle changera aussi à travers ce que tu décideras d'en faire.

Passe de ton potentiel à ton impact.

Une méthode. Quatre étapes.

Un cheminement vers toi-même.

Changer ne consiste pas simplement à prendre de bonnes résolutions. Il faut parfois commencer par comprendre pourquoi, malgré toutes nos bonnes intentions, nous continuons à faire les mêmes choix.

Transformation

T

Comprendre ce qui te freine.

Faire le point sur ton histoire, tes croyances, tes peurs et les mécanismes qui influencent tes décisions.

Alignement

A

Retrouver ce qui compte vraiment pour toi.

Clarifier tes valeurs, ta vision, tes priorités et la personne que tu souhaites devenir.

Construction

C

Donner une direction concrète au changement.

Définir des objectifs réalistes, prendre des décisions et construire un plan d'action adapté à ta vie.

Obtention & Optimisation

O

Passer de l'intention à l'action.

Poser des actes concrets, observer tes progrès, ajuster ce qui doit l'être et préparer la suite.

Le but n'est pas de changer toute ta vie en quatre semaines. C'est de te donner les moyens de commencer à la conduire autrement.

05 / TON OUTIL CENTRAL

Bien plus qu'un journal.

Un rendez-vous avec toi-même.

Au cœur de Renaissance™, il y a un outil auquel j'accorde une importance particulière : le **Journal de la Renaissance™**. Ce n'est pas un carnet de notes, ni un simple recueil d'exercices. C'est ton principal outil de travail, un espace personnel conçu pour t'aider à aller au-delà de tes premières réponses.

01 Ton histoire et ton identité

Pour mieux comprendre qui tu es aujourd'hui.

02 Tes croyances et tes schémas

Pour reconnaître les mécanismes qui influencent ta vie.

03 Tes valeurs et ta vision

Pour retrouver ce qui compte réellement pour toi.

04 Tes choix et tes priorités

Pour apprendre à avancer en accord avec toi-même.

05 Tes décisions et tes actions

Pour transformer tes prises de conscience en changements concrets.

ENTRE LES SÉANCES

Un travail qui continue

Tu poursuis ce travail personnel, notes tes découvertes, clarifies tes décisions et suis tes engagements.

APRÈS LES QUATRE SEMAINES

Ton Journal reste le tien

Tu pourras continuer à l'utiliser, revenir sur tes réflexions et mesurer le chemin parcouru.

Disponible en version numérique ou, selon les possibilités de remise, en version imprimée, en fonction de ta localisation et de tes préférences.

06 / LE PROGRAMME EN DÉTAIL

Ton accompagnement, *en un coup d'œil.*

FORMAT	100 % en ligne · 8 séances collectives en direct
DURÉE	4 semaines
GROUPE	10 participants maximum par cohorte
COHORTES 2027	Avril et juillet 2027. Dates précises et horaires communiqués à l'ouverture des inscriptions.
ACCOMPAGNEMENT	Guidé par Coach Taco · Méthode TACO™
OUTIL CENTRAL	Journal de la Renaissance™
EXERCICES	D'introspection et de mise en action
ÉCHANGES	Espace WhatsApp privé pour la coordination
À L'ISSUE	Bilan personnel et feuille de route

UN PETIT GROUPE, VOLONTAIREMENT

Renaissance™ accueille volontairement un petit groupe afin de préserver la qualité de l'accompagnement. Chaque candidature est étudiée personnellement.

Passe de ton potentiel à ton impact.

07 / QUESTIONS FRÉQUENTES

Tes questions, *nos réponses.*

À qui s'adresse Renaissance™ ?

À toute personne qui a envie de mieux se comprendre et qui est prête à faire sa part du travail. Il n'est pas nécessaire de se reconnaître dans toutes les situations décrites, ni d'avoir toutes les réponses pour commencer.

Comment se déroule le programme ?

Pendant quatre semaines, tu participes à 8 séances collectives en direct, 100 % en ligne, guidées par Coach Taco avec la Méthode TACO™. Entre les séances, tu poursuis ton travail dans le Journal de la Renaissance™.

Combien de participants par cohorte ?

Dix au maximum, pour préserver la qualité de l'accompagnement.

Quand ont lieu les cohortes ?

Avril 2027 et juillet 2027. Les dates précises et les horaires sont communiqués lors de l'ouverture des inscriptions.

Qu'est-ce qui est inclus ?

Les 8 séances collectives, le Journal de la Renaissance™, des exercices d'introspection et de mise en action, un espace WhatsApp privé et un bilan personnel avec feuille de route.

Le Journal est-il imprimé ?

Il est disponible en version numérique ou, selon les possibilités de remise, en version imprimée, en fonction de ta localisation et de tes préférences. Il reste le tien après le programme.

Comment candidater ?

Dépose ta candidature via WhatsApp ou le site. Chaque candidature est étudiée personnellement.

08 / REJOINDRE RENAISSANCE™

Et si tu t'accordais *enfin cette place ?*

TON INVESTISSEMENT · COHORTES AVRIL & JUILLET 2027

99 000 FCFA

Possibilité de régler en deux fois, sans frais supplémentaires.

Premier versement : 49 500 FCFA après acceptation de ta candidature, pour confirmer ta place.

Deuxième versement : 49 500 FCFA avant le début de la troisième semaine du programme. Le paiement intégral est également possible.

01

Prends contact

Écris-nous sur WhatsApp pour recevoir les détails et les dates.

02

Présente ta candidature

Partage ta situation et tes attentes. Chaque candidature est étudiée personnellement.

03

Confirme ta place

Après acceptation, premier versement de 49 500 FCFA.

INFORMATIONS & CANDIDATURES

Écris « RENAISSANCE » sur WhatsApp

+221 77 633 25 37 · WWW.COACHTACO.COM

Passe de ton potentiel à ton impact.

UN MOT DE COACH TACO

Je ne vais pas te promettre *une nouvelle vie en quatre semaines.*

Je ne vais pas non plus te dire que tout sera facile, ou que tu n'auras plus jamais de doutes après ce programme.

Ce que je peux te proposer, c'est un espace pour faire un véritable travail sur toi. Un accompagnement avec de l'écoute, de la méthode, mais aussi de la franchise.

Parce que parfois, ce dont nous avons besoin, ce n'est pas qu'on nous dise encore une fois que nous sommes capables de tout. C'est qu'on nous aide à nous poser les bonnes questions, à regarder certaines vérités en face et à prendre les décisions que nous repoussons depuis trop longtemps.

Je ne prendrai pas ces décisions à ta place. Mais je peux t'accompagner dans ce cheminement, avec les outils, le regard et l'exigence qui font partie de ma manière de coacher.

Si tu sens que le moment est venu de te retrouver, alors peut-être que nous avons un bout de chemin à faire ensemble.

Il est temps de te retrouver.

COACH TACO · FONDATRICE DU MOUVEMENT RENAISSANCE™ · COACH CERTIFIÉE EN TRANSFORMATION PERSONNELLE

Passe de ton potentiel à ton impact.