

La conception

Guide du module



Sheryl-Anne Surprenant
Académie internationale des professionnelles
de l'alimentation vivante | www.aipav.org

Programme *Formatrice en alimentation vivante — Module 3: La conception*

Publié au Canada en 2014 par l'AIPAV | *Crusine Santé*.

Tous droits réservés © Sheryl-Anne Surprenant 2014.

Sheryl-Anne Surprenant affirme son droit d'être reconnue en tant qu'auteure du présent ouvrage, sous la *Loi des droits d'auteurs*. Le contenu du présent ouvrage est sujet aux règlements et aux lois sur les droits d'auteur. Le présent ouvrage ne peut pas être reproduit en partie ou en totalité, traduit, publié, transmis (mécaniquement, manuellement, électroniquement ou autrement), photocopié, numérisé, enregistré ou stocké sur un système de distribution quelconque, sans l'autorisation préalable explicite et écrite de l'auteure.

Avertissement

L'auteure est exonérée par la présente, de toute responsabilité pour quelque tort, perte ou risque, personnel, professionnel ou autre, qui pourrait résulter de l'utilisation ou de la mise en pratique du matériel contenu dans la présente publication. Les recommandations et les techniques contenues dans présent document ne doivent en aucun cas être prises pour un avis financier ou médical. En cas de doute, veuillez s'il-vous-plaît consulter un professionnel de compétent avant de les mettre en application.

Table des matières

Où trouver de l'inspiration pour votre atelier cru unique?.....	5
Quelques domaines où vous pouvez innover:	13
Votre Tribu.....	21
Exercice de conception d'atelier cru unique.....	22
Augmenter la valeur de votre atelier cru en le rendant unique	42
Stratégies-clés pour un atelier cru réussi.....	44
Cultiver l'intérêt de vos participants.....	46
Les pauses	47
Créer des participants enthousiasmés pour votre atelier	48

MODULE 3: *La conception*

Résumé: Découvrez comment développer votre atelier unique à partir des idées originales que vous avez recueillies dans le module 2; comment créer votre atelier cru unique en pensant à votre Tribu afin de lui plaire; comment créer un atelier réussi; comment organiser et transmettre votre matériel d'une façon créative, originale; et, comment présenter d'une façon qui marquera positivement vos participants et qui fera en sorte qu'ils recommanderont votre atelier cru à d'autres.

Où trouver de l'inspiration pour votre atelier cru unique?

1. Facteurs de réussite:

2. Besoins du marché actuel:

4. Demandes exprimées par votre Tribu:

Lined area for writing responses to the section header.

6. Ce qui n'a jamais été fait:

7. Cheminement de votre Tribu:

Quelques domaines où vous pouvez innover:

1. L'inscription du participant:

4. Les démonstrations culinaires:

5. La documentation:

7. L'accueil:

Votre Tribu

Identifier les membres de votre Tribu

Identifiez le ou les groupes de personnes avec lesquels vous voulez travailler dans le cadre de votre atelier cru. Pensez à des personnes...

- ★ qui sont de votre genre, qui partagent vos valeurs;
- ★ qui ont des points en commun avec vous;
- ★ qui ont moins de connaissances que vous en alimentation vivante;
- ★ qui peuvent se permettre de payer pour votre atelier cru;
- ★ qui sont attirées par votre style de présentation;
- ★ qui ont peut-être déjà fait affaire avec vous;
- ★ avec qui vous avez un contact régulier, soit par le biais d'un blogue, d'un réseau social, d'une association professionnelle ou sportive, d'une activité de loisir, de rencontre sociale, ou d'un groupe d'amis.

Localiser les membres de votre Tribu

Où se trouvent les gens que vous recherchez?

- ★ dans les groupes-virtuels (forum, réseaux sociaux);
- ★ sur les blogues en alimentation vivante;
- ★ sur les chaînes de *YouTube*;
- ★ dans des ateliers liés à l'alimentation vivante;
- ★ dans des ateliers non-liés à l'alimentation vivante (yoga, santé, jeunesse, etc.);
- ★ dans des programmes virtuels ou non virtuels offerts par d'autres personnes;
- ★ abonnés à certaines revues ou quotidiens;
- ★ dans certaines associations ou regroupements (loisir, sport, alimentation vivante, etc.);
- ★ dans des magasins d'alimentation naturelle.

Personnaliser votre message pour votre Tribu

- ★ Établir clairement les besoins, les attentes et les désirs de votre Tribu.
- ★ Parler dans leur langage.
- ★ Présenter votre message d'une façon qu'ils connaissent et qu'ils apprécient.
- ★ Faire correspondre votre image de marque à votre Tribu.
- ★ Choisir un endroit pour votre atelier adapté à votre Tribu.
- ★ Adapter votre prix à votre Tribu tout en tenant compte de vos besoins.

★ Sonder l'opinion de votre Tribu.

Exercice de conception d'atelier cru unique

À chaque fois que vous vous préparez à créer un nouvel atelier cru unique, je vous recommande de prendre le présent questionnaire, et le remplir du début à la fin, en prenant le temps de bien réfléchir à chaque question.

1: Que vais-je communiquer comme information?

2: Pourquoi?

3: Quels sont les points principaux que je veux communiquer?

4: Ai-je besoin de formation, ou de perfectionnement, afin de pouvoir offrir cet atelier d'une façon professionnelle et efficace? Si oui, de quoi exactement et quand vais-je le faire?

5: De quoi ont l'air mes participants lorsqu'ils arrivent?

6: Quel cheminement vais-je faire avec mes participants?

7: De quoi auront l'air mes participants en repartant?

8: Quels bienfaits en retireront mes participants?

9: Quelle sera la durée de mon atelier?

10: Combien de participants est-ce que je veux avoir par atelier?

11: Quel endroit accueillerait un tel nombre? Puis-je l'obtenir?

12: À quelle date voudrais-je offrir cet atelier?

13: Quelle impression est-ce que je veux laisser à mes participants? Comment décriraient-ils l'atelier si on leur demandait de le faire?

14: Quelle est la valeur de cette impression pour mes participants?

15: Qu'est-ce qui est inclus dans l'atelier?

16: Quel sera le prix par participant?

17: Combien de profits aimerais-je générer pour cet atelier?

18: À quelle Tribu spécifique cet atelier plaira-t-il?

19: Est-ce que cet atelier est en harmonie avec mon image de marque? Comment est-ce que cet atelier peut rehausser mon image de marque?

20: Est-ce que je veux offrir cet atelier en solo ou en partenariat avec d'autres personnes? Qui? Pourquoi?

21: Dois-je enregistrer cet atelier (audio ou vidéo)?

22: Est-ce que ce genre d'atelier est déjà offert? Par qui, quoi, où, quand?

23: Comment rendre cet atelier unique, exceptionnel, spécial, inimitable?

24: Quel nom accrocheur puis-je donner à cet atelier (nom relié à mon image de marque, ou au type d'atelier, ou qui donne une idée du contenu)?

25: Est-ce que les enfants sont acceptés?

26: Est-ce que l'endroit choisi est accessible pour les personnes à mobilité réduite? Est-ce que mon atelier est adapté à leurs besoins spécifiques?

27: Quel genre d'endroit aimerais-je avoir? Quel endroit serait le plus pratique pour mes participants? Est-ce que cet endroit est disponible et entre dans mon budget?

28: Ai-je besoin d'engager du personnel pour m'aider avant, pendant ou après l'atelier? Si oui, quel type (assistant, promoteur, laveur de vaisselle...)? Combien?

29: Quel autre produit ou service puis-je offrir à mes participants pour continuer à les accompagner dans leur cheminement après l'atelier?

30: Quelle autre offre vais-je activement promouvoir durant l'atelier comme étant la suite logique pour mes participants?

31: Comment vais-je faire un suivi auprès des participants après l'atelier?

32: Comment faire évoluer le contenu de cet atelier (livre, conférence, contenu web, atelier plus long)?

33: Qu'est-ce qui ferait que je serais totalement en amour avec cet atelier, depuis sa préparation, sa promotion, sa présentation (lorsque je donne l'atelier) et son contenu?

34: Quelle récompense motivante m'accorderai-je à la fin de chaque itération de l'atelier?

Notes supplémentaires:

A series of horizontal lines for taking notes.

Augmenter la valeur de votre atelier cru en le rendant unique

Veillez toujours à ce que, lorsque vos participants partent, ils aient l'impression d'en avoir eu pour leur argent. Comment réussir? Mettez en application ce qui suit.

- ★ Avoir une éthique de travail irréprochable.
- ★ En donner toujours plus que ce qui est attendu.
- ★ Ne pas lésiner pas sur la qualité ou la quantité de nourriture servie.
- ★ Vous assurer que la documentation soit en accord avec votre image de marque.
- ★ Transformer votre atelier cru en expérience unique et inédite
- ★ Remercier vos participants en leur offrant un rabais sur un de vos produits ou services.
- ★ Offrir un suivi à vos participants.
- ★ Prévoir un sac-cadeau pour chaque participant.

Stratégies-clés pour un atelier cru réussi

1. Planifiez un contenu de qualité.

- ★ Donnez l'information dont les participants ont besoin.
- ★ Donnez de l'information que vos participants apprécient obtenir.
- ★ Donnez tout le contenu publicisé et promis.

2. Assurez-vous du confort de tous.

- ★ Veillez au confort des participants.
- ★ Veillez à votre confort.
- ★ Ayez de l'eau disponible en tout temps (et, selon le cas, de la nourriture).

3. Offrez généreusement tous les bienfaits de l'alimentation vivante.

- ★ Planifiez votre atelier cru de telle sorte que les participants ont tout ce qu'il faut pour profiter des bienfaits de l'alimentation vivante lorsqu'ils vous quittent.
- ★ Donnez-leur le sentiment d'avoir gagné en santé, en vitalité, en énergie, etc.
- ★ Assurez-vous d'inspirer, de motiver et/ou d'instruire vos participants de telle façon à ce que votre atelier ait le potentiel de changer leur expérience de vie.

4. Donnez de la valeur à votre atelier cru unique.

- ★ Faites en sorte que vos participants repartent avec l'impression d'en avoir eu pour leur argent, et plus encore!
- ★ Donnez-leur tout ce qu'ils attendaient.
- ★ Veillez à leur offrir une expérience des plus agréables et gratifiantes.

5. Maximisez les résultats de vos participants.

- ★ Offrez un contenu qui aide vos participants à obtenir les résultats auxquels ils s'attendent.
- ★ Bâissez la confiance de vos participants en leur capacités personnelles.
- ★ Donnez-leur toute l'information dont ils ont besoin pour réussir l'intégration de l'alimentation vivante à leur style de vie santé.
- ★ Soyez pratique, pas seulement inspirant.

6. Veillez à vos finances.

- ★ Planifiez un budget aussi précis et réaliste que possible.
- ★ Économisez là où vous le pouvez.
- ★ Assurez-vous d'obtenir une compensation monétaire juste et qui vous valorise personnellement et professionnellement.
- ★ Questions cruciales:
 - ★ Est-ce que le prix de votre atelier cru reflète la qualité de votre offre?

★ Est-ce que ce prix est acceptable pour votre Tribu?

Cultiver l'intérêt de vos participants

Voici plusieurs façons de présenter votre contenu afin d'attirer et de conserver l'intérêt de vos participants tout au long de votre atelier cru. Vous voulez un auditoire excité par ce que vous offrez, intéressé, voire captivé, et diverti par votre présentation.

- ★ Présentation magistrale
- ★ Démonstrations magistrales
- ★ Discussion ou travail en groupes de deux ou plus
- ★ Participation d'un ou de plusieurs membres de l'auditoire
- ★ Une station de travail pour chaque participant
- ★ Table ronde
- ★ Session de questions et de réponses
- ★ Point de mire
- ★ Jeu-questionnaire
- ★ Compétition amicale
- ★ Défi individuel ou de groupe
- ★ Chasse au trésor
- ★ Jeu de devinette
- ★ Distribution de documentation
- ★ Surprises
- ★ Dégustations et échantillons
- ★ Changer d'emplacement
- ★ Session d'étirements ou d'exercices de respiration
- ★ Pauses jasette et salle de bain
- ★ Invité spécial
- ★ Démonstration d'un produit
- ★ Remue-méninges
- ★ Mini-session de coaching privé
- ★ Partage d'expérience personnelle en petits groupes ou avec tout le monde
- ★ Vous présenter personnellement, et demander à chaque participant de se présenter

Amusez-vous à intégrer ces différentes façons de cultiver l'intérêt de votre auditoire!

Les pauses

1. Facteurs à considérer

- ★ Durée totale de l'atelier cru
- ★ Quantité de nourriture offerte
- ★ Genre de nourriture offerte
- ★ Fréquence à laquelle vous offrez de la nourriture
- ★ Composition du groupe

2. Horaire-modèle des pauses pour un atelier d'une journée

- ★ Début
- ★ Pause de 15 à 30 minutes environ 1h00 à 1h30 après le début
- ★ Retour
- ★ Pause du midi d'environ 45 minutes à 1h00
- ★ Retour
- ★ Pause de 15 à 30 minutes environ 1h30 à 2h00 après retour de la pause du midi
- ★ Fin environ 1h00 à 1h30 après retour de la dernière pause
- ★ Laisser 30 minutes pour quitter les lieux

3. Où prendre les pauses?

- ★ Les participants peuvent prendre les pauses dans la même salle, ou dans un autre endroit.
- ★ Expliquez clairement aux participants où ils peuvent prendre leurs pauses, à quoi ils ont accès, qu'est-ce qu'ils peuvent faire durant la pause, et exactement quand revenir.
- ★ Aménagez-vous un espace privé pour prendre votre pause et vous ressourcer si vous en avez besoin.

4. Occupations durant les pauses

- ★ Marche à l'extérieur
- ★ Tapis ou coussins pour relaxation/méditation
- ★ Table à l'arrière avec vos offres: produits, services, livres de recettes, équipement, aliments crus, super-aliments, mets déshydratés, etc.
- ★ Activités de réseautage

Créer des participants enthousiasmés pour votre atelier

L'idéal, c'est qu'à la fin de votre atelier cru unique, vos participants soient si impressionnés par ce qu'ils ont vécu avec vous, qu'ils en aient tiré tellement de bienfaits et de résultats positifs, qu'ils se sentent tellement motivés, qu'ils recommandent votre atelier cru à tous ceux qu'ils connaissent. C'est la plus belle publicité et le sceau d'approbation le plus éloquent.

Recette infaillible

- ★ Soyez différente.
- ★ Soyez inspirante.
- ★ Soyez inoubliable.

Comment vous démarquer?

- ★ Accueil chaleureux (incluant un petit cadeau).
- ★ Organisation agréable des lieux, ou décoration intéressante.
- ★ Fauteuils de luxe et confortables.
- ★ Documentation soignée, attirante, et image de marque constante.
- ★ Surprises et bonus non publicisés.
- ★ Petites touches et détails significatifs.
- ★ Invité de marque surprise.
- ★ Jeu amusant accompagné d'un cadeau intéressant.
- ★ Traiter chaque personne comme de la royauté.
- ★ Nourriture exceptionnelle.
- ★ Thématique constante du début à la fin.
- ★ Créer une expérience transformationnelle.
- ★ Être généreuse de votre personne, de votre temps et de votre connaissance.
- ★ Terminer votre atelier sur une note positive.
- ★ Suivi inattendu.