

# Le Voyage du Novus

## **5 Mois pour Devenir un Manager Solide CSR**

Protocole complet pour bâtir une équipe solide  
Forever Living, avec mentalité, stratégie, produits,  
duplication et transmission.

## DÉDICACE

À toi,  
qui te tiens au seuil d'un nouveau départ.  
À toi qui as choisi de ne plus rester simple consommateur,  
mais de bâtir un héritage — pour toi, ta famille, et ta communauté.

Ce carnet de route est pour celles et ceux  
qui osent transformer leurs doutes en décision,  
leurs débuts en discipline,  
et leur parcours Forever en mission de vie.

Que chaque page t'équipe, t'élève,  
et t'aide à faire grandir d'autres à ton tour.

**Jean-Louis DOSSOU**

Enseignant, créateur de protocoles,  
fondateur de l'ESR et de la communauté CSR.

Date : \_\_\_\_\_ Lieu : \_\_\_\_\_

## Table des matières

<b>Le Voyage du Novus</b> .....	1
<b>DÉDICACE</b> .....	2
<b>SOMMAIRE</b> .....	6
<b>Lettre de Bienvenue dans la Communauté CSR</b> .....	10
<b>PRÉFACE DE L'AUTEUR</b> .....	12
<b>INTRODUCTION</b> .....	14
<b>PHASE D'ALLUMAGE – 0</b> .....	16
<b>1. Pourquoi développer un business Forever aujourd'hui ?</b> ....	18
<b>2. Le vrai visage du marketing relationnel</b> .....	20
<b>3. Identifier ses peurs et croyances limitantes</b> .....	22
<b>4. Test de départ CSR : “Suis-je prêt à transformer ma vie ?”</b> .	24
<b>5. Mon premier carnet de vision : “Et si je réussissais ?”</b> .....	26
<b>Exercice d'activation : 7 questions puissantes à écrire</b> .....	26
<b>6. Routine de démarrage CSR : 15 minutes par jour pendant 3 jours</b> .....	28
<b>RITUEL CSR – 3 JOURS POUR S'ACTIVER</b> .....	28
<b>RÉSULTAT ATTENDU APRÈS 3 JOURS</b> .....	30
<b>🔊 Mantra d'activation &amp; Engagement de départ</b> .....	32
<b>SEMAINE 1 – Je deviens visible et crédible</b> .....	33
<b>📅 SEMAINE 2 – Je commence à vendre utile</b> .....	40
<b>SEMAINE 3 – Je commence à recruter intelligemment</b> .....	46
<b>PHASE 2 – Expansion Initiale (Jours 22 à 60)</b> .....	52
<b>📅 Semaine 4 : Je clarifie ma vision de Leader CSR</b> .....	57
<b>📅 Semaine 5 – Je rends mon activité duplicable</b> .....	61
<b>📅 Semaine 6 – Je bâtis une équipe autonome</b> .....	66

🌱 PHASE 3 – <i>Duplication Profonde</i> (Jour 61 à Jour 120) .....	71
📅 Semaine 9 – Je prépare mon leadership de Manager .....	75
Semaine 9 – Une Semaine de Transition Structurante.....	80
📅 Semaine 10 – <i>Mon Adjoint prend son envol</i> (Jours 68 à 74) 81	
📅 Semaine 11 – <i>J’ancre ma culture d’équipe</i> (Jours 75 à 81)..	86
📅 Semaine 12 – Je déclenche la croissance profonde (Jours 82 à 88).....	91
📅 Semaine 13 – <i>Je forme ma relève</i> (Jours 89 à 95).....	95
📅 Semaine 14 – Je stabilise ma structure Manager CSR (Jours 96 à 102).....	100
📅 Semaine 15 – Je me prépare à la reconnaissance officielle (Jours 103 à 109) .....	104
📅 Semaine 16 – Je lance mon nouveau cycle de duplication (Jours 110 à 120) .....	110
PHASE 4 – Stabilisation & Passage Manager CSR (Jours 121 à 150).....	115
📅 Semaine 17 – <i>J’ancre les preuves de mon niveau</i> (Jours 121 à 127).....	119
📅 Semaine 19 – <i>Autonomie &amp; Transmission</i> (Jours 135 à 141) .....	128
📅 Semaine 20 – <i>Mon Héritage de Manager CSR</i> (Jours 142 à 150).....	133
Critères de Reconnaissance CSR – Manager CSR Solide .....	138
Autoévaluation Complète du Parcours CSR.....	141
Rituel d’Engagement du Manager CSR .....	148
Serment du Manager Solide CSR.....	150
Plan de 90 Jours Post-Titre Manager CSR .....	151

<b>MOIS 1 – VISION .....</b>	<b>151</b>
<b>MOIS 2 – DUPLICATION .....</b>	<b>151</b>
<b>MOIS 3 – TRANSMISSION .....</b>	<b>152</b>
<b>Les 5 Piliers pour faire grandir un futur Manager CSR .....</b>	<b>159</b>
<b> ANNEXES &amp; OUTILS PRATIQUES CSR .....</b>	<b>163</b>
<b> Semaine 21 – Boucle de Transmission CSR .....</b>	<b>167</b>
<b> Semaine 22 .....</b>	<b>171</b>
<b>MOT FINAL .....</b>	<b>176</b>

# SOMMAIRE

## DÉDICACE

À toi, qui hésites encore, mais portes déjà en toi les germes d'un leader...

## AVANT-PROPOS

- Pourquoi ce livre est à la fois une feuille de route, un coach, un miroir et un tremplin.
- Le pacte CSR : impact personnel, duplication collective.

## PHASE D'ALLUMAGE – 0. Réchauffer le Novus Indécis

*Objectif : Passer de sceptique à curieux motivé.*

1. Pourquoi développer un business Forever aujourd'hui ?
2. Le vrai visage du marketing relationnel
3. Identifier ses peurs et croyances limitantes
4. Test de départ : "Suis-je prêt à transformer ma vie ?"
5. Mon premier carnet de vision : "Et si je réussissais ?"
6. Routine de démarrage : 15 minutes par jour, 3 jours de suite
7. Défis de validation : mini-réalisations à cocher
8. Mantra d'activation & engagement de départ

## PHASE 1 – Les 21 Jours de Décollage (Animateur Adjoint → Animateur actif)

*Objectif : Créer les premiers résultats visibles et duplicables.*

9. Préparation mentale (J-2 à J0)
10. Rituel d'entrée : Le pacte du Leader en apprentissage
11. 21 fiches pratiques jour par jour :
  - Objectif + Action clé + Évaluation
  - Rituel du jour + Citation d'un leader

- Point de gratitude
- 12. Scripts de prise de contact + gestion objections
- 13. Tableau de bord de progression
- 14. Évaluation : “Suis-je devenu un Animateur solide ?”

## **PHASE 2 – Expansion Initiale (Jours 22 à 60)**

*Objectif : 5 Animateurs actifs en 1re génération.*

- 15. Ce qu’un vrai Leader CSR transmet
- 16. Les clés de la vente éthique (extrait de L’Art de Vendre Forever)
- 17. Techniques de closing + scripts pour vente-conseil
- 18. Écoute active, storytelling et confiance
- 19. Comment recruter sans manipuler
- 20. Études de cas de duplications réussies
- 21. Création de contenus inspirants (audio/texte/réseaux)
- 22. Systèmes de suivi minimalistes mais puissants
- 23. Planification hebdomadaire CSR

## **PHASE 3 – Duplication Profonde (Jours 61 à 120)**

*Objectif : 10 Animateurs actifs en 2e génération + 1 Manager Adjoint désigné.*

- 24. Créer une équipe autonome (et pas dépendante)
- 25. Identifier un futur Manager Adjoint
- 26. Rituels de leadership hebdomadaires
- 27. Développer un climat de confiance + codéveloppement
- 28. Rappel du Code Éthique Forever
- 29. Formation express des recrues avec “Univers des Solutions Forever” :
  - Produits clés santé / beauté / performance

- Synergie Aloe Vera + nutrition + habitudes
- 30. Mini-module IA & outils digitaux (issu d’“Enseignant, prends le contrôle”)
- 31. Résolution de conflits et turnover dans l’équipe

#### **PHASE 4 – Stabilisation & Passage Manager CSR (Jours 121 à 150)**

*Objectif : 50 personnes >6 CC dans le réseau actif, vision long terme structurée.*

- 32. Rappel des critères de reconnaissance CSR
- 33. Autoévaluation complète de parcours
- 34. Témoignages croisés : leaders retraités, femmes actives, jeunes mères
- 35. Rituel d’engagement du Manager
- 36. Signature du Serment du Manager Solide CSR
- 37. Plan de 90 jours post-titre : Vision > Duplication > Transmission
- 38. Objectifs annuels avec rétroplanning
- 39. L’art de faire grandir d’autres Managers

#### **ANNEXES & OUTILS PRATIQUES**

- Lexique CSR & Forever (CC, FBO, niveaux, bonus...)
- Scripts de communication pour chaque étape
- Modèles de messages WhatsApp / SMS / Email
- Fiches d’objections & réponses clés
- Cartes mentales : parcours complet en 1 page
- Checklist du Manager Solide
- Modèle de Planificateur Hebdomadaire
- Tableau de Suivi d’Équipe (modèle imprimable)

- Liste des 101 Petits Défis pour rester inspiré

### **MOT FINAL**

“Bâtir un réseau n’est pas additionner des chiffres, mais multiplier des leaders.”

## Lettre de Bienvenue dans la Communauté CSR

### De la Consommation à la Construction d'un Héritage

Cher membre,

Bienvenue.

Tu viens d'entrer dans une communauté différente.

Ici, nous ne vendons pas juste des produits.

Nous ne recrutons pas juste des gens.

Nous bâtissons.

Des leaders.

Des structures solides.

Des vies alignées et durables.

Tu es peut-être arrivé(e) par curiosité, par besoin de mieux-être, ou par envie d'explorer.

Mais si tu tiens ce guide entre tes mains, ce n'est pas un hasard.

Au sein de la **communauté CSR** (Conseillers en Santé et Réussite), nous croyons que chaque personne, quel que soit son passé ou ses doutes, peut devenir un **acteur puissant de transformation** – d'abord pour soi, ensuite pour les autres.

Tu n'es pas encore sûr(e) de vouloir "faire le business" ?

C'est normal.

Le doute fait partie du chemin.

Mais dans ces pages, tu découvriras que la réussite durable n'est pas réservée à une élite.

Elle est accessible à celui ou celle qui avance **un pas à la fois**, avec intention, structure, et transmission.

Nous t'invitons donc à un **voyage de 5 mois**.

Un protocole clair, éprouvé, suivi par des dizaines d'autres avant toi.

Un chemin vers ce que nous appelons le **Manager Solide CSR** :

Une personne qui ne dépend plus d'un parrain ou d'un boost, mais qui **porte, guide et duplique** avec clarté et sérénité.

Tu ne seras jamais seul(e).

À chaque étape, tu auras :

- des outils concrets,
- des rituels simples,
- des défis inspirants,
- et surtout, une **communauté bienveillante mais exigeante**, prête à t'accompagner.

Ici, nous ne formons pas des distributeurs.

Nous révélons des leaders.

Et tu pourrais bien en être un.

Alors...

Prends une profonde inspiration.

Ouvre ce carnet comme on ouvre un chantier.

Et prépare-toi à construire — pas seulement un réseau, mais un **héritage**.

Avec confiance et fraternité,

**Jean-Louis DOSSOU**

Enseignant, créateur de protocoles,

fondateur de l'ESR et de la communauté CSR.

## PRÉFACE DE L'AUTEUR

### Pourquoi ce livre ? Pourquoi maintenant ?

Il y a quelques années, j'ai compris que beaucoup de personnes arrivent chez Forever Living avec une vraie envie de mieux-être... mais sans plan clair pour transformer cette envie en mission, cette mission en réseau, et ce réseau en liberté durable.

J'ai vu des centaines de profils brillants — enseignants, retraités, mamans actives, jeunes diplômés — arriver enthousiastes, mais repartir déçus... Non pas parce que Forever ne fonctionne pas, mais parce qu'ils n'avaient **pas de structure**.

Pas de **cadre de progression**.

Pas de **rituel d'ancrage**.

Pas de **communauté exigeante et humaine à la fois**.

Alors j'ai écrit ce livre.

Pas un guide théorique.

Pas une méthode magique.

Mais une **feuille de route concrète** pour te permettre, étape par étape, de bâtir ton réseau CSR avec intention, clarté et duplication durable.

Ce protocole t'invite à parcourir cinq mois de croissance, à raison de quelques minutes par jour —

mais avec une exigence de transformation réelle :

Tu ne vas pas seulement apprendre à vendre ou parrainer.

Tu vas devenir un **Manager Solide**, capable d'inspirer, de structurer, de transmettre.

Et surtout : de **tenir dans la durée**, avec 5 animateurs actifs en 1re génération,

10 en 2e, 1 Manager Adjoint et un réseau de 50 personnes engagées à plus de 6 CC.

C'est le **minimum vital** pour passer de l'activité complémentaire fragile à une **mission de vie stable et transformatrice**.

Ce livre est le fruit de tout ce que j'ai appris en tant que :

- enseignant de terrain,
- formateur de leaders,

- créateur de protocoles pratiques,
- et fondateur de la communauté CSR (Conseillers en Santé et Réussite).

Tu n'as pas besoin d'avoir de l'expérience,  
ni d'être "charismatique" ou "vendeur né".

Tu as besoin de **vouloir**, de **suivre**, d'**ajuster**, et de **transmettre**.

Nous ne bâtissons pas des empires.

Nous bâtissons des **héritages**.

Et ce voyage commence maintenant.

Une page après l'autre.

Une action après l'autre.

Un être humain à la fois.

Avec respect, clarté et conviction,

**Jean-Louis DOSSOU**

Enseignant, créateur de protocoles,

fondateur de l'ESR et de la communauté CSR.

Auteur de la série *Protocole Santé Interne*

et du guide *Enseignant(e), Prends le Contrôle !*

## INTRODUCTION

**Ce n'est pas un simple livre. C'est un passage.**

Si tu tiens ce guide entre les mains,  
ce n'est pas parce que tu veux "juste essayer un produit".  
C'est parce qu'une **partie de toi veut aller plus loin** :  
plus loin dans ton potentiel, dans ta liberté, dans ta mission.

Mais tu ne sais peut-être pas encore par où commencer.  
Tu doutes peut-être de tes capacités.  
Tu n'es pas certain(e) d'être "fait(e)" pour le business.  
C'est normal.  
C'est exactement pour cela que ce livre existe.

### **Un passage d'un monde à l'autre**

Ici, tu ne vas pas apprendre à vendre des produits à la va-vite.  
Tu vas **entrer dans une communauté** :  
celle des **CSR – Conseillers en Santé et Réussite**,  
des femmes et hommes ordinaires  
qui ont choisi d'agir de façon extraordinaire.

Tu vas y découvrir une manière nouvelle d'aborder :

- le temps
- l'argent
- l'impact
- la transmission

Et surtout... tu vas construire **un réseau vivant et humain**,  
capable de **grandir sans t'épuiser**,  
et de **soutenir ta vie, ta famille et ta mission** dans la durée.

### **Un protocole de progression**

Ce livre est un **carnet de route en 5 étapes** — une carte, un miroir, une boîte à outils.

- Tu commences là où tu es : Novus indécis.
- Tu construis progressivement : Animateur, puis Leader.

- Tu structures ton réseau : 5 en 1re génération, 10 en 2e, 1 Manager Adjoint.
- Tu arrives à destination : **Manager Solide CSR** – autonome, inspirant, duplicable.

Chaque mois, une nouvelle phase.  
 Chaque semaine, un nouveau défi.  
 Chaque jour, une action claire.

Ce n'est pas la vitesse qui compte.  
 C'est la **cohérence, la constance, et la capacité à transmettre.**

### **Une vision communautaire et durable**

La **communauté CSR** n'est pas un "club de vendeurs".  
 C'est un laboratoire de croissance humaine et collective.  
 Nous croyons que le bien-être véritable ne se vend pas :  
 il se **vit**, il se **partage**, il se **duplique**.

Nous croyons aussi que la réussite n'a de sens  
 que si elle **libère et élève d'autres avec elle**.  
 C'est pourquoi notre vision est simple :

### **Réussir en construisant d'autres leaders stables, solides et épanouis.**

Ton réseau ne sera pas ton "revenu passif".  
 Il sera ton **œuvre vivante**.  
 Ce que tu lègueras.  
 Ce qui parlera pour toi, même quand tu n'auras plus rien à dire.

### **Une promesse, un pacte**

Nous ne te promettons pas la facilité.  
 Nous te promettons une **méthode claire**,  
 une **structure fiable**,  
 et une **communauté qui veille à ta progression**.

Mais surtout, nous te confions une mission :  
**devenir le genre de leader que tu aurais aimé rencontrer à ton départ.**

Bienvenue dans le chemin.  
 Bienvenue dans la mission.  
 Bienvenue chez les CSR.

## PHASE D'ALLUMAGE – 0

### Réchauffer le Novus Indécis

*"Avant de construire une équipe, il faut allumer une flamme intérieure."*

### OBJECTIF DE LA PHASE

Faire passer le Novus de l'indécision au **début d'engagement actif**.  
Qu'il se voie désormais comme un **acteur potentiel**, et non un simple spectateur.

### ÉTAPES CLÉS DE LA PHASE 0

#### 0.1 – Le miroir du départ : “Pourquoi suis-je là ?”

##### Exercice 1 – Mes véritables raisons

✍️ *Note dans ton carnet : pourquoi as-tu dit oui à Forever, même si c'était pour "tester" ?*

Ajoute ensuite :

- Que voudrais-tu vraiment transformer dans ta vie ?
- Que se passerait-il si tu ne faisais rien de plus pendant les 6 prochains mois ?

#### 0.2 – Les 5 mythes qui empêchent d'oser

*Détruisons les idées reçues :*

1. “Je ne suis pas vendeur.”
2. “Je n'ai pas de réseau.”
3. “Je n'ai pas le temps.”
4. “Je ne connais pas bien les produits.”
5. “Je ne suis pas sûr que ça marche.”

##### Encadré pédagogique

Ces croyances ne sont pas des vérités. Ce sont des “verres déformants”.  
Un leader CSR commence **malgré** ses peurs — et apprend **en chemin**, pas avant.

## Exercice 2 – Test de croyances

Coche ce qui te parle. Pour chaque croyance cochée, écris une petite réponse alternative réaliste :

Ex. “Je ne suis pas vendeur” → “Mais je sais parler avec sincérité de ce que j’aime.”

## 0.3 – Le plan d’amorçage CSR : 3 jours pour éveiller l’énergie

### JOUR 1

 Regarde/écoute un témoignage CSR inspirant

Écris ce que tu retiens + 1 chose que tu peux reproduire à ton niveau.

### JOUR 2

 Appelle ou écris à ton parrain(e) : “Je veux comprendre le parcours CSR. Peux-tu m’expliquer en 5 min ?”

Lis la structure CSR : Animateur – Manager Adjoint – Manager Solide

Note : Où pourrais-je être dans 5 mois ?

### JOUR 3

Teste ton entourage proche :

Choisis 3 personnes et dis-leur :

“Je teste une nouvelle activité dans le bien-être. Si je te parle d’un produit que j’aime, tu veux bien me dire sincèrement si ça t’intéresse ou non ?”

Note les réactions. Ce n’est pas une vente. C’est un thermomètre de confiance.

## CHECKLIST DE VALIDATION DE LA PHASE 0

Coche les cases suivantes pour savoir si tu es prêt(e) à entamer le parcours structuré :

- ✓ J’ai compris que mes croyances ne sont pas des verdicts.
- ✓ J’ai clarifié ce que je voudrais transformer dans ma vie.
- ✓ J’ai vécu 3 actions concrètes de “réveil” en 3 jours.
- ✓ J’ai parlé du projet à au moins 3 personnes de confiance.
- ✓ J’ai décidé d’essayer sérieusement le protocole des 21 jours.

## PACTE D’ENGAGEMENT

*Je m'engage à suivre ce programme non pour prouver quelque chose aux autres, mais pour me découvrir moi-même dans l'action. Même si je ne sais pas encore où cela mènera, je choisis d'essayer à fond.*

Signature : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

## **CE QUE TU GAGNES EN FIN DE PHASE 0 :**

- Un premier déclic d'action
- Une clarté nouvelle sur le chemin CSR
- Un feu intérieur prêt à être entretenu
- L'autorisation de passer à la **PHASE 1 : Les 21 Jours de Décollage**

## **1. Pourquoi développer un business Forever aujourd'hui ?**

*"Parce que l'économie change. Et que ton potentiel mérite plus qu'un salaire."*

### **1.1 – Parce que l'économie classique est fragile**

Nous vivons une époque incertaine :

- Salaires qui stagnent pendant que les prix augmentent,
- Retraites insuffisantes,
- Instabilité des emplois publics et privés,
- Coût de la vie qui explose.

→ **Tu peux être travailleur... et rester vulnérable.**

C'est pourquoi de plus en plus de gens cherchent :

- ✓ un **complément de revenu**,
- ✓ un **plan B** sécurisé,
- ✓ une **activité flexible et évolutive**,
- ✓ un **véhicule de liberté**, pas juste une source de stress supplémentaire.

### **1.2 – Parce que Forever Living est un modèle anticyclique**

Forever Living n'est pas une "mode".

C'est une entreprise de plus de **40 ans**, présente dans plus de **160 pays**, avec un modèle fondé sur des **produits de base vitale** :

- Santé
- Immunité
- Énergie
- Bien-être de la peau
- Nutrition

**Dans un monde instable, la santé reste un besoin non négociable.**

Et surtout : Forever rémunère **non pas le diplôme, mais l'action**, l'**impact réel**, et la **capacité à transmettre**.

### **1.3 – Parce que tu peux bâtir une activité duplicable, sans limite géographique**

Tu peux lancer cette activité depuis chez toi, avec un smartphone, une connexion internet, une poignée de produits, et **ta sincérité** comme premier outil.

Tu peux démarrer seul(e), mais ne pas rester seul(e).

Tu peux créer un **réseau structuré** — localement ou à l'international — sans local, sans stocks excessifs, sans emprunt bancaire.

C'est une **entreprise humaine**, adossée à une **machine logistique mondiale**.

### **1.4 – Parce que tu veux plus que survivre**

Et surtout...

Tu es ici parce qu'une part de toi en a **assez de faire juste ce qu'il faut pour rester à flot**.

Tu veux contribuer, bâtir, transmettre.

Tu veux que **tes efforts aient un levier**.

Tu veux un système dans lequel **ta croissance est liée à celle des autres**.

Forever te donne ce levier.

La communauté CSR te donne la **structure et le soutien** pour t'en servir sans t'épuiser.

## Résumé

**Développer un business Forever aujourd'hui, c'est :**

- ✓ Prendre ta place dans l'économie réelle,
- ✓ T'appuyer sur un modèle stable, humain et évolutif,
- ✓ Multiplier ton impact en accompagnant d'autres,
- ✓ Construire un héritage, pas juste un revenu.

## 2. Le vrai visage du marketing relationnel

*"Ce n'est pas vendre. C'est faire découvrir, inspirer... et transmettre."*

### Ø 2.1 – Ce que le marketing relationnel n'est pas

Il ne s'agit **pas** de :

- Faire du porte-à-porte ou "forcer" les gens
- Mentir pour convaincre
- Profiter de ses amis
- Vendre des produits sans comprendre
- Recruter n'importe qui à tout prix

Ces pratiques appartiennent aux clichés ou à des systèmes douteux.

**Forever Living**, à travers la vision CSR, repose sur **autre chose** : la **confiance, la sincérité et la duplication intelligente**.

### 2.2 – Ce que c'est vraiment

Le marketing relationnel, c'est :

- ✓ Partager une **expérience de bien-être sincère**,
- ✓ Accompagner les gens à **consommer autrement**,
- ✓ Offrir un **modèle d'émancipation économique**,
- ✓ Créer des **relations authentiques**,
- ✓ Et transmettre un **modèle duplicable et éthique**.

### 2.3 – L'image CSR : "Du produit vers le projet"

La vision CSR transforme le marketing relationnel en **chemin d'impact**:

1. Tu testes un produit.
2. Tu en parles comme tu parlerais d'un bon film.
3. Tu guides les personnes intéressées vers une **expérience personnalisée**.
4. Tu invites ceux qui veulent plus à découvrir le **protocole CSR**.
5. Tu les accompagnes, étape par étape, à **devenir autonomes**.

## 2.4 – L'analogie : Le jardin partagé

Le marketing relationnel, c'est comme **cultiver un jardin avec des amis**.

- Tu sèmes (tu partages)
- Tu arroses (tu suis et accompagnes)
- Tu récoltes (tu gagnes en confiance, clients, équipe)
- Tu enseignes aux autres à faire pousser leur propre jardin.

Et la magie, c'est que plus tu aides les autres à récolter, plus ta propre récolte s'amplifie.

## 2.5 – Pourquoi ça fonctionne

Parce que les gens **n'achètent pas un produit**, ils achètent une **transformation vécue**, une **relation**, une **énergie**.

Et dans une société de méfiance généralisée, le **bouche-à-oreille structuré**, nourri par des résultats sincères et des valeurs solides, reste le canal **le plus puissant de diffusion et de fidélisation**.

## Résumé

**Le marketing relationnel, dans la vision CSR, c'est :**

- ✓ Oser parler de ce qui t'aide vraiment,
- ✓ Inviter sans manipuler,

- ✓ Former sans dominer,
- ✓ Transmettre pour grandir ensemble.

### 3. Identifier ses peurs et croyances limitantes

*"Avant de construire vers l'extérieur, il faut libérer l'intérieur."*

#### 3.1 – Ce qui freine vraiment le Novus

Tu ne manques pas d'intelligence.

Tu ne manques pas d'envie.

Mais peut-être es-tu freiné(e) par quelque chose de plus discret :

Des **voix intérieures** qui répètent, sans que tu t'en rendes compte :

- “Ce n’est pas pour moi.”
- “Je ne suis pas fait(e) pour vendre.”
- “Je ne vais pas tenir.”
- “J’ai déjà échoué ailleurs.”
- “Je suis trop réservé(e).”
- “Et si je dérangeais les autres ?”

#### 3.2 – Définitions simples mais puissantes

- **Peur** : une alerte mentale face à une menace... réelle ou imaginée.
- **Croyance limitante** : une pensée répétée tellement de fois qu’elle devient “ta réalité”, même si elle est fausse.

Exemple :

“Je ne suis pas assez expérimenté.”

devient : “Donc je ne peux pas réussir.”

devient : “Donc je n’essaie même pas.”

*Tu es bloqué(e)... sans même avoir commencé.*

#### 3.3 – Test pratique : Quel est ton blocage dominant ?

Coche les phrases qui te parlent. Sois honnête.

- Je n’aime pas me sentir jugé(e)
- J’ai peur de ne pas être crédible

- J'ai peur de ne pas savoir quoi dire
- Je me sens illégitime pour parler de bien-être
- Je redoute d'être vu(e) comme "vendeur à tout prix"
- J'ai du mal à me fixer un objectif ambitieux
- Je ne me sens pas "assez compétent(e)" pour guider les autres

**Résultat :**

- 1 ou 2 réponses : blocages légers, surmontables par l'action.
- 3 à 5 réponses : croyances installées, à neutraliser consciemment.
- 6 ou + : le travail intérieur est **prioritaire avant la stratégie**.

**3.4 – Trois clés pour libérer ces freins**

✓ 1. **Nommer, c'est déjà désamorcer.**

Écris noir sur blanc ce qui te freine. Donne-lui un nom. Il ne te contrôle plus en silence.

✓ 2. **Agir avant d'être prêt(e).**

C'est l'**action** qui crée la compétence. Pas l'inverse.

On ne devient pas leader en "sachant tout".

On le devient en **pratiquant dans l'imperfection**.

✓ 3. **T'entourer de preuves inverses.**

Regarde autour de toi :

des gens sans diplôme, introvertis, timides, retraités, ont réussi ici.

Pourquoi pas toi ?

La preuve, c'est eux.

L'excuse, c'est toi.

**Exercice de transformation : Le "RE-CADRAGE"**

Choisis **une croyance limitante forte** que tu as cochée plus haut.

Note-la ici : “Je crois que \_\_\_\_\_”

Puis transforme-la ainsi :

“Et si, au contraire, \_\_\_\_\_?”

Exemple :

“Je crois que je ne suis pas crédible.”

→ “Et si, au contraire, le fait d’être débutant me rendait plus accessible?”

## Résumé

**Tes pensées créent ton plafond de verre.**

Le but n’est pas de tout supprimer... mais de **désactiver ce qui t’empêche d’essayer.**

Le business Forever CSR ne demande pas des croyances parfaites.

Il demande un premier pas, honnête et déterminé, **malgré les doutes.**

## 4. Test de départ CSR : “Suis-je prêt à transformer ma vie ?”

*“Il ne s’agit pas de savoir si tu es capable. Il s’agit de savoir si tu es prêt.”*

### MODE D’EMPLOI

Ce test n’a **pas pour but de te juger.**

Il est là pour t’aider à te situer, **sans filtre**, avant de commencer ton voyage.

Réponds honnêtement. Ne cherche pas la “bonne” réponse.

Coche la case qui reflète ta **réalité actuelle**, pas celle que tu aimerais avoir.

### ✔ PARTIE 1 : Ton état d’esprit actuel

1.  J’ai envie de changer certaines choses dans ma vie.
2.  Je sens que rester passif serait pire que d’échouer.
3.  Je suis prêt(e) à apprendre de nouvelles choses, même si ça me sort de ma zone de confort.

4.  Je n'ai pas besoin que tout soit parfait pour commencer.
5.  Je suis prêt(e) à parler de Forever, même timidement, à quelques personnes.

### **PARTIE 2 : Ton organisation personnelle**

6.  Je peux consacrer au moins 30 minutes par jour à mon développement Forever.
7.  J'ai un agenda, une routine, ou je suis prêt(e) à en créer une.
8.  J'accepte de planifier des objectifs concrets, même petits.
9.  Je peux identifier 5 personnes à qui je pourrais parler de mon projet.
10.  J'ai de quoi noter mes actions et réflexions (cahier, bloc-notes, application).

### **PARTIE 3 : Ta posture relationnelle**

11.  Je crois qu'il est possible d'aider les autres tout en construisant ma réussite.
12.  Je suis à l'aise avec l'idée de me faire accompagner par un parrain ou une marraine CSR.
13.  Je suis prêt(e) à écouter, à transmettre, et à me laisser guider au début.
14.  Je comprends que la réussite passe par la duplication, pas le travail en solo.
15.  Je suis d'accord pour faire des erreurs, les corriger, et continuer.

### **TON SCORE CSR DE DÉPART**

- 13 à 15 réponses cochées → 🔥 **Tu es mûr(e) pour démarrer** ! Le feu est là. La phase 1 t'attend.
- 9 à 12 réponses → 🦉 **Tu es en phase d'éveil.** Quelques ajustements et tu seras prêt(e).

- 5 à 8 réponses → ☞ ☐ **Tu as besoin d'un peu plus de clarté, d'encouragement ou d'ancrage.** Reprends les 3 premiers points.
- Moins de 5 réponses → \* ☐ **Tu es encore dans la glace.** Ce n'est pas grave. Mais ce livre n'aura d'effet que si tu oses au moins une décision : essayer.

### À faire maintenant :

Dans ton carnet ou cahier CSR, complète cette phrase :

“Ce que j’ai compris en faisant ce test, c’est que :

\_\_\_\_\_”

“Mon premier petit pas d’aujourd’hui est :

\_\_\_\_\_”

## 5. Mon premier carnet de vision : “Et si je réussissais ?”

*“Tout grand changement commence par une question qu’on ose enfin se poser.”*

### Pourquoi un carnet de vision ?

Parce que ton cerveau a besoin de **voir pour croire**,  
et ton cœur a besoin de **croire pour persévérer**.

On ne construit pas un bâtiment sans plan.

Pourquoi construirais-tu ton avenir sans vision ?

Ton carnet de vision, c’est **le plan de ton futur souhaité**.

Pas un rêve flou. Un **objectif incarné**, ressenti, visualisé.

### Exercice d’activation : 7 questions puissantes à écrire

Ouvre ton cahier. Prends 15 à 30 minutes, seul(e), sans distraction.

Écris **à la main** — pas au clavier — car le cerveau encode mieux ce que tu traces.

Réponds à ces 7 questions comme si **tu avais déjà réussi** ton parcours CSR.

*Projette-toi dans 5 à 6 mois. Tu es devenu(e) Manager Solide CSR.*

Tu as 5 Animateurs directs, 10 en deuxième génération, un Manager Adjoint, 50 personnes actives.

## **1. Comment est ma vie aujourd'hui ?**

*(Où je vis, comment je travaille, à quoi ressemblent mes journées, combien je gagne, combien de temps j'ai pour moi, pour ma famille, pour Dieu ?)*

## **2. Quelle est ma plus grande fierté dans cette aventure ?**

*(Un client transformé ? Une recrue devenue autonome ? Avoir tenu malgré les doutes ?)*

## **3. Qui a été le plus impacté par ma progression ?**

*(En dehors de moi-même : un enfant ? Un parent ? Une amie ? Une collègue ?)*

## **4. Quelle habitude ai-je changée pour y arriver ?**

*(Temps de travail ? Organisation ? Mentalité ? Priorités ? Gestion des peurs ?)*

## **5. Quelle phrase inspirante me résume aujourd'hui ?**

*(Ex. "Je suis un bâtisseur de leaders." / "Je crée des ponts, pas des prisons." / "Je transforme l'ordinaire en levier d'héritage.")*

## **6. Que dirais-je aujourd'hui à la version de moi-même qui doutait ?**

*(Imagine écrire à ton "toi du passé" : celui qui lisait cette phase 0 en tremblant un peu.)*

## **7. Quel est mon prochain objectif ?**

*(Maintenant que j'ai atteint le rang de Manager Solide CSR... que vais-je bâtir ensuite ?)*

## **Synthèse : Mon slogan personnel**

Résume ton carnet en une **phrase-moteur** qui t'accompagnera dans chaque phase du programme.

*Exemple : "Je ne suis pas là pour survivre. Je suis là pour construire et transmettre."*

## **Astuce CSR :**

Reviens lire ce carnet **chaque dimanche soir**.  
Fais-en ton **rituel d'alignement hebdomadaire**.

Tu avances plus droit quand tu sais pourquoi tu marches.

## 6. Routine de démarrage CSR : 15 minutes par jour pendant 3 jours

*"Le changement ne commence pas avec des grandes décisions, mais avec des petites actions répétées."*

### Pourquoi une routine de 15 minutes ?

Parce que ton cerveau et ton corps ont besoin d'une **entrée en matière progressive**.

Tu n'as pas besoin de tout comprendre ou tout maîtriser tout de suite.  
Tu as juste besoin de **commencer à agir dans la bonne direction**, avec **régularité et clarté**.

“La constance surpasse l'intensité.”

Une allumette qui flambe vite ne construit rien. Un feu entretenu transforme tout.

## RITUEL CSR – 3 JOURS POUR S'ACTIVER

### Jour 1 – Je m'aligne et je m'inspire

**Temps total : 15 minutes**

1. 🎧 **Regarde un témoignage vidéo CSR** (ou lis une histoire inspirante)

*Choisis un profil qui te ressemble : enseignant, retraité, jeune parent, timide...*

2. **Écris ce que tu retiens dans ton carnet :**

- Ce qui m'a touché
- Ce que je peux reproduire à mon échelle
- Mon énergie du jour : ● faible / □ moyenne / □ haute

3. **Affirme à voix haute ton engagement :**

“Je suis en chemin. Je n'ai pas besoin d'être parfait, juste constant.”

## ***Jour 2 – Je pose ma première intention publique***

**Temps total : 15 minutes**

**1. Envoie un message à ton parrain/marraine CSR :**

“Je veux avancer sérieusement. Peux-tu me suivre pendant ces 3 jours d’activation ?”

**2. Relis ta fiche “Pourquoi développer un business Forever aujourd’hui ?”**

(page 1 de cette phase) et souligne ce qui résonne le plus fort en toi.

**3. Note 3 phrases à tester sur ton entourage (à l’oral ou en message) :**

- “Je commence un nouveau projet dans le bien-être.”
- “Je teste une activité sérieuse avec accompagnement.”
- “Je te partagerai mon retour d’expérience, si ça t’intéresse.”

## ***Jour 3 – Je passe à une micro-action concrète***

**Temps total : 15 minutes**

**1. Contacte 1 à 3 personnes pour partager sincèrement ton projet.**

Pas pour “vendre” — juste pour **t’exercer à assumer ton nouveau rôle.**

**2. Écris dans ton carnet :**

- Ce que j’ai osé faire aujourd’hui
- Comment je me suis senti(e)
- Ce que je ferai demain, même petit

**3. Visualisation minute :**

Ferme les yeux 1 minute. Imagine-toi avec ton équipe, sur scène, reconnu(e) comme Manager CSR.

Sens cette image. Respire-la.

## RÉSULTAT ATTENDU APRÈS 3 JOURS

- Tu as **affirmé ton intention**
- Tu as **engagé ton énergie avec un proche**
- Tu as **réalisé une micro-action business réelle**
- Tu as **rallumé ton feu intérieur de progression**

À noter dans ton carnet :

“Je m’autorise à apprendre. Je m’autorise à me transformer.”

### ✔ 7. Les mini-réalisations à cocher

*“Le succès, ce n’est pas un coup d’éclat. C’est une suite de petits engagements tenus.”*

#### Pourquoi cocher ses avancées ?

Parce que ton cerveau aime les **petites victoires visibles**.

Chaque case cochée libère un peu de dopamine — l’hormone de motivation.

Et chaque action, même minuscule, **fait de toi un(e) bâtisseur(se)**.

“Celui qui ne peut pas courir avance en marchant.

Celui qui ne peut pas marcher avance en rampant.

Mais surtout, il ne reste pas immobile.”

— Proverbe CSR

#### Mini-tableau de validation de la Phase 0

*Coche chaque case lorsque l’action a été faite. L’honnêteté est plus importante que la vitesse.*

<input type="checkbox"/> ACTION CSR	FAIT ?
J’ai écrit mes raisons profondes de rejoindre Forever	<input type="checkbox"/>
J’ai identifié au moins 3 croyances limitantes	<input type="checkbox"/>
J’ai fait mon premier carnet de vision CSR	<input type="checkbox"/>

<input type="checkbox"/> <b>ACTION CSR</b>	<b>FAIT ?</b>
J'ai suivi les 3 jours de routine de démarrage	<input type="checkbox"/>
J'ai parlé de mon projet à au moins 3 personnes	<input type="checkbox"/>
J'ai rempli le test de départ "Suis-je prêt à transformer ma vie ?"	<input type="checkbox"/>
J'ai demandé l'accompagnement d'un parrain/marraine CSR	<input type="checkbox"/>
J'ai relu ma fiche "Pourquoi développer un business Forever"	<input type="checkbox"/>
J'ai choisi une phrase-pilier qui me motive	<input type="checkbox"/>
J'ai affirmé à voix haute mon engagement devant un proche	<input type="checkbox"/>

### Niveau de feu

Total de cases cochées : \_\_\_\_\_ / 10

- 8 à 10 : **Tu es chaud(e)**. La Phase 1 peut commencer avec force.
- 5 à 7 : **Tu es en combustion lente**. Tu avances, mais reprends confiance avec ton parrain CSR.
- 1 à 4 : **Flamme vacillante**. Réalise une seule action par jour pendant encore 3 jours. Tu peux encore enclencher.
- 0 : Tu es en attente. Ce n'est pas grave. Mais **le mouvement commence par toi**.

### Rituel de clôture de la Phase 0

✍️  Complète cette phrase dans ton carnet :

**"Je reconnais ce que j'ai fait jusqu'ici. Et je choisis maintenant de : \_\_\_\_\_."**