



#6 O' LARGE Août 2026

"Tous les mois, autorisez vous à prendre le large et sortir du cadre quotidien"



Prendre le large pour mieux garder le cap

Bonjour à toutes et tous,

L'heure du break estival a sonné ! C'est le moment idéal pour souffler, mais aussi pour regarder le sillage laissé derrière nous. Pour Odisea, 2026 s'impose comme une formidable année de stabilisation et de concrétisation à vos côtés.

Ces derniers mois ont été denses, marqués par la création de notre service de social et community management externalisé, piloté par Amélie, ainsi que par le lancement de notre projet full digital, un défi d'amélioration continue qui nous fait grandir au quotidien. En coulisses, notre équipage de partenaires se forme et se structure pour une montée en puissance majeure prévue tout au long de l'année 2027.

Les futurs horizons prennent déjà vie : le projet Casa Odisea se concrétise en Nouvelle-Aquitaine pour un lancement début 2027. En parallèle, la mise en route de nos événements *O'Live*, de nos ateliers *O'Bivouac* et de cette newsletter *O'Large* vient ancrer notre communauté, tandis que notre prochain anniversaire et nos engagements solidaires auprès de causes essentielles nous rappellent pourquoi nous faisons ce métier.

Une multitude de projets engagés nous font agir, douter, avancer et réfléchir. Mais chaque vague nous pousse à mener notre bateau vers de nouveaux horizons, toujours guidés par la même boussole : le bien et la réussite de vos entreprises.

Profitez de ce break pour recharger les batteries. Bel été à tous !

Bonne lecture !

17 Odisea by Brocéliande Performance sera **fermée du jeudi 30 juillet au mercredi 19 août inclus. On se retrouve à partir du jeudi 20 août !**



Parlons vacances

Prenez le temps de nous partager votre style de vacances
préférez 📍

Questionnaire



July
17

A vos agendas

Nos prochains évènements



Lundi 7 septembre 2026
ATELIER RESEAUX SOCIAUX #2

En co animation avec Olivia Barré d'**OB EVENTS** et l'équipe **ODISEA**, Amélie et Arnaud Baraté

Lieu : espace le Repaire 35310 Bréal sous Montfort

Horaires : 08H30 - 17H30

Retrouvez toutes les informations clés ici ↓↓↓

S'inscrire



Vendredi 25 septembre 2026
ATELIER O'BIVOUAC #3

Animé par Arnaud Baraté

Thème : vendre avec efficacité et confort

Lieu : espace le Repaire 35310 Bréal sous Montfort

Horaires : 08H30 - 17H30

Retrouvez toutes les informations clés ici ↓↓↓

S'inscrire

💖 **Le poul de nos réseaux** 🙄

Le secret pour déconnecter cet été sans disparaître

Vous redoutez le "ghosting" de l'algorithme si vous coupez vos réseaux sociaux pendant vos congés ? Rassurez-vous, il est inutile de sacrifier votre visibilité ou vos vacances !

Voici l'essentiel de la méthode "Slow Summer" pour faire tourner votre communication en pilote automatique :

- **Allégez et recyclez** : réduisez votre rythme de publication jusqu'à 50 % et republiez simplement vos meilleurs posts de l'année.
- **Créez en bloc** : regroupez la rédaction et la création de vos visuels sur un ou deux jours avant le départ (*Content Batching*) pour gagner jusqu'à 40 % de temps.
- **Automatisez la diffusion** : planifiez l'intégralité de vos publications aux heures stratégiques d'été.
- **Protégez votre temps** : activez des réponses automatiques sur vos messageries et limitez votre modération à 15 minutes d'intervention ponctuelle.

Offrez à vos réseaux la régularité dont ils ont besoin, tout en vous garantissant une véritable tranquillité d'esprit.

Prêt à mettre cette stratégie en place avant de boucler vos valises ?

✉ Pour tout renseignement : bonjour@odisea-coaching.fr

Je prends rendez-vous avec **Amélie** 📅





Nos trucs & astuces : **des conseils pratiques pour avancer dans vos projets**

Vacances d'été : le secret pour déconnecter sans culpabiliser

Vous rêvez de couper, mais l'idée de laisser vos dossiers en suspens vous angoisse ? S'autoriser un vrai break ne relève pas de la magie, mais d'une gestion redoutable de vos priorités avant de faire vos valises.

Voici 3 méthodes incontournables pour vider votre esprit et partir le cœur léger :

- **Bousculez votre agenda** : n'attendez plus d'avoir miraculeusement du temps libre. Planifiez vos pauses en priorité, comme des rendez-vous professionnels non négociables.
- **« Avez le crapaud »** : lors des deux semaines précédant votre départ, traitez toujours votre tâche la plus lourde et redoutée dès la première heure le matin. Vous éliminerez ainsi le stress et la culpabilité pour le reste de la journée.
- **Sanctuarisez la rupture** : prévenez vos clients 15 jours à l'avance, déléguez en fixant des règles strictes sur les urgences, et bloquez impérativement votre dernière demi-journée pour gérer sereinement la transition sans aucun rendez-vous.

Rappelez-vous qu'une pause n'est pas une récompense après l'épuisement, mais un outil indispensable à votre performance sur le long terme. Bien structurer votre départ, c'est tout simplement apprendre à votre entreprise à tourner sans vous !

A vous de jouer maintenant 😊



S'AUTORISER LE BREAK ESTIVAL : LE GUIDE DU DÉPART SEREIN

PHASE 1 : PRÉPARATION MENTALE ET OPÉRATIONNELLE



INVERSER LA PLANIFICATION DU REPOS
Inscrivez vos plages de déconnexion en premier dans l'agenda comme des rendez-vous non négociables.



AVALER LE « CRAPAUD » CHAQUE MATIN
Terminez la tâche la plus complexe et anxiogène dès la première heure avant de partir.

PHASE 2 : SANCTUARISER LA DÉCONNEXION



ÉTABLIR DES FRONTIÈRES EXPLICITES.
Transférez les responsabilités avec des protocoles clairs et prévenez vos clients 15 jours avant.

CRÉER UN « SAS » DE SORTIE



Bloquez votre dernière demi-journée sans rendez-vous pour traiter les e-mails de transition.

DÉCONNEXION TOTALE



Le départ en vacances est un processus stratégique pour libérer la charge mentale et assurer la performance à long terme.



Carnet de bord !



Nos coups de cœur de l'été : 5 lectures pour se ressourcer

L'été est là ! C'est le moment idéal pour déconnecter et s'accorder du temps pour soi. Pour accompagner vos vacances, l'équipe d'O' LARGE a sélectionné 5 livres inspirants à dévorer sur votre transat pour voyager, vibrer et souffler !

1. Le Voyage 🌍 *Kilomètre Zéro* de Maud Ankaoua **Pourquoi on l'aime** : Le roman « feel-good » parfait pour s'évader ! Suivez Maëlle dans un voyage express au Népal qui se mue en une véritable quête spirituelle himalayenne. Une lecture lumineuse et pleine d'espoir.

2. L'Aventure 🏔️ *La Panthère des neiges* de Sylvain Tesson **Pourquoi on l'aime** : L'aventure à l'état pur ! Sylvain Tesson nous embarque sur les hauts plateaux glacés du Tibet à l'affût d'un animal mythique. Une plume poétique pour un récit sublime sur la beauté du monde sauvage.

3. L'importance des temps de pause 🛑 *Éloge de la lenteur* de Carl Honoré **Pourquoi on l'aime** : Une véritable bouffée d'oxygène face à l'accélération de notre société. Explorez le mouvement "Slow" avec humour pour trouver votre juste tempo. Une lecture déculpabilisante qui prouve qu'appuyer sur "pause" est la clé de l'épanouissement.

4. La communication relationnelle 💬 *Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs)* de Marshall B. Rosenberg **Pourquoi on l'aime** : LA référence de la Communication NonViolente, fluide comme un roman ! Des exemples concrets pour apprendre à s'exprimer avec authenticité tout en écoutant l'autre. L'indispensable à glisser dans sa valise pour assainir ses relations et préparer une rentrée sereine.

5. Le respect de son bio-rythme 🕒 *Le Pouvoir du Quand* du Dr Michael Breus **Pourquoi on l'aime** : Lion, Ours, Dauphin ou Loup ? Découvrez votre « chronotype » pour comprendre à quelle heure votre corps est programmé pour agir (dormir, manger, créer...). Une lecture ludique pour arrêter de nager à contre-courant de sa propre nature.

Nous vous souhaitons de merveilleuses lectures et de très belles vacances ! N'hésitez pas à nous partager vos propres coups de cœur en retour.





Les joutes de l'été



Édition Spéciale o'large : Déconnexion, Vacances et Fous Rires 🎲



Édition Spéciale o'large : Déconnexion & Fous Rires 🎲

L'été est là ! O' LARGE a sélectionné pour vous 5 jeux coups de cœur pour déconnecter et rire ensemble, sous le parasol ou à l'apéro !

1. Frénésie & apéro : 🍷 Taco Chat Bouc Cheese Pizza

Idéal : Entre amis/famille pour se réveiller.



Couverture : Boîte jaune, 5 mascottes.

Principe : Tapez sur le tas quand la carte correspond au mot annoncé !

Le coup de ♥️ : Chaos absolu, cerveau qui bugge, fous rires garantis.

👥 2 à 8 | ⌚ 10 min

2. Bluff & mauvaise foi : 🐦 Pigeon Pigeon

Idéal : Entre potes pour mentir avec aplomb.



Couverture : Un drôle de pigeon bleu.

Principe : Inventez de fausses réponses pour piéger l'adversaire.

Le coup de ♥️ : Un délice de voir ses amis croire à vos mensonges.

👥 2 à 10 (équipes) | ⌚ 25 min

3. Coopération familiale : 📖 Just one

Idéal : En famille, toutes générations confondues.



Couverture : Boîte noire, lettres 3D colorées.

Principe : Donnez un indice secret pour faire deviner un mot. Attention, les indices identiques s'annulent !

Le coup de ♥️ : Associations d'idées lunaires, on gagne ensemble.

👥 3 à 7 | ⌚ 20 min

4. Duel stratégique : 🐪 Jaipur

Idéal : En duo complice et compétitif.



Couverture : Marchand oriental et richesses.

Principe : Achetez/vendez au meilleur prix pour séduire le Maharaja.

Le coup de ♥️ : Tension à chaque tour, très addictif.

👥 2 uniquement | ⌚ 30 min

5. Imagination & poésie : 🐰 Dixit

Idéal : Pour s'évader en fin de journée.



Couverture : Illustration onirique magnifique.

Principe : Trouvez la carte qui illustre le mieux l'indice et votez !

Le coup de ♥️ : Sourires, débats et véritables œuvres d'art.

👥 3 à 8 | ⌚ 30 min

Quel sera le premier jeu que vous glisserez dans votre valise ou dans votre sac de plage pour ces vacances ?



Nous vous remercions de faire partie de la communauté Odisea, et profitons de ce moment pour vous souhaiter de belles vacances !

Nous nous retrouvons à partir du 20 août prochain 🙌

Amélie & Arnaud. 📧

📱 **Un temps d'échange ?**

Parce que chaque voyage mérite une bonne conversation, nous sommes toujours disponibles pour privilégier un temps d'échange sur vos futurs projets.

Prendre RDV

📍 **Nos ports d'attache**

Parce que chaque voyage mérite une bonne conversation, nous sommes toujours disponibles pour privilégier un temps d'échange sur vos futurs projets.

Bréal

Niort



by Brocéliande Performance

Siège social : 7 rue Andrée Bourçois-macé, 35160, MONTFORT SUR MEU
Bureau Brocéliande : 7 rue du lieutenant Quinn, 35310 BREAL SOUS MONTFORT
Bureau Niort : route de Paris 79000 NIORT

Cet email a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}.

Vous avez reçu cet email parce que vous vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)