TICKET FOR CHANGE



OASIS

Septembre 2026

TICKET FOR CHANGE

Nous avons besoin de **pionniers et pionnières** qui agissent pour **un monde juste et durable**.
Ticket for Change est **l'école de ces pionniers**.

NOTRE MISSION

Depuis 12 ans, notre mission est de les **détecter**, de les **accompagner** dans le développement de leur projet et de les **mettre en lumière**.



Susciter des vocations entrepreneuriales, au service de l'insertion des jeunes
- Le Ticket Camp -



Faire émerger des projets à fort impact social et environnemental
- Le Parcours Entrepreneur -



Accompagner dans la durée en prenant soin de la santé des dirigeants à impact
- Oasis -

PRENDRE SOIN DE CEUX QUI PRENNENT SOIN

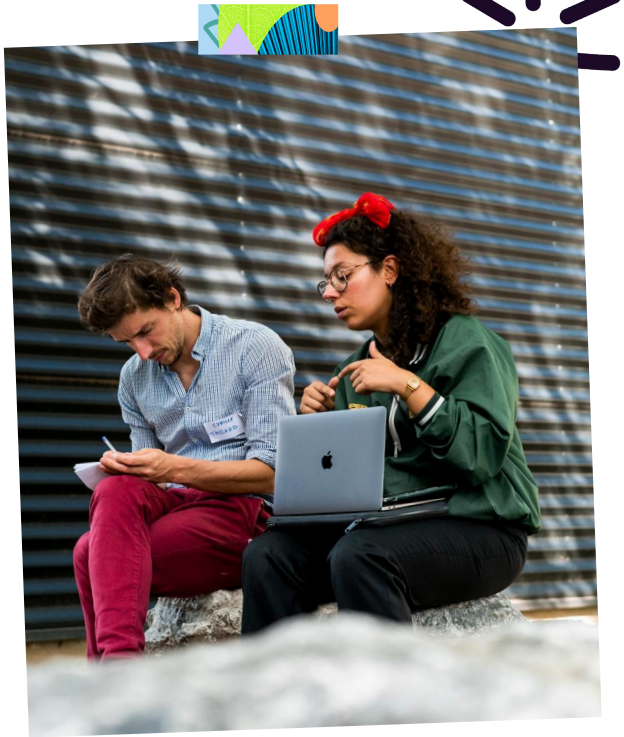
UN CONSTAT ALARMANT

40% des dirigeant·es à impact
déclarent ne pas être en bonne santé mentale
(étude emlyon x Ticket for Change)

contre

24% des dirigeant·es de structures “classiques”

70% des Français estiment que la santé mentale est
encore un sujet tabou
(étude Odoxa pour Doctolib)



EN QUOI EST-CE UN PROBLÈME ?

La mauvaise santé des dirigeant·e·s met à risque **la pérennité de leurs projets et le bien-être de leurs équipes.** Il s’agit d’un problème structurel qui nécessite une prise de conscience collective et des solutions adaptées, afin de préserver l’écosystème de l’économie à impact.

LES FACTEURS DE RISQUE DANS L'ENTREPRENEURIAT SOCIAL

LES FACTEURS AGGRAVANTS

LE SUR-ENGAGEMENT

La difficulté à déconnecter du travail **double** le risque de mauvaise santé mentale (de 20% à 40%).

L'ISOLEMENT

Augmente de 20% le risque de mauvaise santé mentale (de 30% à 50%).

ÊTRE UNE FEMME DIRIGEANTE

36% sont "à risque" selon l'indice de bien-être de l'OMS contre 20% des hommes.

CE QUE VIVENT LES DIRIGEANT·ES

INTENSITÉ ET SURCHARGE

Volonté d'**aller vite**, de ne rien laisser passer
Frontières floues entre **vie pro et vie perso**
Image de la **réussite héroïque**, individuelle

INSÉCURITÉ ET INCERTITUDE

Pression **économique**
Ressources humaines limitées
Prendre des décisions stratégiques **seul·e**
Tenir son cap malgré les incertitudes et la complexité

...À IMPACT

CONFLIT DE VALEURS

Dissonance entre la quête de qualité et des ressources limitées
Difficulté à mesurer l'impact réel : **sentiment d'insatisfaction** de ne jamais en faire assez

EXIGENCE ÉMOTIONNELLE

Urgence écologique et sociale
Vulnérabilité des **bénéficiaires**
Injonctions paradoxales : quête de sens vs performance, innovation perpétuelle vs temps long, coopération vs concurrence, ...

NOS ACTIONS SUR LE SUJET

SENSIBILISER



BAROMÈTRE 2025 DE LA SANTÉ MENTALE DES DIRIGEANT·ES À IMPACT

Une étude menée par Ticket for Change et l'emlyon business school auprès de 175 dirigeants de l'économie à impact, mettant en lumière les risques accrus de mauvaise santé mentale de ce public spécifique.

DÉCOUVRIR

OUTILLER



OASIS, LA NEWSLETTER BI-MESTRIELLE

20 minutes de respiration dans un quotidien saturé, 6 fois par an. Une halte tête-cœur-corps et des éclairages concrets pour retrouver soutien et clarté dans sa vie d'entrepreneur ou de dirigeant.

S'INSCRIRE

ACCOMPAGNER

OASIS

FORMAT 6 MOIS



OASIS nouveau

DÉCOUVERTE - 1 JOUR



FORMAT
6 mois

LE PARCOURS 6 MOIS

6 mois pour 25 dirigeant·es *qui ont besoin de retrouver un espace de réflexion, de ressourcement et de recul pour intégrer la culture du soin au coeur de leurs structures*

6 JOURS EN PRÉSENTIEL

Séminaire de lancement au début du programme de 3 jours
Séminaire de clôture de 3 jours pour terminer le parcours

UN ACCOMPAGNEMENT CONTINU

L'équipe pédagogique (composée de 2 coachs et 2 membres de l'équipe Ticket for Change) accompagne les dirigeant·es pendant les 6 mois du parcours en présence et à distance.

DES SESSIONS EN LIGNE

Deux sessions d'1h30 à 2h par mois :
Partages entre pairs facilités par les coachs
Retours d'expérience de dirigeant·es et
Webinaires d'experts sur la santé mentale et l'entrepreneuriat à impact.

UNE COMMUNAUTÉ & DES RESSOURCES

Accès à une communauté de pairs et à des ressources dans la durée

L'IMPACT DU FORMAT · 6 MOIS

LES BÉNÉFICES

S'ACCORDER UNE PAUSE
pour prendre du recul

RENOUVELER SON ENGAGEMENT
en se reconnectant à ce qui nous fait vibrer et tenir dans la durée

PUISER SA FORCE DANS LE COLLECTIF
aux côtés d'une promotion soudée

RETROUVER DE LA CLARTÉ
grâce à une vision solide de la suite de son parcours

ACQUÉRIR DES OUTILS ET PRATIQUES
pour prendre soin de soi et de ses équipes

UNE COMMUNAUTÉ SOUTENANTE
Accès à un réseau d'experts, d'entrepreneurs expérimentés et de coachs spécialisés mais aussi à promotion soudée et soutenante

DES CONTENUS ADAPTÉS
Une pédagogie avec des outils poussés, des apports théoriques et mises en pratique pour soi et son projet

UNE EXPÉRIENCE TRANSFORMATRICE
Un programme à fort impact, grâce à des méthodes et des outils éprouvés qui font l'essence même des programmes de Ticket for Change

40 personnes accompagnées depuis 2025

4,7/5 de moyenne de satisfaction sur le programme

+100 de Net Promoter Score (NPS -100 à +100)



FORMAT
1 JOUR

nouveau

LES BÉNÉFICIAIRES

Une journée pour sortir la tête du guidon et regarder autrement sa façon de porter son projet.

POUR QUI ?

Des dirigeant·es à impact **:**

- **qui tiennent** malgré une **forte charge mentale et émotionnelle** et le sentiment de manquer de temps ou de clarté
- sans pour autant **se considérer comme vulnérables** ou se sentir concernés par les enjeux de santé mentale
- et/ou avec le sentiment que **« ce n'est pas le bon moment » pour s'arrêter et investir sur soi.**

Des dirigeant·es qui ont besoin de souffler, sans encore se dire qu'ils ont besoin d'être accompagnés.

CE QU'ILS EN RETIRENT

- **Une vraie pause** dans leur quotidien, l'espace pour prioriser leurs besoins
- **Une reconnexion au sens de leur engagement** pour cultiver la flamme
- **Des mots posés sur ce qui pèse**, dans un cadre sécurisant et sans jugement
- **Le sentiment d'être moins seul·es** en échangeant avec des pairs qui vivent des réalités similaires
- **Des prises de conscience** qui s'inscrivent dans la durée

1 JOURNÉE POUR SE RETROUVER

MATIN : SE RETROUVER

- **Arriver ensemble**
  Se rencontrer, contextualiser l'enjeu
- **Comment je vais vraiment ?**
  Ralentir, sentir ce qui se joue en moi
- **Raviver la flamme**
  Renouer avec le sens et le moteur de mon engagement

APRÈS MIDI : SE DÉPLOYER

- **Prendre conscience de son fonctionnement**
  Visiter les liens entre émotions, besoins et postures réflexes
- **Être entendu et soutenu**
  Formuler ce qui est difficile grâce au soutien des pairs
- **Prendre soin du départ**
  Ancrer les apprentissages pour qu'ils s'inscrivent dans la durée



CONSTRUIRE UNE JOURNÉE ENSEMBLE

NOTRE PROPOSITION

Une journée conçue et facilitée par Ticket for Change ancrée dans votre territoire et portée avec vous pour une vingtaine de dirigeant·es de votre réseau

CE QU'IL VOUS RESTE A FAIRE

- **Mobiliser les dirigeant·es de votre réseau**
- Fournir un **lieu propice à la respiration**, calme et accueillant



POUR EN DISCUTER



MARINE PINEAU

marine@ticketforchange.org
06 24 44 38 78

PRISE DE RDV

www.ticketforchange.org

Sur LinkedIn

NOUS SUIVRE