



Se connecter pleinement à Soi ou L'Art de Se Prioriser I

Description du Stage

Puisque tout commence par nous, vous apprendrez lors de ces 2 jours à vous prodiguer des auto-soins énergétiques et irez à la rencontre de votre enfant intérieur. Vous pourrez ainsi apprendre à vous prioriser et à vous apporter cette autonomie d'amour.

Pourquoi est-ce important d'apprendre à se faire des auto-soins énergétiques ?

C'est un acte profond d'amour à soi. En prenant soin de notre bien-être global, nous purifions notre énergie, équilibrons nos émotions et renforçons notre santé physique. Cette pratique nous connecte à notre propre essence et nous rend plus résilients face aux perturbations extérieures. L'auto-soin énergétique est un outil puissant pour une vie plus harmonieuse, saine et épanouissante.

Pourquoi est-ce important de se reconnecter à son enfant intérieur?

c'est avant tout retourner voir l'enfant que l'on a été et guérir ses blessures.

Cela permet de retrouver joie, authenticité et spontanéité. L'enfant intérieur incarne la part libre de contraintes, vivant les émotions avec intensité. En renouant avec lui, nous redevenons capables de rêver, jouer et vivre pleinement l'instant présent. Cette connexion nous aide à guérir nos blessures émotionnelles et à nous libérer des attentes sociales, rétablissant un équilibre intérieur.

Se reconnecter à son enfant intérieur, c'est se recentrer sur l'essentiel et vivre avec plus de légèreté et de plaisir.

Prérequis:

- Engagement envers soi-même : avoir la volonté et l'envie de s'ouvrir au changement et de se prioriser enfin.
- S'autoriser à évoluer à son propre rythme, sans jugement, dans un cadre sécurisant et positif

Programme sur 2 Jours

- Méditation guidée
- Apprendre à ressentir l'énergie et réaliser un auto-soin (méridiens, chakras, différents corps)
- Reconnexion à son enfant intérieur : lui prodiguer des soins, apprendre à l'écouter et le choyer

Modalités

- **Inscription** : par téléphone ou email : johtranchant@gmail.com
- **Coût** : 290€
- **Acompte** : Votre inscription sera validée à réception d'un acompte de 90€ (chèque ou virement à l'ordre de Johanna Tranchant). **L'acompte ne sera pas restitué en cas d'annulation de votre part à moins de 2 semaines avant le stage.**
- **Pause déjeuner** : chacun.e amène son pique-nique !
- **Contact** : Johanna au 06.99.74.84.82
- **Lieu**: Domaine de Carheil, 2 Avenue des Chênes, 44630 Plessé

⚠ En cas de nombre insuffisant de participants, le stage sera reporté.

“ ✨ 2 jours pour vous reconnecter à votre essence, vous prioriser et avancer sur votre chemin dans la bienveillance et la joie. ✨ ”