Ateliers d'exploration Intérieure

7 ateliers • 7 explorations • un chemin vers soi

Un parcours pour explorer votre énergie, vos perceptions et votre monde intérieur.

Parcours Énergie

Explorez, ressentez, découvrez

1. **Mon énergie et tout ce qui m'entoure**
   Découvrir et ressentir
2. **Mon énergie et mon intuition**
   Percevoir et explorer
3. **Mon énergie au cœur de l'invisible**
   Observoir et comprendre
4. **Mon énergie décuplée dans le soin**
   Expérimenter et accompagner

Parcours Introspection

Plongez, comprenez, libérez

1. **Introspection et travail sur soi**
   Regarder et comprendre
2. **Introspection des chaînes invisibles**
   Identifier et se libérer
3. **Introspection et reconnexion**
   Réunir et revenir à soi

ÉNERGIE · PERCEPTIONS · MONDE INTÉRIEUR

Ateliers d'exploration intérieure

7 ateliers • 7 explorations • un chemin vers soi

Un parcours pour explorer votre énergie, vos perceptions
et votre monde intérieur.

Parcours Énergie

Commencez par le premier atelier,
puis explorez les autres ateliers dans l'ordre
de votre choix.



1

MON ÉNERGIE
ET TOUT CE QUI M'ENTOURE
Le point de départ



2

MON ÉNERGIE
ET MON INTUITION



3

MON ÉNERGIE
AU CŒUR DE L'INVISIBLE



4

MON ÉNERGIE DÉCUPLÉE
DANS LE SOIN

Parcours Introspection

Accessible après le premier atelier Énergie,
puis suivez les 3 ateliers dans l'ordre.



1

INTROSPECTION
ET TRAVAIL SUR SOI



2

INTROSPECTION
DES CHAÎNES INVISIBLES



3

INTROSPECTION
ET RECONNEXION

ÉCOUTER • EXPLORER • COMPRENDRE • LIBÉRER • SE RECONNECTER



MON ÉNERGIE
ET TOUT CE QUI M'ENTOURE

Et si vous appreniez à ressentir ce qui vous entoure autrement ?

L'énergie est partout : en vous, autour de vous, dans les lieux,
les éléments et les personnes que vous côtoyez.

Cet atelier vous invite à découvrir votre propre sensibilité énergétique,
à apprendre à l'écouter et à mieux comprendre les échanges subtils qui vous entourent.

✨ *Un atelier pour expérimenter par vous-même plutôt que simplement apprendre.*



MON ÉNERGIE ET MON INTUITION

Et si votre intuition était un langage ?

Une sensation, une image, une évidence…
Parfois, quelque chose en nous sait avant même que notre mental ait trouvé la réponse.

À travers des expériences ludiques et surprenantes, vous apprendrez progressivement à faire confiance à vos ressentis.

✨ *Et si vous découvriez que votre intuition vous parle déjà ?*



MON ÉNERGIE AU CŒUR DE L'INVISIBLE

Et si les lieux avaient une histoire à vous raconter ?

Certains espaces semblent apaisants.
D'autres nous mettent immédiatement mal à l'aise.
Pourquoi ressentons-nous parfois quelque chose sans pouvoir l'expliquer ?

À la rencontre des vortex énergétiques, à travers différentes approches expérientielles de la géobiologie, explorez et apprenez à observer ce qui ne se voit pas au premier regard.

✨ *Une invitation à changer votre manière de regarder… et surtout de ressentir.*



MON ÉNERGIE DÉCUPLÉE DANS LE SOIN

Et si votre énergie était un véritable outil d'accompagnement ?

Cet atelier vous invite à découvrir comment mobiliser votre énergie
dans une démarche de soin, avec conscience, présence et respect.

Vous explorerez différentes approches énergétiques et apprendrez à mieux comprendre
votre posture, vos ressentis et vos limites dans l'accompagnement.

✨ *Passez du ressenti à l'expérience et découvrez une nouvelle dimension de votre énergie.*



INTROSPECTION ET TRAVAIL SUR SOI

Et si vos blocages avaient une histoire ?

Nous avançons parfois avec des réactions, des peurs ou des répétitions dont nous ne comprenons pas toujours l'origine.

Mettre en lumière certains blocages et commencer un véritable travail d'introspection, individuel et privé. Un parcours profond, guidé étape par étape, pour comprendre, accueillir, libérer... et avancer différemment.

✨ *Parce que se connaître, c'est regarder ce qui se cache derrière nos mécanismes.*



INTROSPECTION DES CHAÎNES INVISIBLES

Et si certaines répétitions ne vous appartenaient pas ?

Pourquoi reproduisons-nous parfois les mêmes schémas ?
Pourquoi certaines situations semblent-elles revenir encore et encore ?

Explorez les liens invisibles, les héritages familiaux, les loyautés et les mémoires qui peuvent influencer notre manière d'avancer. Un travail pour identifier ce qui se répète, comprendre ce qui vous relie… et retrouver progressivement votre propre place.

✨ *Observer les chaînes invisibles pour choisir ce que l'on souhaite réellement porter.*



INTROSPECTION ET RECONNEXION

Après avoir exploré, compris et libéré… vient le temps de se reconnecter.

Ce dernier atelier vient comme une étape de reconnexion après le travail intérieur.

Accompagné et guidé, vous pourrez libérer ce qui demande encore de l'attention, puis explorer des approches de soin adaptées à votre cheminement.
Un travail en profondeur autour de l'énergie et de la reconnexion à soi.

✨ *Un espace pour retrouver son équilibre et revenir pleinement à soi.*