



SÉRÉNESSENCE - 3 MOIS

Installer un nouvel équilibre

Parfois, 21 jours permettent d'ouvrir une porte...

Mais pour que de nouvelles habitudes prennent naturellement leur place, il faut parfois davantage de temps.

L'accompagnement *SérénEssence sur 3 mois* vous offre cet espace. Un temps pour comprendre ce qui se joue, expérimenter, ajuster et surtout apprendre progressivement à mieux vous écouter.

Un accompagnement qui évolue avec vous

Chaque mois possède son intention, mais rien n'est figé.

Selon ce que vous traversez, nous pouvons travailler autour de :

- apaiser le mental
- accueillir les émotions
- retrouver son énergie
- réhabiter son corps
- apprendre à poser ses limites
- prendre sa place
- retrouver confiance et élan

Les pratiques sont choisies au fil des séances en fonction de ce qui est juste pour vous.





L'accompagnement comprend

- un bilan personnalisé
- 3 rendez-vous individuels
- des temps de suivi entre les séances selon les modalités définies ensemble
- respirations et pratiques d'ancrage
- méditations guidées de 10 minutes
- EFT personnalisé
- rituels olfactifs
- accompagnement autour des huiles essentielles
- échantillonnages adaptés à votre parcours
- massages aux huiles essentielles et/ou soins énergétiques selon les besoins et les possibilités de l'accompagnement
- un support de cheminement personnalisé

697 €

Trois mois pour ralentir, vous écouter et commencer à construire une relation différente avec vous-même.

Christèle - Eclaireuse d'Essence

