



Programme

L'Après - Offre Signature

À travers la méthode des 3 C – *Comprendre, Cicatriser, Créer* – je te propose un accompagnement profond et complet pour te détacher de ce qui t'a figé(e) et commencer à construire L'Après.

Objectifs de l'accompagnement :

- Donner du sens à ce qui a été vécu.
- Apaiser et libérer l'impact émotionnel du passé.
- Faire émerger une nouvelle version de toi et un nouvel élan de vie.

Chaque séance dure 1h30.

Phase 1 : Comprendre

Séance 1

Accueillir l'évènement et ce qu'il a brisé

Reconnaitre ce qui a été perdu / transformé pour engager un dialogue intérieur. (Coaching démarche symbolique).

Séance 2

Explorer les conséquences de cet évènement

Observer l'impact émotionnel et les réactions associés aux événements. (Coaching démarche symbolique).



Suite

L'Après - Offre Signature

Phase 2 : Cicatriser

- 
- Séance 3 **Accueillir les émotions et les blessures**
Permettre à tes émotions de s'exprimer et autoriser tes blessures. (Coaching démarche symbolique).
 - Séance 4 **Libérer les charges émotionnelles**
Transformer les blocages intérieurs qui freinent ton avancée. (Coaching démarche symbolique, hypnose).
 - Séance 5 **Se réconcilier avec soi et son histoire**
Intégrer le passé sans qu'il te définisse. Restaurer la sécurité intérieure. (Coaching démarche symbolique, hypnose).

Phase 3 : Créer

- 
- Séance 6 **Se repositionner dans sa vie**
Redéfinir ta place, tes besoins et tes limites actuels. (Coaching démarche symbolique, visualisation).
 - Séance 7 **Se projeter dans L'Après**
Visualiser et explorer tes envies, tes premiers possibles. (Coaching démarche symbolique, visualisation).
 - Séance 8 **Ancrer et incarner sa transformation**
Consolider les changements et passer à l'action pour concrétiser ton Après. (Coaching démarche symbolique).



Informations et réservation

Etape 1 : Premier contact (sans engagement)

- Reserve un Appel Diagnostic Offert (20 minutes)
- Cet appel permet de vérifier si l'accompagnement est adapté à ta situation. Dans le cas contraire, je t'orienterai sur une autre prestation plus adaptée.
- Il n'engage à rien.

Etape 2 : Proposition & validation

- Tu reçois un mail avec un récapitulatif de l'accompagnement, les Conditions Générales de Ventes ainsi qu'un lien de réservation sécurisé.
- Tu disposeras de 48 heures pour valider ton accompagnement.

Etape 3 : Réservation & acompte

- Tu reserves ton créneau pour ta première séance, via le lien sécurisé.
- Tu règles un acompte de 25% à la réservation, via un lien de paiement sécurisé.
- La réservation devient ferme et définitive à réception de l'acompte.

Etape 4 : Planification du parcours

- Après réception de l'acompte, tu recevras un mail de bienvenue.
- Dans ce mail, tu auras les consignes pratiques, ainsi qu'un lien pour réserver l'ensemble de tes prochaines séances, ainsi qu'un lien de paiement sécurisé.

Etape 5 : Règlement du solde

- Le solde est à régler au plus tard, le jour de la première séance, via le lien de paiement sécurisé du mail de bienvenue.
- Sans règlement du solde, la poursuite du parcours peut être suspendue.