

# Catalogue des prestations

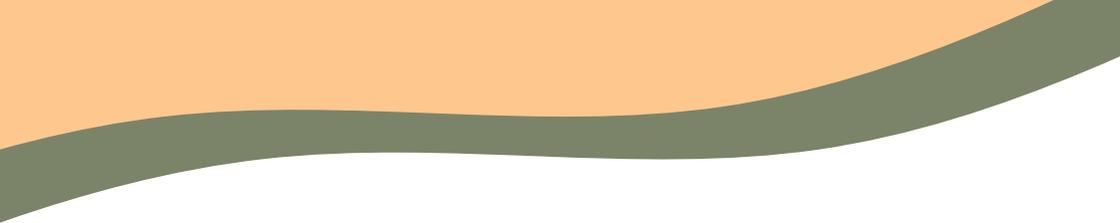


LA VOIE DU  
MIEUX-ÊTRE



POUR UN ENVIRONNEMENT  
SAIN ET POSITIF

Visitez notre site: [www.lavoiedumieuxetre.fr](http://www.lavoiedumieuxetre.fr)



**La Voie du Mieux-Être** est une association qui regroupe des praticiens du milieu du bien-être et du développement personnel.

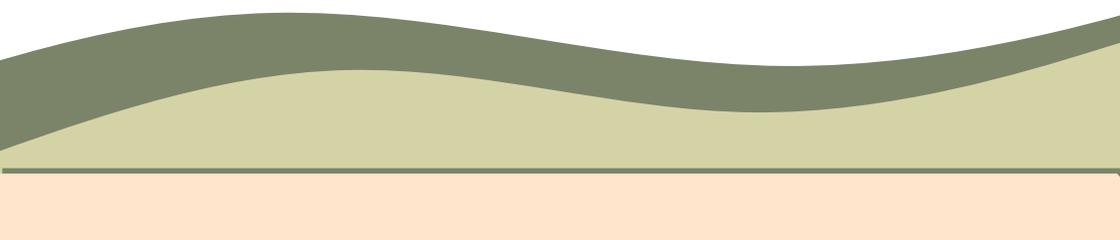
Notre association a pour but d'amener des parenthèses de sérénité au sein de collectivités, d'entreprises et d'associations.

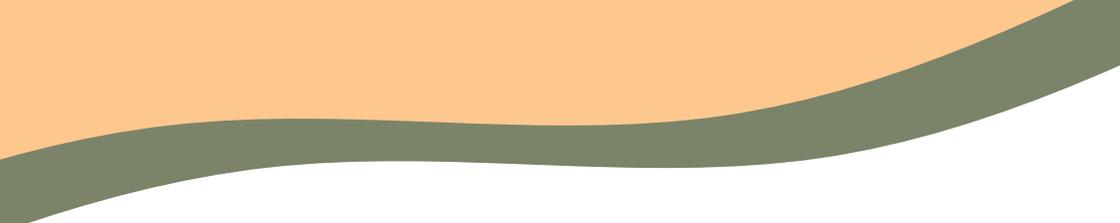
Nous vous apportons nos connaissances et savoir-faire et en faisons profiter vos salariés et collaborateurs.

L'intégralité de nos formations personnelles nous permet de couvrir de larges champs d'activités tels que l'hypnose, l'expression par l'art, le feng shui, la pédicurie, l'olfactologie, la réflexologie plantaire, le magnétisme et de nombreuses autres pratiques.

Nous vous proposons des ateliers de groupes, des conférences, des coachings ainsi que des séances individuelles sur les thèmes de votre choix.

Un accompagnement bienveillant pour évoluer avec harmonie dans votre environnement.



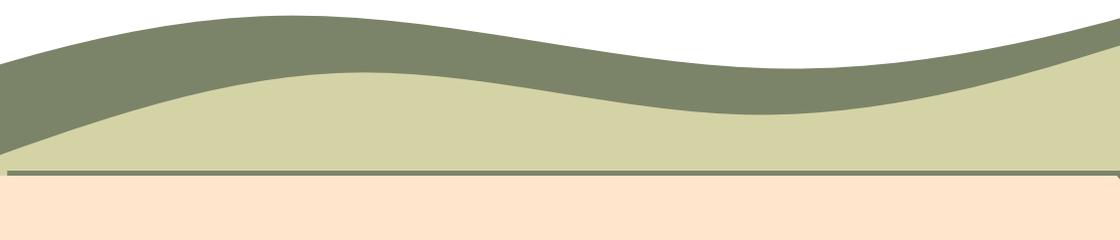


Le bien-être au travail est devenu une priorité stratégique pour de nombreuses entreprises.

En effet, un environnement de travail favorable à la santé physique et mentale des employés contribue non seulement à leur épanouissement personnel, mais aussi à la performance globale de l'entreprise.

Les bénéfices pour l'entreprise sont multiples : amélioration de la productivité, réduction de l'absentéisme, renforcement de la fidélité des collaborateurs et amélioration de la culture d'entreprise.

En d'autres termes, investir dans le bien-être des employés n'est pas seulement un acte de bienveillance, mais également une démarche porteuse de performance et de compétitivité pour l'entreprise.





## ATELIERS DE GROUPE

Initiation à la Méditation	7
Méditation guidée/Relaxation	8
Initiation à la radiesthésie	9
Découverte du Feng Shui	10
Optimiser son espace de travail grâce au Feng Shui	11
Hypnose collective	12
Autohypnose	13
Programmation Neuro-Linguistique	14
Art Thérapie	15
Olfactothérapie	16
Créer sa bulle de confort	17

## COACHING

Améliorer les relations humaines	19
Valeurs et besoins en milieu professionnel	20
Améliorer la confiance en soi	21
Apprendre à gérer le stress	22
Aligner ses énergies	23
Augmenter sa créativité	24

## CONFÉRENCES

Une vie saine et sereine en entreprise	26
La Bioénergie et la symbolique des maladies	27
Les chakras et la gestion des émotions	28
Harmoniser son habitat avec le Feng Shui / Géobiologie	29
Un espace de travail serein et performant grâce au Feng Shui	30
L'hypnose thérapeutique	31
La Programmation Neuro-Linguistique	32

## COHÉSION D'ÉQUIPE

Vision Board	34
Tableau Collaboratif	35
Création d'un Ikigai	36
Méditation de synergie	37
Atelier Théâtre	38

## PRESTATIONS INDIVIDUELLES

Art Thérapie	40
Soin par la Bioénergie	41
Expertise Feng Shui	42
La purification du lieu par la Géobiologie	43
Soin d'harmonisation des chakras	44
Hypnose et/ou PNL	45
Pédicurie	46
Réflexologie Plantaire	47
Accompagnement Holistique	48
Evaluation des Objectifs	49
Soin de Magnétisme	50

## SALON

Parenthèse de bien-être	51
-------------------------	----



# ATELIERS DE GROUPE



# ATELIER INITIATION À LA MÉDITATION



Vous ne parvenez pas à vous détendre? Vous ne savez pas comment faire pour méditer, vers quelle technique vous tourner?

Lors de cet atelier, nous vous donnerons des pistes pour parvenir à vous concentrer ou à vous détendre, des références qui seraient susceptibles de vous convenir. Nous testerons certaines de ces pratiques en fonction de vos attentes et besoins, dans une ambiance chaleureuse et bienveillante.

## BIENFAITS

- Acquérir des techniques
- Rendre la méditation accessible
- Trouver la méthode qui vous convient le mieux

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Groupe** : de 5 à 10 pers
- **Sur devis**

# ATELIER MÉDITATION GUIDÉE/RELAXATION



Si vous souhaitez prendre du temps pour vous, pour vous détendre et vous retrouver, accordez-vous cette parenthèse de méditation.

Pendant 1 heure, nous vous proposons une relaxation profonde et vous faisons découvrir les bienfaits de la méditation.

Plusieurs thèmes peuvent être proposés en fonction de vos demandes: pleine conscience, ralentir les pensées, Mantras, lâcher-prise, méditation du cœur, scan corporel...

## BIENFAITS

- Calmer le mental
- Améliorer la concentration
- Libérer les tensions
- Gagner en performance

## MODALITÉS

- **Durée** : 1 heure
- **Groupe** : de 5 à 20 pers
- **Sur devis**

# ATELIER INITIATION À LA RADIESTHÉSIE



Vous souhaitez vous initier au maniement du pendule sans savoir lequel choisir ni comment faire? La radiesthésie vous intéresse mais vous semble inaccessible? Cet atelier est donc fait pour vous!

En petit groupe, nous vous expliquerons quels sont les différents types de pendule et quelles utilisations on peut en faire. Nous vous initierons également à son maniement et vous aiderons à formuler les bonnes questions. Cet atelier se veut pratique, utile et adapté à votre profil.

## BIENFAITS

- Acquérir des connaissances en radiesthésie.
- Connaître les différents types de pendules.
- Savoir manipuler un pendule.

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Groupe** : de 5 à 10 pers
- **Sur devis**

# ATELIER DÉCOUVERTE DU FENG SHUI



Si le Feng shui vous intéresse mais vous semble difficile à mettre en œuvre, nous vous proposons alors cet atelier pour vous aider à mieux l'appréhender.

Nous vous montrerons comment placer le loshu sur le plan de votre maison, comment le lire et l'interpréter.

Nous calculerons également ensemble votre chiffre Kua et nous chercherons comment orienter votre lit ou votre bureau afin que vous puissiez recevoir les énergies qui vous sont favorables.

## BIENFAITS

- Découvrir le Feng shui
- En comprendre le fonctionnement
- Savoir positionner son lit pour profiter d'un sommeil serein

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Groupe** : de 5 à 10 pers
- **Sur devis**

# ATELIER OPTIMISER SON ESPACE DE TRAVAIL GRÂCE AU FENG SHUI



Cet atelier vous permettra d'optimiser votre espace de travail (en entreprise, collectivité ou télétravail) selon les critères énergétiques qu'offre le Feng Shui. Nous choisirons ensemble le meilleur endroit où placer votre bureau en fonction de vos orientations professionnelles.

Sachez que, lorsque chacun optimise son énergie personnelle, il contribue à développer l'énergie collective de l'entreprise, de la collectivité ou de l'association.

## BIENFAITS

- Savoir positionner son bureau pour profiter des énergies propices au travail
- Attribuer le poste de travail adapté à chaque employé
- Favoriser la performance

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Groupe** : de 5 à 10 pers
- **Sur devis**

# ATELIER HYPNOSE COLLECTIVE



Un atelier collectif d'hypnose c'est la possibilité pour tous d'expérimenter l'hypnose en s'appuyant sur la force d'un groupe, et retrouver le chemin pour récupérer ses propres ressources internes.

Chaque atelier est axé sur une thématique différente (plus général qu'en individuel) en fonction de vos besoins et ceux de vos collaborateurs : gestion du stress, s'autoriser à lâcher-prise, relaxation, confiance en soi, gérer sa concentration, dépasser ses blocages, sortir de ses conditionnements, retrouver son énergie vitale, ...

## BIENFAITS

- Améliorer la concentration
- Calmer le mental
- Gérer ses émotions
- Se relaxer

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Groupe** : de 5 à 15 pers
- **Sur devis**

# ATELIER AUTOHYPNOSE

(plusieurs séances nécessaires)



Cet atelier a été spécialement conçu pour vous apprendre différentes techniques vous permettant de bénéficier des bienfaits de l'hypnose au quotidien, de manière autonome.

L'atelier alterne explications théoriques, exercices pratiques et moments de partage. L'accent est mis sur la pratique afin de vous aider à intégrer en expérimentant par vous-même.

## BIENFAITS

- Induire une relaxation autonome
- Retrouver la sérénité
- Gérer le stress

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Groupe** : de 5 à 10 pers
- **Sur devis**

# ATELIER PROGRAMMATION NEURO-LINGUISTIQUE



La PNL est une pédagogie centrée sur la communication, l'apprentissage et le changement de la personne.

Au cours de ces ateliers, vous découvrirez comment cet outil peut vous aider à mieux vivre votre vie professionnelle.

Ces ateliers vous permettront d'acquérir des techniques simples pour mieux communiquer, gérer vos états internes limitants, déterminer des objectifs clairs et les atteindre, améliorer vos performances par la modélisation de comportements d'excellence.

## BIENFAITS

- Développer la confiance en soi
- Gérer les situations de stress
- Eclaircir ses objectifs
- Communiquer sereinement

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Groupe** : de 5 à 10 pers
- **Sur devis**

# ATELIER ART THÉRAPIE



Un atelier d'art-thérapie est une expérience créative et thérapeutique où les participants utilisent l'art comme moyen d'expression et de guérison.

Contrairement aux cours d'art traditionnels, l'objectif principal n'est pas la réalisation d'une œuvre esthétique ou technique, mais plutôt de favoriser l'exploration personnelle, l'expression des émotions et la gestion des difficultés internes.

## BIENFAITS

- Libération émotionnelle
- Prise de conscience
- Réduction de l'anxiété
- Renforcement de la confiance en soi

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Groupe** : de 5 à 20 pers
- **Sur devis**

# ATELIER OLFACTOTHÉRAPIE



Nous vous proposons un voyage olfactif pour partir à la découverte des huiles essentielles et des émotions qu'elles réveillent en vous.

Elles passent par le système limbique du cerveau qui régule les fonctions corporelles et est responsable de la mémoire et des émotions.

Cette technique s'effectue par inhalation directe ou massages aromatiques.

## BIENFAITS

- Diminuer le stress
- Prendre du recul sur les situations
- Apporter de la sérénité
- Calmer le mental
- Faciliter la communication en équipe

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Groupe** : de 5 à 20 pers
- **Sur devis**

# ATELIER CRÉER SA BULLE DE CONFORT



Tout au long de la journée des échanges d'énergie se créent entre nous et les personnes que l'on côtoie ou les lieux que l'on visite.

Parfois, nous aimerions être protégés, imperméables aux mauvaises vibrations qui nous tirent vers le bas. Une des solutions est la coque de protection.

Durant cet atelier, nous vous guiderons et vous aiderons à construire cette coque, nous vous en expliquerons le fonctionnement et vous montrerons comment l'activer en cas de besoin.

## BIENFAITS

- se sentir protégé en toute circonstance
- Faire face aux conflits en gardant son calme
- Ne plus subir les agressions

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Groupe** : de 5 à 10 pers
- **Sur devis**

# COACHINGS



# COACHING

## AMELIORER LES RELATIONS HUMAINES



Dans un monde où la pression se fait très présente, tant au niveau professionnel que personnel, la verbalisation passe souvent au second plan. Des incompréhensions en découlent et vous privent d'un rapport serein.

En utilisant des outils simples de postures, d'écoute et de communication non violente, vous pourrez optimiser la qualité des échanges avec votre entourage et vos collaborateurs.

### BIENFAITS

- Meilleure gestion du stress
- Prise de décision améliorée
- Amélioration des relations interpersonnelles

### MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Sur devis**

# COACHING

## VALEURS ET BESOINS EN MILIEU PROFESSIONNEL



Lors de cette séance, nous mettrons en lumière vos besoins et valeurs nécessaires pour créer un environnement de travail sain.

Avec une méthode ludique, laissez-vous guider et conseiller pour trouver des pistes de réflexion.

Une manière simple et rapide pour créer un changement de perspective.

### BIENFAITS

- Y voir plus clair
- Améliorer les prises de décisions
- Se projeter sereinement

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 heure
- **Sur devis**

# COACHING

# AMELIORER LA CONFIANCE EN SOI



Comment vous affirmer, modifier votre positionnement, vous aider à prendre la parole en public? Cet atelier est conçu pour vous accompagner de manière douce, simple et entamer votre transformation.

Ce moment vous offre les outils pour reprendre le contrôle de vos émotions dans votre vie professionnelle mais également personnelle.

Redevenez acteur de votre vie en gagnant en assurance.

## BIENFAITS

- Se dépasser
- Sortir de sa zone de confort
- Prendre de l'assurance
- S'affirmer

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Sur devis**

# COACHING

# APPRENDRE À GÉRER

# LE STRESS



En utilisant le souffle, la respiration, la gestion des priorités et bien d'autres techniques, vous pourrez laisser la sérénité s'installer de manière automatique dans votre quotidien.

Vous allez acquérir les clés pour faire retomber la pression, apprendre à détecter les signes précurseurs et décrypter vos signaux émotionnels pour vous sentir mieux à chaque instant.

## BIENFAITS

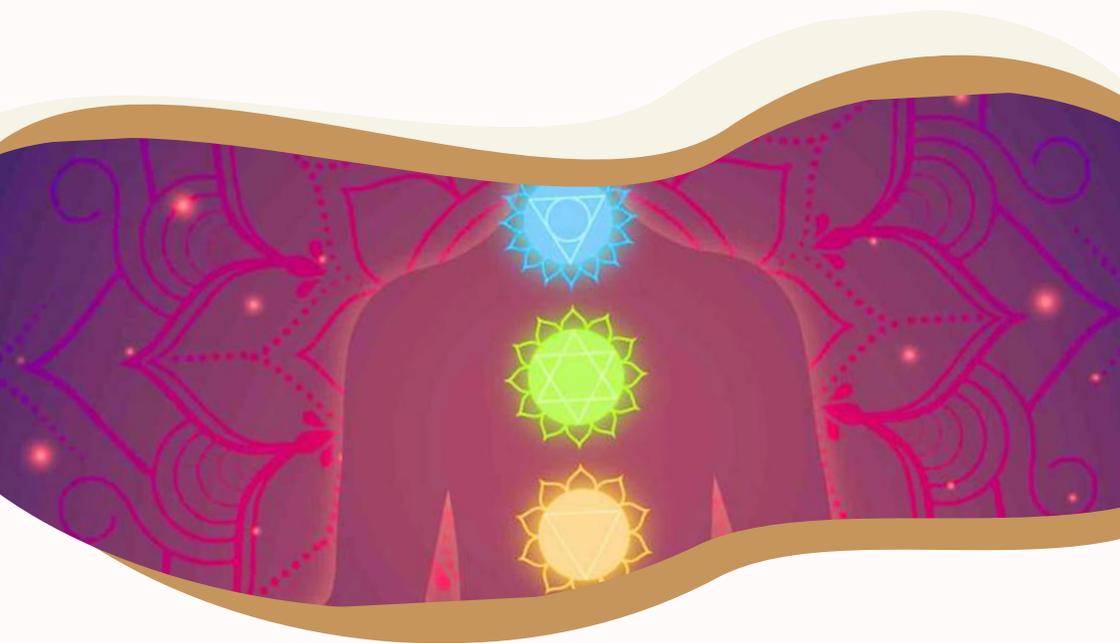
- Se détendre
- Décoder son propre fonctionnement
- Accorder de l'importance aux choses essentielles

## MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Sur devis**

# COACHING

## ALIGNER SES ÉNERGIES



Aligner ses énergies fait référence à l'idée de parvenir à un équilibre intérieur et à une harmonie entre différents aspects de soi-même : le corps, l'esprit et les émotions.

L'objectif est d'atteindre une synchronisation entre ses pensées, ses sentiments et ses actions, ce qui permet de mieux gérer le stress, de favoriser la paix intérieure et de renforcer son bien-être général.

### BIENFAITS

- Harmoniser ses chakras
- Se recentrer
- Retrouver l'équilibre
- Gagner en efficacité

### MODALITÉS

- **Durée :** 1 heure
- **Sur devis**

COACHING

# AUGMENTER SA CRÉATIVITÉ



Pour augmenter la créativité personnelle, nous vous proposons de réaliser un vision board ( ou tableau de visualisation.

il repose sur le principe que nos pensées et nos émotions peuvent influencer notre réalité. En créant un tableau rempli de représentations visuelles de vos objectifs, vous vous connectez de manière plus consciente à ces objectifs et stimulez votre motivation.

## BIENFAITS

- Renforcer l'énergie positive
- Se recentrer sur l'essentiel
- Visualiser ses objectifs
- Gagner du temps

## MODALITÉS

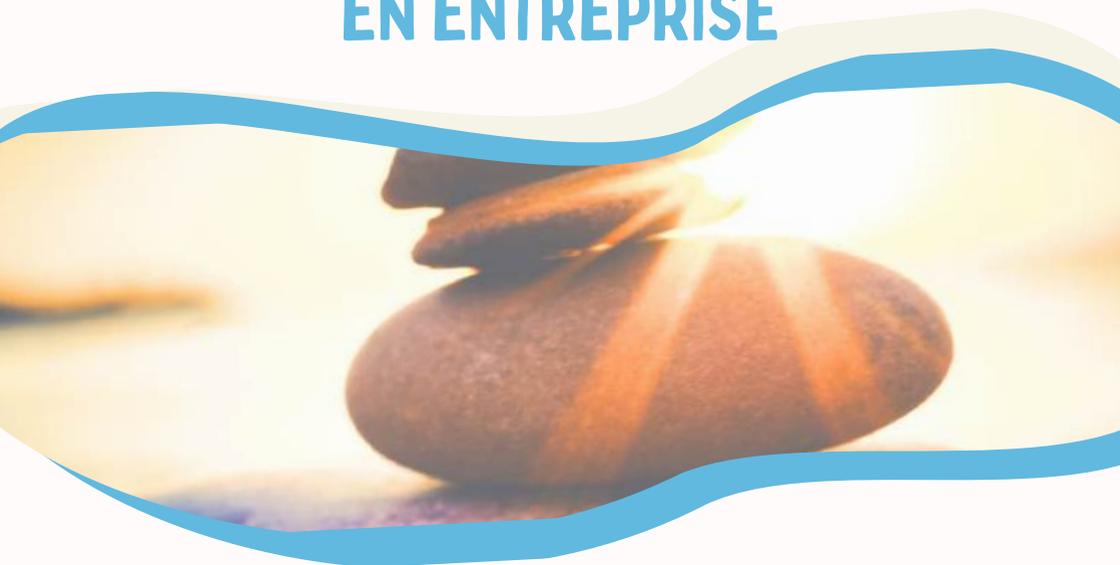
- **Durée** : 2 heures
- **Sur devis**
- **en individuel ou en équipe**

# CONFÉRENCES



CONFERENCE

# UNE VIE SAIN ET SEREINE EN ENTREPRISE



L'environnement professionnel est souvent peu propice à la sérénité. Nous nous laissons souvent dépasser par ce que l'on appelle des tâches parasites.

Nous allons faire le bilan de ce qui est nécessaire ou non.

Vous montrer que la rapidité ne doit pas être au détriment d'une alimentation saine et équilibrée, qu'efficacité ne rime pas avec précipitation.

Une manière d'y voir plus clair dans votre environnement.

## MODALITÉS

- **Durée** : 1 heure
- **Sur devis**

CONFERENCE

# LA BIOENERGIE ET LA SYMBOLIQUE DES MALADIES



Qu'est-ce que la bioénergie?  
Comment se déclare une maladie,  
une blessure? Pourquoi se déclare-t-  
elle? Quelle en est la signification?  
Quel est le processus de guérison?

Lors de cette conférence, nous vous  
parlerons de la bioénergie, de son  
fonctionnement et nous dresserons  
la liste des correspondances entre  
les différentes maladies et leur  
signification.

## MODALITÉS

- **Durée** : 1 heure
- **Sur devis**

CONFERENCE

# LES CHAKRAS ET LA GESTION DES ÉMOTIONS



Qu'est-ce qu'un chakra? A quoi servent-ils? Quelle est leur symbolique? Quelles parties du corps sont impactées? Quelles maladies leur sont associées? Comment faire pour les harmoniser?

Nous répondrons à toutes vos questions lors de cette conférence.

## MODALITÉS

- **Durée** : 1 heure
- **Sur devis**

# CONFERENCE

## HARMONISER SON HABITAT AVEC LE FENG SHUI ET LA GÉOBIOLOGIE



Cet atelier vous permettra d'optimiser votre espace de travail (en entreprise, collectivité ou télétravail) selon les critères énergétiques qu'offre le Feng shui. Nous choisirons ensemble le meilleur endroit où placer votre bureau en fonction de vos orientations personnelles. Sachez que lorsque chacun optimise son énergie personnelle, il contribue à développer l'énergie collective de l'entreprise, de la collectivité ou de l'association !

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 heure
- **Sur devis**

CONFERENCE

# UN ESPACE DE TRAVAIL SEREIN ET PERFORMANT GRÂCE AU FENG SHUI



Lors de cette conférence, nous aborderons avec vous notre objectif principal: vous aider à créer une cohésion globale pour que chaque collaborateur bénéficie d'un environnement propice à la bonne réalisation de ses activités professionnelles et contribue au développement de l'entreprise.

Une expertise Feng shui permettra de créer un environnement favorable pour faire coïncider au mieux la cohésion d'équipe et les objectifs du comité de direction

## MODALITÉS

- **Durée** : 1 heure
- **Sur devis**

# CONFERENCE

## L'HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE



Qu'est-ce que l'hypnose? En quoi cela consiste? Dans quelle situation avoir recours à l'hypnothérapie? Pour qui?

Lors de cette conférence, vous découvrirez l'hypnose Ericksonienne, et comment l'hypnose peut vous aider au quotidien.

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 heure
- **Sur devis**

CONFERENCE

# LA PROGRAMMATION NEURO-LINGUISTIQUE



L'art de reprendre le pouvoir sur sa vie. Qu'est-ce que la PNL? En quoi ça consiste? Comment accéder au changement grâce à cet outil? Pour qui?

Durant cette conférence, vous découvrirez comment la PNL permet de décomposer le fonctionnement de l'humain pour mieux comprendre nos fonctionnements limitants: nos croyances, nos valeurs, nos comportements, notre identité, ...

## MODALITÉS

- **Durée** : 1 heure
- **Sur devis**

# COHÉSION D'ÉQUIPE



# COHÉSION D'ÉQUIPE

## VISION BOARD



Nous vous proposons une activité créative et inspirante qui permet aux participants de représenter leurs objectifs, leurs rêves et leurs aspirations à travers des images, des mots et des symboles. L'objectif principal de cet atelier est de matérialiser visuellement ce que les participants souhaitent accomplir, afin de renforcer leur motivation, leur concentration et leur détermination à atteindre leurs buts au sein de l'entreprise.

### BIENFAITS

- Clarification des objectifs
- Renforcement de la motivation
- Amélioration de la confiance en soi
- Création d'un focus positif

### MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Activité de groupe**
- **Sur devis**

# COHÉSION D'ÉQUIPE

## TABLEAU COLLABORATIF



La peinture collaborative combine l'aspect créatif de l'art avec les objectifs de développement d'équipe. Il s'agit d'une activité où les membres d'une équipe collaborent pour créer ensemble une œuvre artistique.

Cette approche favorise la coopération, la communication et la gestion collective, tout en permettant aux participants de travailler sur des objectifs communs et de renforcer leurs liens.

### BIENFAITS

- Cohésion et motivation
- Renforcer la collaboration
- Amélioration la communication

### MODALITÉS

- **Durée** : 2 heures
- **Activité de groupe**
- **Sur devis**

# COHÉSION D'ÉQUIPE CRÉATION D'UN IKIGAI



## IKIGAI JOURNAL

Un atelier Ikigai en entreprise est une activité de développement personnel et professionnel qui vise à aider les employés à découvrir ou redécouvrir leur raison d'être (l'ikigai), en lien avec leur travail et leurs aspirations. Le terme japonais "ikigai" désigne ce qui donne un sens profond à la vie, un équilibre entre passion, mission, vocation et profession.

### BIENFAITS

- Développer l'épanouissement personnel
- Engagement accru
- Améliorer la motivation

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 h 30
- **Activité de groupe**
- **Sur devis**

# COHÉSION D'ÉQUIPE

# MÉDITATION DE SYNERGIE



La méditation de synergie crée une symbiose dans un groupe en méditant sur l'ouverture à soi et aux autres dans une perspective de bienveillance et de liberté intérieure.

Le terme "symbiose" renvoie à une relation d'interdépendance bénéfique entre deux ou plusieurs éléments.

## BIENFAITS

- Se connecter aux autres
- Réduire le stress
- Partager ses énergies

## MODALITÉS

- **Durée** : 1 heure
- **Activité de groupe**
- **Sur devis**

# COHÉSION D'ÉQUIPE

# ATELIER THÉÂTRE



Un atelier de théâtre est une activité de groupe où les participants, quel que soit leur niveau d'expérience, explorent les bases du théâtre à travers des exercices pratiques, des improvisations, et des mises en scène.

À travers des exercices collectifs et des scènes de groupe, les participants apprennent à collaborer, à soutenir leurs partenaires et à travailler ensemble pour atteindre un objectif commun.

## BIENFAITS

- Développer la créativité
- Booster la cohésion d'équipe
- Améliorer la confiance en soi

## MODALITÉS

- **Durée** : 4 heures
- **Activité de groupe**
- **Sur devis**

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES



# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

## ART THÉRAPIE



Une séance individuelle d'art thérapie permet d'exprimer ce qui est difficile à dire par des mots, en utilisant la peinture, le pastel, la sculpture,....

Le processus créatif permet souvent de prendre du recul sur ses émotions, de mieux les comprendre et de trouver des solutions ou des ressources intérieures.

### BIENFAITS

- Exprimer ses émotions
- Désamorcer l'anxiété
- Gérer les traumatismes
- Cibler les difficultés

### MODALITÉS

- **Durée** : 2 h 00
- **Sur devis**

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

## SOIN DE BIOÉNERGIE



Par nos pensées, nos émotions, par les situations parfois difficiles que nous vivons, nos corps énergétiques se chargent d'informations discordantes qui engendrent des sensations de mal-être, de fatigue et parfois, si le mal n'est pas entendu, des maladies.

La bioénergie est une thérapie holistique qui consiste à détecter, à interpréter, à dater puis à retirer les différentes perturbations présentes dans nos corps subtils afin de libérer l'énergie vitale, la faire circuler de nouveau et apporter un bien-être intérieur.

### BIENFAITS

- Dénouer les tensions
- Augmenter le taux vibratoire
- Faire le lien entre nos maladies et nos blocages psycho-émotionnels
- Avancer sereinement sur le chemin de la guérison

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 h 30
- **Sur devis**

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

## EXPERTISE FENG SHUI



L'objectif du Feng shui est de vous aider à créer une cohésion globale au sein de votre entreprise pour que chaque collaborateur bénéficie d'un environnement propice à la bonne réalisation de ses activités professionnelles et contribue au développement de l'entreprise. Il vise à créer un environnement favorable pour faire coïncider au mieux les différents points de vue. L'énergie d'un groupe peut influencer l'équilibre de l'entreprise sous des aspects humains, financiers, relationnels... Lorsque chacun optimise son énergie personnelle, il contribue à développer l'énergie collective de l'entreprise.

### BIENFAITS

- Retrouver une cohésion globale
- Améliorer la performance
- Créer un environnement serein
- Apaiser les tensions

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 h 00
- **Sur devis**

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

## LA PURIFICATION DU LIEU PAR LA GÉOBIOLOGIE



La plupart des perturbations liées aux énergies invisibles comme les charges émotionnelle et mentales, les pollutions électromagnétiques et les mémoires du lieu diminuent notre énergie et notre champ vital et entraînent des états de fatigue parfois importants.

La vibration du lieu a un impact très important sur le niveau de fatigue, les états de stress ainsi que la santé de tous les membres de l'entreprise. La purification est une réponse adaptée car elle corrige beaucoup de nuisances intangibles et contribue au bien être de vos collaborateurs et de ce fait à leur efficacité au travail.

### BIENFAITS

- Favoriser la concentration et la créativité.
- Diminuer le niveau de stress
- Apaiser des ambiances conflictuelles
- Donner une nouvelle dynamique à vos équipes de travail

### MODALITÉS

- **Durée** : 4 h 00
- **Sur devis**

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

# SOIN D'HARMONISATION DES CHAKRAS

Nous possédons 7 principaux centres énergétiques situés le long de la colonne vertébrale. Ils sont reliés à une émotion, une partie du corps, un organe et une glande. Quand ils fonctionnent bien, le corps est nourri en énergie. Quand il y a un blocage ou choc émotionnel, l'information descend dans nos corps subtils et se cristallise dans nos chakras. Dans ce cas, cela entraîne des dysfonctionnements dans les organes ou les glandes correspondantes puis cela peut générer des maladies si on ne réagit pas. Cette harmonisation permet de trouver les chakras déficients, d'en interpréter la signification et de les équilibrer afin que l'énergie circule à nouveau.

## BIENFAITS

- Faire circuler l'énergie vitale
- Analyser les blocages psycho-émotionnels
- Avancer sereinement sur le chemin de guérison

## MODALITÉS

- **Durée** : 1 h 00
- **Sur devis**

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

## HYPNOSE ET/OU PNL



L'hypnose et la PNL sont des thérapies dites brèves. À visée de bien-être, ces outils facilitent les changements des fonctionnements émotionnels, cognitifs et comportementaux, que ce soit dans les relations avec soi-même, avec les autres ou avec le monde. Le champ d'intervention est très vaste. Ainsi, plusieurs thématiques peuvent être abordées en fonction de vos besoins et ceux de vos collaborateurs : gestion des émotions (stress), estime de soi, prise de parole en public, deuil, événements traumatiques, troubles psychosomatiques, peurs et phobies, épuisement professionnel, troubles du sommeil, libération du tabac, gestion du poids, addictions, améliorer des potentiels, ...

### BIENFAITS

- Favoriser la concentration et la créativité.
- Diminuer le niveau de stress
- Améliorer la confiance en soi

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 h 00
- **Sur devis**

\*CERTAINES MUTUELLES REMBOURSENT LES MÉDECINES DOUCES, N'HÉSITÉS PAS A VOUS RENSEIGNER

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

## PÉDICURIE



Nous vous proposons des soins de pédicurie, la pédicurie consiste principalement à couper les ongles, enlever les callosités douloureuses ou non et elle permet à vos pieds de se sentir plus légers.

Les pieds sont une partie importante de notre anatomie que l'on néglige souvent. Il est important d'en prendre soin car ils nous portent pendant toute notre vie et sans eux, nous perdons la capacité de nous déplacer.

N'hésitez pas à leur donner un petit moment de détente.

### BIENFAITS

- Prendre soin de soi
- Hygiène et prévention des infections

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 h 00
- **Sur devis**

**\*CERTAINES MUTUELLES REMBOURSENT LES MÉDECINES DOUCES, N'HÉSITEZ PAS A VOUS RENSEIGNER**

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

# RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE



Vous souhaitez un rééquilibrage global de votre corps ?  
Vous êtes au bon endroit !

La réflexologie plantaire est inspirée de la médecine chinoise. A la surface de vos pieds se trouvent les points réflexes de l'ensemble du corps. L'harmonisation de ces points permet un relâchement global de l'intégralité du corps.

## BIENFAITS

- Améliorer la circulation sanguine
- Soulager la douleur
- Améliorer le sommeil
- Favoriser la détoxification

## MODALITÉS

- **Durée** : 1 h 30
- **Sur devis**

\*CERTAINES MUTUELLES REMBOURSENT LES MÉDECINES DOUCES, N'HÉSITÉS PAS A VOUS RENSEIGNER

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

## ACCOMPAGNEMENT HOLISTIQUE



Nous travaillerons au ciblage de la problématique en agissant sur la sphère émotionnelle par la compréhension des émotions, des réactions et des actions qui se présentent.

Puis sur la sphère énergétique pour débloquer les perturbations au niveau des chakras, de l'aura (notre protection naturelle) et les méridiens ( nos terminaisons énergétiques).

Votre système énergétique est alors réaligné pour que la problématique soit traitée dans sa globalité.

### BIENFAITS

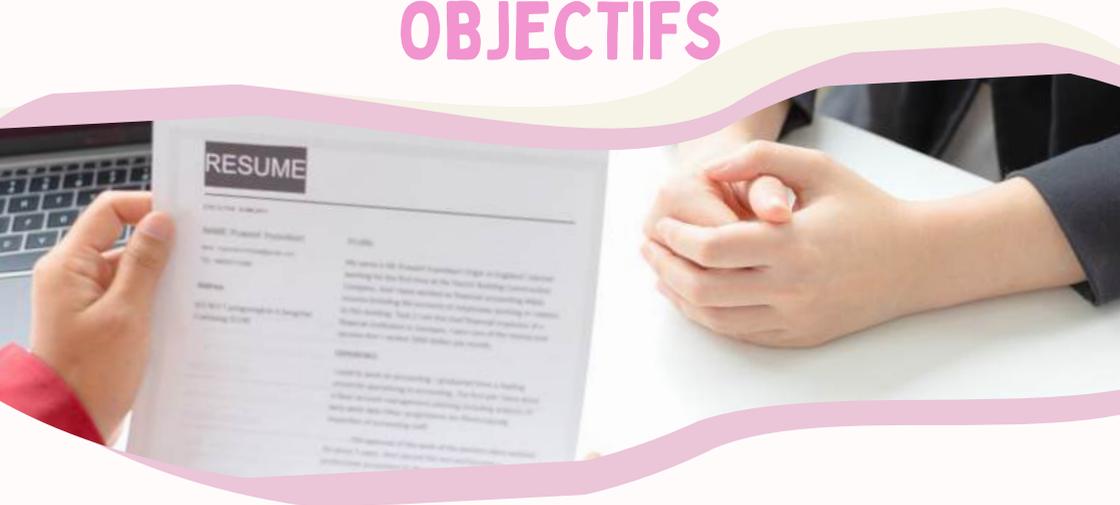
- Traiter la source émotionnelle des maux
- Aligner ses énergies
- Cibler ses problématiques
- Se recentrer

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 h 30
- **Sur devis**

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

## EVALUATION DES OBJECTIFS



Nous nous laissons facilement dépasser par de nombreuses choses qui nous parasitent au quotidien.

Cet espace neutre vous permet de poser les situations, d'évaluer vos besoins, de gérer vos attentes et de vous fixer des objectifs clairs et réalisables.

Quand vous avez une vision claire de ce vers quoi vous diriger, vous avez l'esprit tranquille et vous pouvez alors évoluer plus sereinement tant dans votre milieu professionnel que personnel.

### BIENFAITS

- Avoir une prise de recul.
- Être plus en accord avec soi-même.
- Mieux définir ses limites.
- Définir ses besoins.

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 h 00
- **Sur devis**

# PRESTATIONS INDIVIDUELLES

## SOIN DE MAGNÉTISME



La séance débute par un court entretien pendant lequel vos besoins et attentes sont évalués.

Ensuite, une évaluation des énergies est faite au pendule pour déterminer les points qui sont reliés à la problématique pour être traités.

Le magnétisme est une pratique qui consiste, par apposition des mains, à faire circuler, drainer et équilibrer les énergies dans votre corps.

Il agit sur les corps subtils et physiques.

### BIENFAITS

- Soulager les douleurs
- libérer les tensions
- rééquilibrer les énergies
- Couper les brûlures
- Gérer les émotions

### MODALITÉS

- **Durée** : 1 h 30
- **Sur devis**

# SALON PARENTHÈSE DE BIEN-ÊTRE



C'est un événement dédié à la promotion du bien-être.

Il rassemble divers exposants, praticiens et intervenants qui présentent des produits, des services et des techniques visant à améliorer la qualité de vie des participants.

Ces salons peuvent inclure des ateliers, des conférences, des démonstrations de pratiques ainsi que des stands proposant des produits naturels, des cosmétiques bio, et d'autres ressources liées au bien-être. C'est un lieu d'échange et de découverte.

## BIENFAITS

- Sortir du cadre professionnel
- Amener plusieurs disciplines de bien-être dans vos murs
- Soulager les douleurs
- S'informer et tester différentes pratiques

## MODALITÉS

- **Durée** : de 4h à 2 jours
- **à partir de 5 exposants**
- **Sur devis**

Pour vous apporter un accompagnement personnalisé, toutes nos prestations sont calculées par devis.

Vous pouvez nous contacter pour établir votre devis personnalisé gratuitement.

Veillez nous indiquer le nombre de participants afin de vous proposer une offre adaptée à vos besoins



**[lavoiedumieuxetre62@gmail.com](mailto:lavoiedumieuxetre62@gmail.com)**



**0 6 2 2 2 6 7 5 4 3**



**[www.lavoiedumieuxetre.fr](http://www.lavoiedumieuxetre.fr)**



**Hauts de France**

**Apporter une parenthèse relaxante  
au sein de votre entreprise, collectivité  
ou association**



OFFREZ UNE PARENTHÈSE DE  
DOUCEUR À VOS COLLABORATEURS



Plus d'informations  
au:  
06 22 26 75 43

[www.lavoiedumieuxetre.fr](http://www.lavoiedumieuxetre.fr)  
[lavoiedumieuxetre62@gmail.com](mailto:lavoiedumieuxetre62@gmail.com)