



# Newsletter n°8 Décembre 2022

*En premier lieu, je vous souhaite avec un peu d'avance un joyeux Noël 2022 et d'excellentes fêtes de fin d'année !*

*J'en profite pour remercier celles et ceux qui m'ont témoigné leur confiance sur cette année 2022.*

## *Les nouveautés pour 2023*

Dans l'optique de mieux vous accompagner dans le cadre de votre bien-être, j'ai le plaisir de vous annoncer pour 2023 :

*La mise en place de sessions par visio portant sur des exercices d'environ une heure pour le lâcher-prise.*

Je vous guide par visio sur :

- des méditations guidées,
- des exercices de respiration,
- des pratiques de nettoyage énergétique.

Vous vous détendez, vous lâchez prise, vous vous reconnectez à votre être intérieur, vous vous libérez des idées parasites, vous éliminez les pollutions énergétiques, ...

**Ces visios seront prévus sur des mercredis et des dimanches de 19h30 à 20h30.**

*Des accompagnements personnalisés au travers des samedis de Déale pour vous aider à voir la vie telle qu'elle est, sans croyance limitante et vous permettre de construire votre futur en conscience.*

Ces accompagnements se déroulent sur une demi-journée, le samedi après-midi en présentiel.

- *Atelier N° 1* : La découverte et la compréhension de soi
- *Atelier N° 2* : S'affirmer et prendre confiance
- *Atelier N° 3* : Faire tomber les résistances
- *Atelier N° 4* : Apprendre à écouter les messages de ses émotions et de son corps
- *Atelier N° 5* : Changer ses croyances limitantes pour gagner en sérénité

Une écoute active, des cas pratiques, la présentation d'outils ou de méthodes dédiés, la prise en compte de vos expériences et de vos problématiques !

## Ce qui continue en 2023

- **Les séances de bioénergie accompagnées de conseils individualisés**
- **Le stage proposé en 2022 sur le développement du ressenti**
- **La géobiologie**

Toutes ces activités sont élaborées dans l'optique de vous aider dans le cadre de votre développement personnel et pour l'atteinte du mieux être.

Retrouvez les informations complémentaires :



Sur le site internet  
[existentielleessentiel.fr](http://existentielleessentiel.fr)



Par mail  
[existentiel.essentiel@gmail.com](mailto:existentiel.essentiel@gmail.com)



Par téléphone  
06 32 70 39 05



Sur Facebook  
[Déale - De l'existentiel à l'essentiel](https://www.facebook.com/Déale-De-l'existentiel-à-l'essentiel)