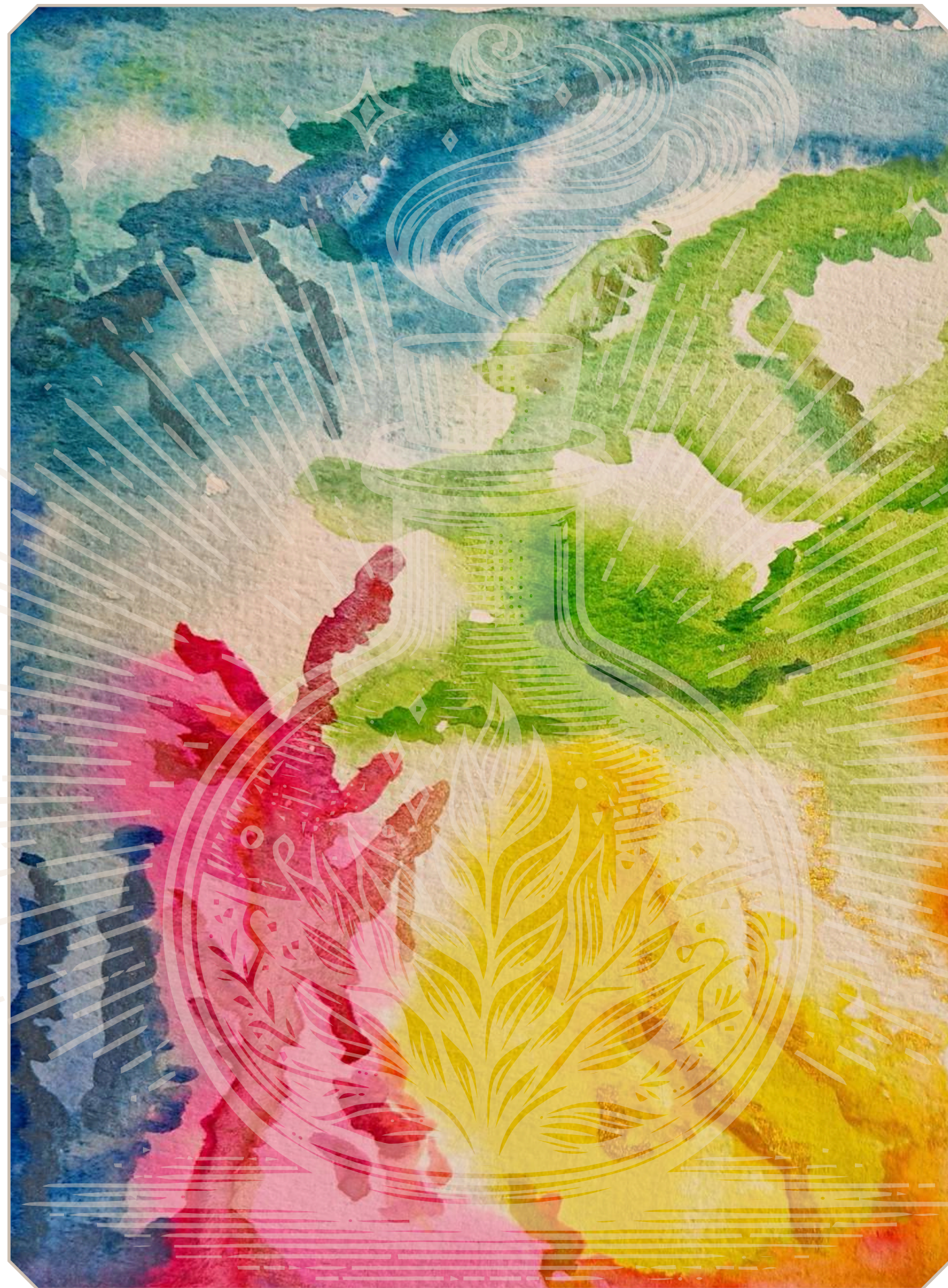




“L’Alchimie intérieure”

Transforme ta **sensibilité** en superpouvoir pour révéler ton **authenticité**, construire ta confiance et **créer** (ou simplement vivre) **une vie qui te ressemble**, sans avoir peur de te tromper.

Présentation du programme

Je te propose un **programme d'accompagnement personnalisé** grâce à **7 étapes**, mêlant coaching individuel, créativité guidée, exploration personnelle et outils d'introspection (podcats, exercices, etc.).

Plus qu'un programme, je te ferai rentrer dans ton **laboratoire personnel d'expérimentation** pour que tu puisses réveiller tes potentiels et atteindre une réelle transformation personnelle.

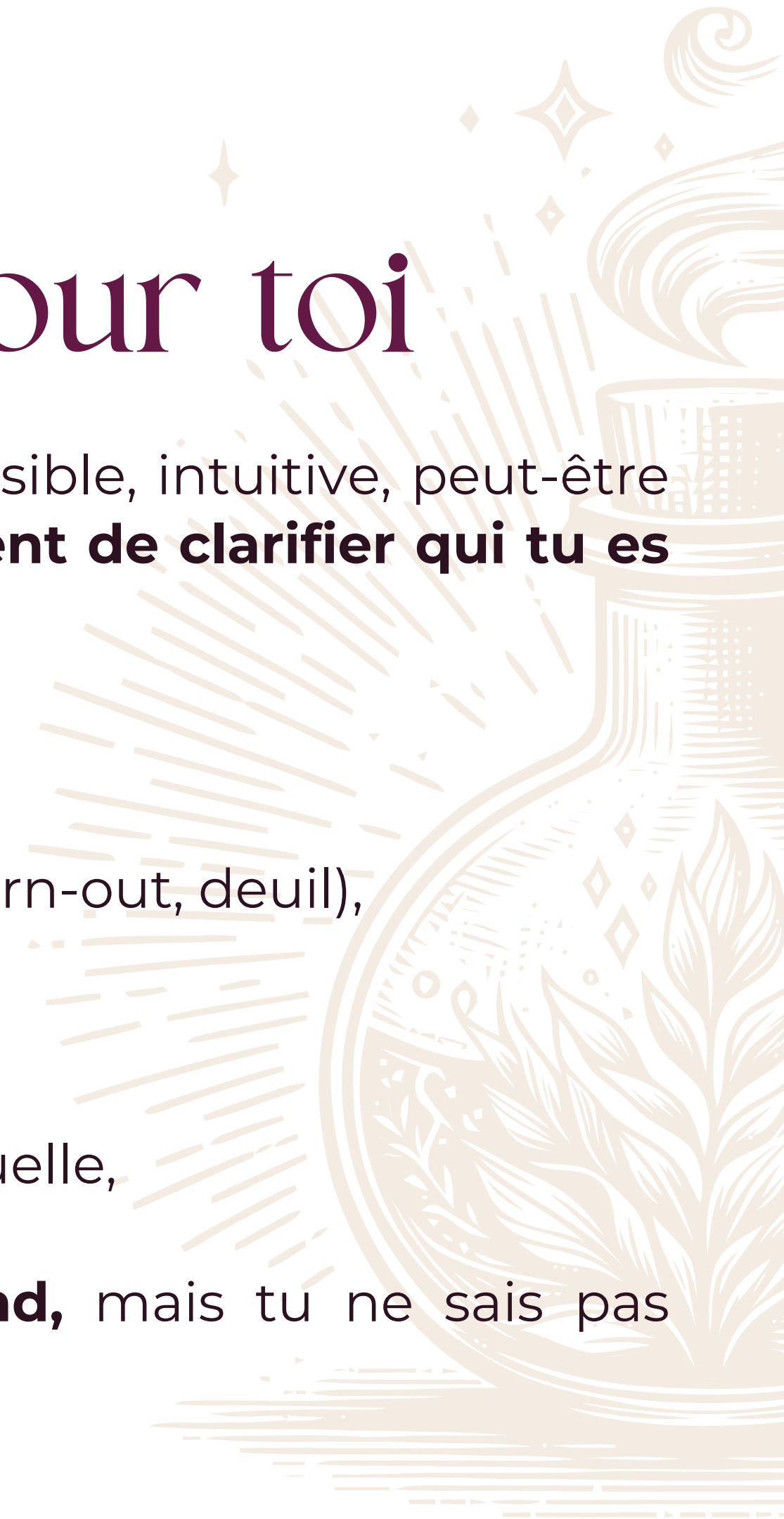


Ce programme est pour toi

Si tu es une femme entre 30 et 50 ans, que tu es hypersensible, intuitive, peut-être HPI et/ou neuroatypique, et que tu ressens un **besoin urgent de clarifier qui tu es vraiment**.

Peut-être as-tu :

- vécu des **épreuves** personnelles (maladie, séparation, burn-out, deuil),
- lutté contre une **image négative** de toi-même,
- eu l'impression de ne **pas être à ta place** dans ta vie actuelle,
- envie de créer, **d'exprimer quelque chose de profond**, mais tu ne sais pas encore comment.



Tu te sens confrontée à



Un manque de clarté

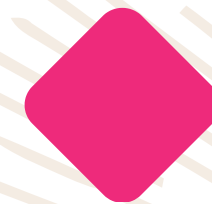
Tu ressens un manque de clarté sur tes compétences cachées, et cela t'empêche de passer à l'action.

Tu as conscience de porter en toi une richesse intérieure, mais tu ne parviens pas toujours à la mettre en forme ni à lui donner vie.



Une sensibilité comme frein

Ta sensibilité, au lieu d'être un atout, devient parfois un frein, surtout quand elle est mal accueillie ou mal comprise.



Une peur de l'erreur

Et tu as peur de te tromper, de décevoir, de sortir de ta zone de confort sans être certaine du résultat.



Aujourd'hui, tu vis peut-être :

- ◆ Une **perte de sens** , un sentiment de flottement.
- ◆ Une **confusion identitaire** : qui suis-je vraiment ? Quel est mon rôle ici ?
- ◆ Des **doutes** répétés sur tes capacités à réussir, créer ou inspirer.
- ◆ Une **fatigue émotionnelle** liée à l'adaptation constante à un monde qui ne comprend pas ton fonctionnement.
- ◆ Un **sentiment d'inutilité** , alors que tu as tellement à offrir.

***Et tu te demandes peut-être :
« Pourquoi ai-je tant de potentiel, mais si peu de résultats ? »***



Ma promesse

Je t'aide à transformer ta sensibilité en superpouvoir, grâce à un **parcours structuré**, bienveillant et riche de sens.

Tu découvriras qui tu es vraiment, tu apprendras à **utiliser ta vulnérabilité comme une source de force**, et tu passeras à l'action sans craindre l'échec.

Parce que **ta lumière mérite d'être vue.**

Tes bénéfices

A la fin du programme, tu auras :

Clarifié qui tu es vraiment, et
quels sont tes talents cachés.

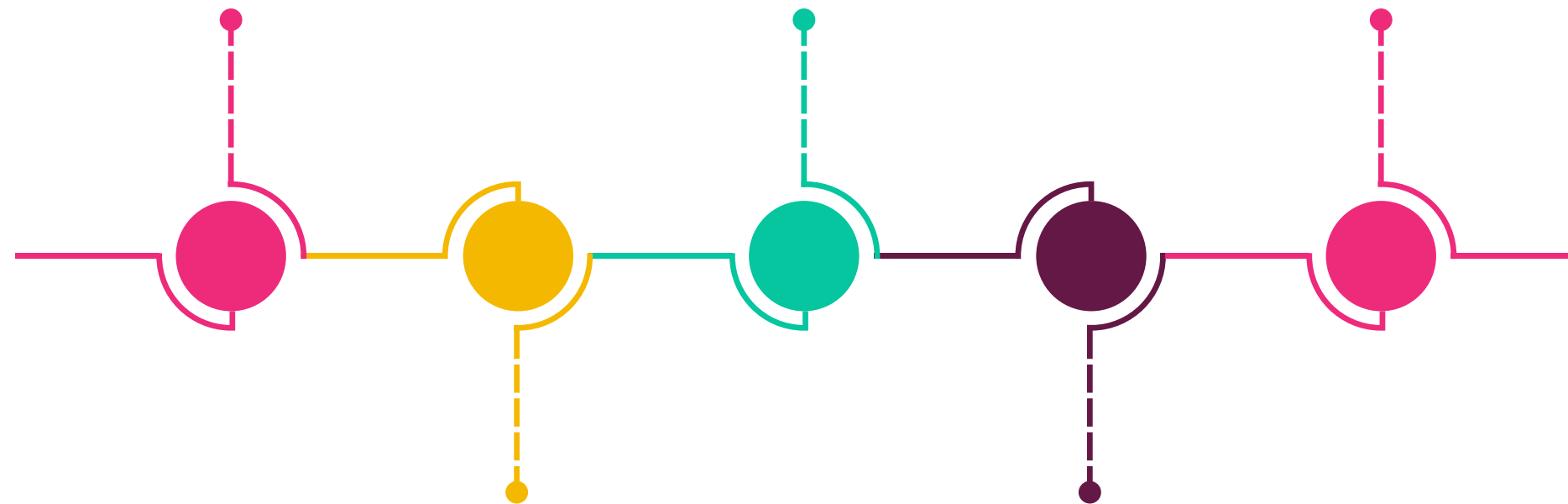
Une clarté identitaire

Développé une créativité
alignée avec ton être profond,
qui te permet d'agir
concrètement.

Une créativité alignée

Découvert comment
transformer ta douleur passée
en matière de création et de
transformation.

Ta douleur transformée



Appris à accueillir ta sensibilité
comme une force, non comme une
faiblesse.

Ta sensibilité comme force

Acquis des outils concrets pour te faire
confiance, même quand tu avances
dans l'inconnu.

Une confiance en toi

***En somme, tu auras appris à te faire confiance,
à oser et à créer & vivre, en paix avec toi-même.***



Plan du programme

L'activation des potentiels (étape 1)

Démarrage en douceur avec une séance individuelle de départ pour amorcer le changement. Introduction à l'exploration personnelle et aux outils pour poser les bases émotionnelles du parcours.

Objectif : Créer un espace sécurisant pour l'exploration.

La purification des réactifs (étapes 3 et 4)

Tu vas regarder ton passé avec courage, non pour t'y attarder, mais pour transformer ta douleur en matière première de création et de compréhension. Tu vas regarder ta souffrance comme matière première riche de sens.

Objectif : transformer la douleur en pouvoir personnel et en compréhension.

L'oeuvre en lumière (étape 6)

Tu clarifies ta place et tu élabores ton projet personnel aligné. Tu passes à l'action en paix avec toi-même et avec authenticité.

Objectif : exprimer pleinement qui tu es et élaborer un projet/une quête personnel(le) qui fait sens.

La formule initiale (étape 2)

Tu vas explorer tes valeurs et tes talents cachés et tu révéles ta nature profonde

Objectif : te reconnecter à toi-même avec curiosité et sans jugement.

La catalyse créative (étape 5)

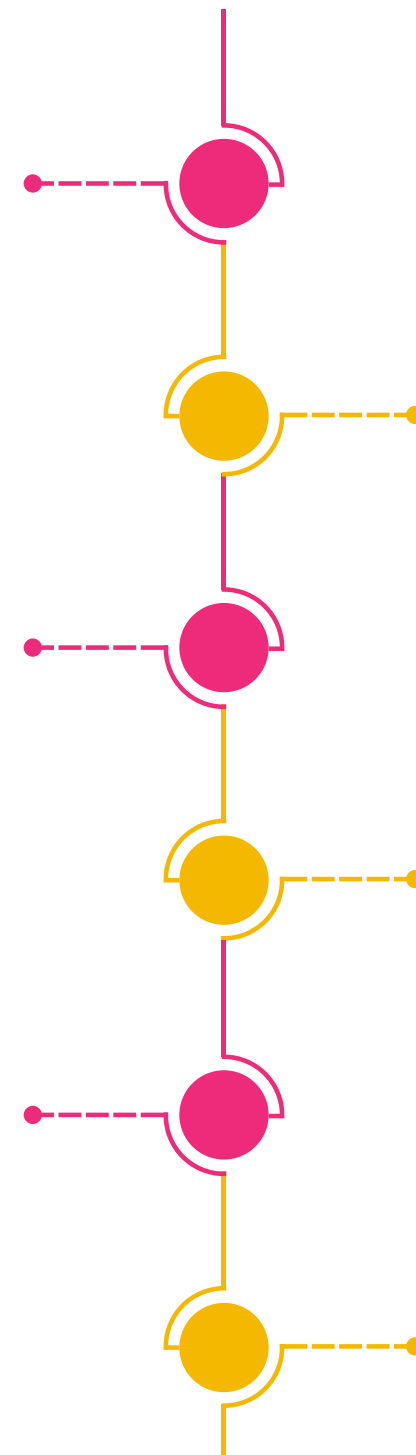
Tu libères ta force créative ! Ta sensibilité devient ton outil le plus puissant pour créer quelque chose de nouveau. Tu explores ton "why" !

Objectif : libérer ta créativité et qu'elle reflète le lien entre ton âme et ton action.

L'alchimiste accomplie (étape 7)

Clôture en douceur avec une séance individuelle de bilan pour faire le point sur ton parcours et célébrer tes avancées.

Objectif : bilan des transformations, reconnaissance des apprentissages et définition des prochaines étapes.





Ta boîte à outils



Un carnet de suivi
pour noter ton évolution semaine
après semaine.



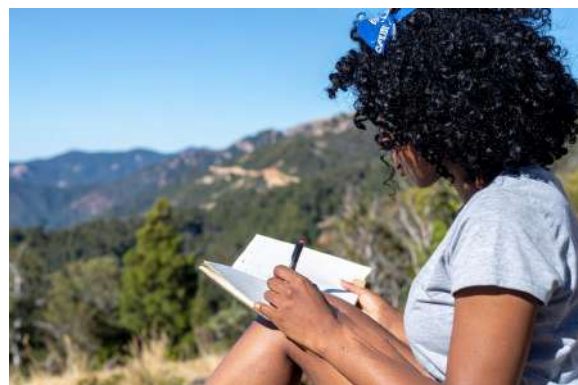
Une bibliothèque de ressources
avec des ressources inspirantes
(livres, vidéos, podcasts, ...).



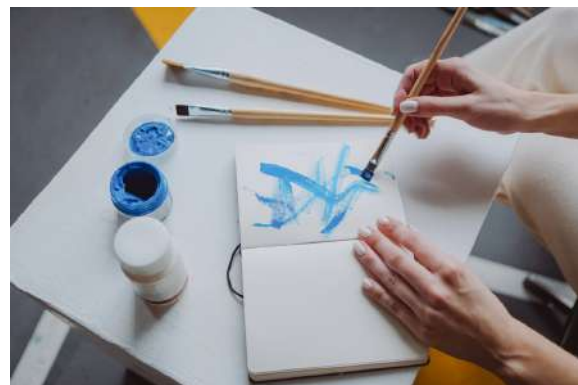
**7 séances de coaching
individuelles**
pour t'aider à dépasser les
blocages ou les doutes.



Des tests certifiés
pour affiner ta connaissance de
toi



Des exercices pilotés
écritures, réflexions, art-thérapie



Un journal créatif
pour exprimer et libérer ta
créativité.



Des autoévaluations régulières
pour mesurer ton évolution et te
rassurer sur tes progrès.



**Un dossier personnalisé de fin
d'accompagnement**
pour y retrouver tes avancées et
les points forts de ton projet.

Les conditions de ton succès



Engage toi sincèrement dans le processus même si tu dois explorer ce qui fait mal.



Sois ouverte à la remise en question car ce cheminement implique parfois de lâcher des croyances anciennes.



Pratique régulièrement les exercices proposés car c'est dans l'action et la réflexion personnelle que naît le changement.



Cultive la patience et la bienveillance envers toi-même parce que grandir intérieurement prend du temps.



Ose franchir les obstacles notamment en partageant ce que tu crées ou ce que tu découvres sur toi-même avec tes proches.



Qui-je suis ?



Je suis **Aude Belleflamme** ton **accompagnatrice en changement**.

Biologiste de formation et passionnée par l'analyse des profils **atypiques**.

Coach de vie **certifiée** dans l'accompagnement des profils atypiques (HPI, hypersensibilité, neuroatypie).

Je mets mon expertise à ton service pour t'aider à réveiller tes potentiels.

Envie de rejoindre le programme ?

Contacte-moi pour réserver ton appel gratuit.

