

JUIN 2024

Rencontre avec L'HYPNOSE



Je pratique l'auto hypnose depuis de nombreuses années et je me suis certifiée en hypnose thérapeutique afin de pouvoir vous proposer des séances dans le cadre de mes suivis en nutrition santé préventive.

L'hypnose, comme la naturopathie, est l'un de mes outils.

Vous voulez tester ?

Ecoute et bienveillance, je vous offre mon temps pour trouver ensemble ce qui coince et surtout mettre l'accent sur votre potentiel. A vous de jouer !

[Je teste](#)

C'est quoi ?

L'hypnose, c'est tout simplement un état de conscience modifié, plus intense qui va permettre d'accéder à votre partie inconsciente.

POURQUOI - A QUOI ME SERT L'HYPNOSE ?

Principalement à **gagner du temps** en facilitant les choses. Votre partie inconsciente, que je compare souvent avec un **iceberg** sait faire 10 000 choses à la fois alors que votre partie consciente (volonté) raisonne, programme, organise et ... doute. **Vos habitudes** sont ancrées dans votre inconscient et si vous voulez changer quelque chose (ex : faire régime, parler en public), la **bataille** entre votre volonté (conscient) et habitudes (inconscient) est faisable mais aussi **longue** et **difficile**. L'hypnose permet de **rassurer** votre partie inconsciente et vous amène tout naturellement **vers votre objectif** plus vite et plus naturellement.

