

ACCOMPAGNEMENTS POUR PARTICULIERS

FORMATIONS By

L'ART DE RESSENTIR ©

Modalités :

🖥️ Séances en visio (en français uniquement) de 30 à 90 min - au choix- visios sur l'**application Signal** Android iOS Windows

Formules séances :

🎯 **Séance 30 min (découverte)**

“Express Clarté” → 30 €

💡 Idéale pour un besoin ciblé, une situation ponctuelle, un stress à apaiser.

Format :

- ✓ 1 question clé posée avant visio
- ✓ 1 pratique guidée immédiate
- ✓ 1 axe d'amélioration concret à appliquer

🌿 **Séance 60 min**

“Exploration complète” → 60 €

💡 Pour un accompagnement global sur une thématique émotionnelle précise.

Format :

- ✓ Temps d'écoute et d'expression libre
- ✓ Décodage et mise en lumière des émotions sous-jacentes
- ✓ Transmission d'outils concrets (respiration, centrage, reformulation)
- ✓ Recommandations personnalisées

🔄 **Formules multi-visios prépayées**

💎 **Pack 3 séances 60 min** → 160 € (soit 53 €/séance)

💡 Pour un travail de fond sur 3 à 5 semaines, autour d'un axe d'évolution (affirmation de soi, régulation émotionnelle, communication, etc.)

🌟 **Pack 6 séances 60 min** → 260 € (soit 53 €/séance)

Approfondissement progressif : suivi complet, outils avancés, consolidation durable.

🌟 **Pack 6 séances 90 min** → 460 € (soit 76 €/séance)

Approfondissement progressif : suivi complet, outils avancés, consolidation durable.