

L'escale de l'Alchimiste

Carnet d'été

30 jours pour transformer ton chaos créatif en une structure légère et alignée



@alchimistedeprojets.com



Dépose tes bagages, l'Alchimiste.

Prends une grande inspiration. Laisse la chaleur de l'été infuser tes idées.
Bienvenue dans ton Escale Estivale. En tant qu'entrepreneur ou créateur, ton cerveau bouillonne constamment de projets, de visions et parfois... d'un joyeux chaos. L'été est le moment idéal pour ralentir le rythme sans pour autant perdre le fil de tes ambitions.

Ce carnet a été pensé comme un rituel sacré pour t'offrir le parfait équilibre entre l'intuition qui te fait vibrer et la structure qui te soutient.

Pendant 30 jours, nous allons faire de l'alchimie ensemble : transformer le plomb de tes tâches lourdes en l'or d'une organisation fluide et alignée pour la rentrée.



Comment utiliser ce carnet d'été ?

- Un jour à la fois : Ne te presse pas. Remplis une fiole de ta carte à chaque fois que tu t'accordes un moment pour toi.
- Installe ton rituel : Prépare-toi une tisane froide, trouve un coin confortable sous un arbre ou sur ton balcon, et sors tes plus beaux crayons.

Ici, il n'y a rien à réussir. Seulement un voyage à vivre.

Chaque porte franchie est une promesse de transformation.

Celle-ci est la tienne. Bienvenue dans ton Escale.

Nathalie Vanexe

© Nathalie Vanexe – Alchimiste de projets



La Carte de ton Pèlerinage Estival

Cocher ou inscrire la date sous chaque fiole du fil de tes découvertes. Prends ton temps, le voyage ne fait que commencer.

Les couleurs des fioles indiquent les cinq étapes de ton voyage.





Le Voyage Alchimique

ÉTAPE 1 – LE PLOMB

Transmuter la lourdeur en clarté



« C'est en observant la matière brute et pesante que l'on découvre les secrets de sa transformation. »





L'Inventaire du Grimoire

Identifier tes 3 tâches de plomb



Avant d'alléger ton esprit pour la saison estivale, il faut nommer ce qui pèse lourd dans ton quotidien d'entrepreneur. Quelles sont ces trois tâches ou responsabilités répétitives qui gâchent ton plaisir de créer, vident ton énergie et encombrant ton espace mental ?

Prends un moment pour les inscrire dans les parchemins ci-dessous.

Ne réfléchis pas trop, laisse parler ton intuition.



La tâche de Plomb n°1 :



La tâche de Plomb n°2 :



La tâche de Plomb n°3 :





Libère ton Espace Mental

Le Labyrinthe du Cerveau



Tes tâches de plomb sont maintenant identifiées. Il est temps de les sortir symboliquement de ton esprit pour débiter ton escale.

Ta mission : Trace un chemin à travers ce labyrinthe pour guider l'énergie bloquée au centre vers la sortie, afin de laisser place à la sérénité.





Pause Détente



Les mots des sages voyageuses

Chaque créateur laisse derrière lui quelques éclats de lumière.
Saurez-vous retrouver qui se cache derrière ces paroles
inspirantes ?

Ta mission : Relie chaque citation à son auteure.

Anaïs Nin



« L'esprit cherche et c'est le coeur qui trouve. »

Colette



« J'accepte la grande aventure d'être moi. »

George Sand



« Nous nous réjouissons de la beauté du papillon, mais admettons rarement les changements qu'il a traversés pour atteindre cette beauté. »

Louise Hay



« Chaque pensée que nous choisissons de croire crée notre avenir. »

Maya Angelou



Simone de Beauvoir

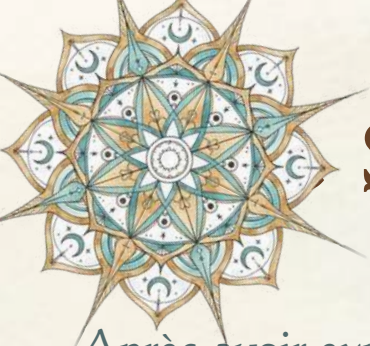


« Il faut avec les mots de tout le monde écrire comme personne »



« Et le jour vint où le risque de rester à l'étroit dans un bourgeon fut plus douloureux que le risque d'éclore. »





Souffle de la Création



Après avoir exploré tes "tâches de plomb", accorde-toi cet instant hors du temps. Colorier un mandala permet de recentrer tes énergies et de laisser ton intuition guider tes mains.

Ton défi d'alchimiste : Choisis trois couleurs qui représentent ta vision de cet été et laisse-les infuser ce dessin.



« L'ordre est le plaisir de la raison, mais le désordre est le délice de l'imagination. »





le filtre Alchimique

ÉTAPE 2 – LE TRI de la distillation créative



« Savoir choisir, c'est savoir renoncer au superflu pour ne garder que l'essentiel. »





Le coffre des Possibles



Le trésor caché

Ton coffre déborde de perles précieuses. Choisis celles que tu souhaites emporter dans ton voyage estival et inscris-les dans les perles du coffre. Dans les perles à l'extérieur, note celles qui attendront leur moment pour briller.





La Transmutation



Choisis le moment de chaque projet

Écris tes idées des perles du coffre de la page précédente. Imagine qu'elles sont des ingrédients magiques.

Ton défi : Dessine une flèche pour envoyer chaque idée dans la bonne fiole :

La Fiole rouge: Les actions concrètes qui te font vibrer immédiatement.

La Fiole mauve : Les rêves précieux à protéger et à peaufiner plus tard.



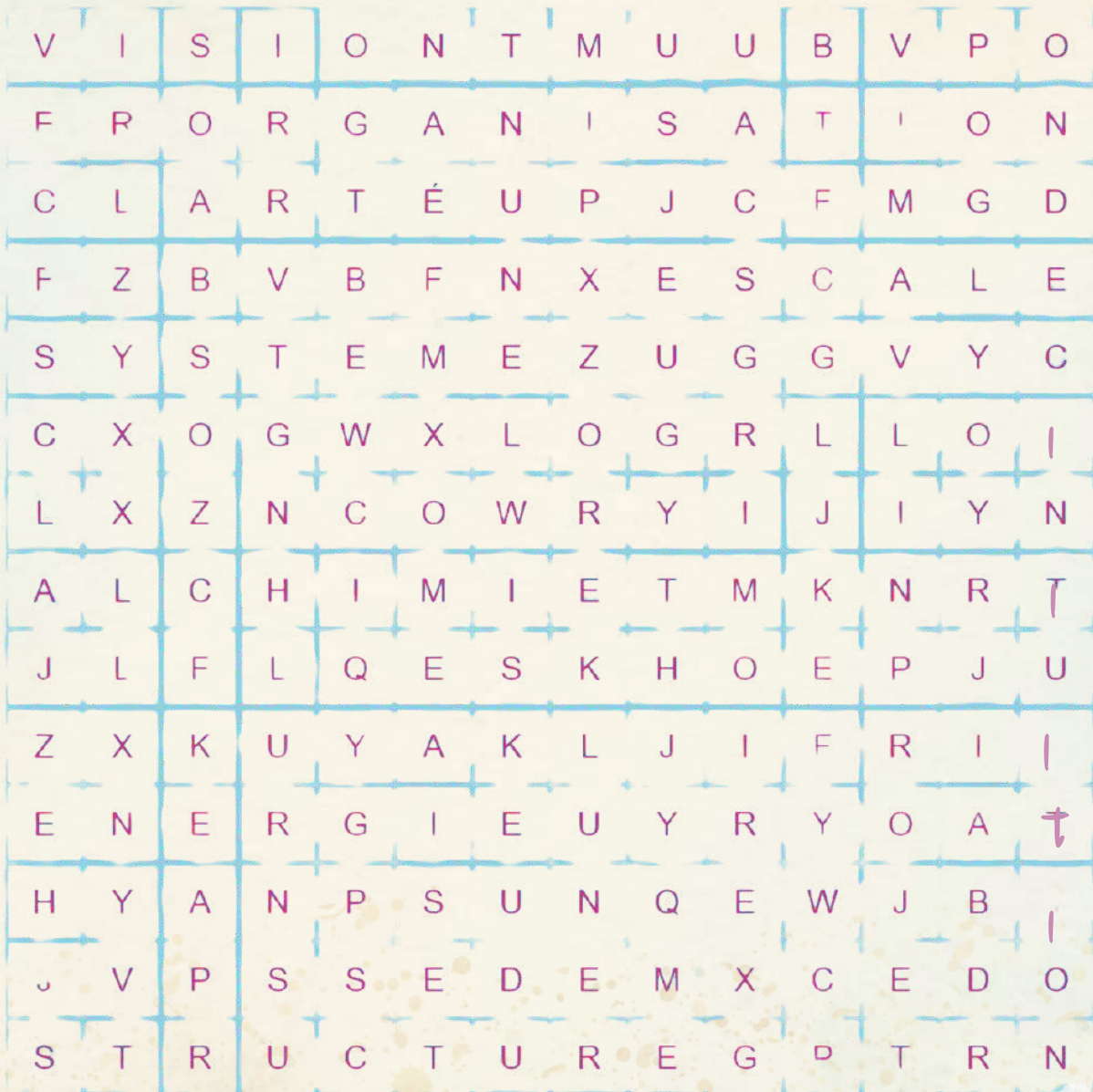


Le grimoire des Mots Cachés

Les ingrédients du voyage



Le grimoire a mélangé ses ingrédients magiques ! Retrouve tous les mots cachés pour compléter ton voyage alchimique.



Alchimie Lin Projet Grimoire Clarté Vision Organisation
Energie Or Système Structure Escale Intuition Lune



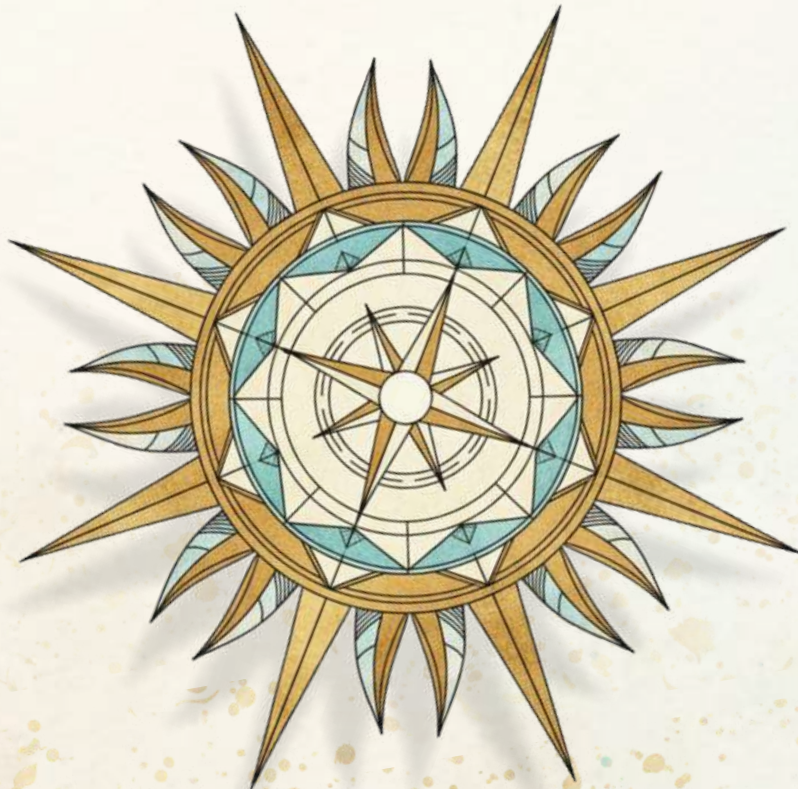


Ta Palette d'Énergie

ÉTAPE 3 - L'IDENTITÉ

Aligner ton image à ton intuition

« Les couleurs sont les expressions de l'âme qui cherche à se faire entendre sans dire un mot. »



Le Miroir de l'intuition

Aligner ton image à ton essence



Choisis la réponse qui te ressemble le plus, sans trop réfléchir.

Ton intuition connaît déjà la réponse.

 Majorité de A : L'Organique

 Majorité de B : La Mystique

 Majorité de C : L'Épurée

1. Si ta marque était une matière, elle serait...

- A) Du lin brut et du bois clair.
- B) Du velours profond et du papier ancien.
- C) Du verre poli et du métal minimaliste.

2. Quelle ambiance t'inspire le plus pour créer ?

- A) Une forêt au lever du soleil, l'odeur de la terre.
- B) Un bureau tamisé avec des bougies et des grimoires.
- C) Un espace blanc, lumineux, avec une seule plante verte.



Le Miroir de l'intuition

Aligner ton image à ton essence



Choisis la réponse qui te ressemble le plus, sans trop réfléchir.

Ton intuition connaît déjà la réponse.

 Majorité de A : L'Organique

 Majorité de C : L'Épurée

 Majorité de B : La Mystique

3. Quand tu penses à ton client idéal, tu veux qu'il se sente...

- A) Ressourcé et en sécurité.
- B) Intrigué et transporté dans un autre monde.
- C) Calme et focalisé sur l'essentiel.

4. Quel élément de tes images préfères-tu ?

- A) Les textures naturelles (feuilles, bois, fleurs).
- B) Les symboles mystiques (lunes, étoiles, clés).
- C) Les lignes épurées et les espaces vides.

5. Ta palette de couleurs idéale contient surtout...

- A) Des tons terreux : sauge, ocre, terracotta.
- B) Des tons profonds : bleu nuit, or, prune.
- C) Des tons neutres : crème, gris galet, charbon.



Tes Inspirations Solaires

La carte de ton univers



À la lumière de ton résultat au Miroir de l'Intuition, rassemble ici les couleurs, images, symboles, textures et mots qui représentent l'évolution de ta marque cet été.

Laisse parler ton intuition. Il n'y a aucune bonne réponse.





La Structure Minimaliste

ÉTAPE 4 – L'ORGANISATION Alchimie des systèmes et du temps



« La structure n'est pas une cage, c'est le squelette qui permet à ta créativité de se tenir debout. »



Le Souffle du Temps Gagné

Choisir tes alliés invisibles



Parfois, l'alchimie consiste à laisser la technologie porter une partie du voyage. Associe chaque besoin à l'allié qui pourrait le soutenir.

*Ton défi : Relie chaque besoin à l'outil qui semble être sa solution magique.
Une fois les liens tracés, inscris dans les nuages les 2 alliés que tu souhaites inviter dans ton aventure de la rentrée..*

TES BESOINS	TES ALLIÉS
• Libérer mon agenda des prises de RDV	• Systeme.io (Tunnel & Courriels)
• Accueillir mes nouveaux abonnés	• Calendly (Gestion d'horaire)
• Envoyer mes factures sans y penser	• Trello / Asana (Gestion de projets)
• Centraliser mes idées et mes tâches	• Quickbooks / Wave (Facturation)

Aucun outil n'est obligatoire. Choisis seulement ceux qui simplifieraient réellement ton quotidien.

Mes 2 alliés





L'Œil de l'Expert



Retrouve les symboles de ta liberté

Parfois, la structure se cache dans les détails.

Sauras-tu repérer les 7 symboles dissimulés dans cette illustration ?
Chacun représente une clé précieuse pour avancer avec plus de fluidité,
de clarté et d'organisation.

- ☐ un sablier
- ☐ une lune
- ☐ une rose des vents
- ☐ une plume
- ☐ une fiole
- ☐ une clé
- ☐ un voilier





Le Code de l'Alchimiste

Un instant de focus pur



Rien de tel qu'un Sudoku pour entraîner ton esprit d'organisation et de concentration. Remplis cette grille pour réveiller ton énergie logique.

9	8			2	4	3		
							4	5
6	5		9		3			
	1							7
		8	6	7				
			3	8	9			2
	6		2			7		
	2					1		
5	7			3			2	





L'Apothéose

ÉTAPE 5 – LE PLAN D'ACTION Préparer l'envol de la rentrée



« L'alchimie est achevée lorsque l'esprit est en paix et que la route est tracée. »





La Carte du Retour



Priorités du 1er Septembre

Ton escale touche à sa fin. Avant de reprendre le large, identifie les trois actions qui auront le plus d'impact dès ton retour. Grâce aux prises de conscience de ce voyage, avance avec plus de clarté, de fluidité et de confiance.



Perle d'or



Perle de cristal



Perle de lumière





Le Secret de l'Alchimiste

Déchiffre ton mantra de réussite



Les anciens alchimistes cachaient parfois leurs enseignements dans des symboles mystérieux. À l'aide de la légende ci-dessous, décode le message secret qui accompagnera ton retour à la rentrée.



Le message codé:



Mon mantra pour la rentrée :

Three sets of wavy blue lines for writing the mantra.





Le Grimoire des Réponses

pages solutions

« Ton escale s'achève, mais l'aventure ne fait que commencer. »





Pause Détente



Les mots des sages voyageuses

Chaque créateur laisse derrière lui quelques éclats de lumière.
Saurez-vous retrouver qui se cache derrière ces paroles inspirantes ?

Ta mission : Relie chaque citation à son auteure.

Anaïs Nin



« L'esprit cherche et c'est le coeur qui trouve. »

Colette



« J'accepte la grande aventure d'être moi. »

George Sand



« Nous nous réjouissons de la beauté du papillon, mais admettons rarement les changements qu'il a traversés pour atteindre cette beauté. »

Louise Hay



« Chaque pensée que nous choisissons de croire crée notre avenir. »

Maya Angelou



« Il faut avec les mots de tout le monde écrire comme personne »

Simone de Beauvoir



« Et le jour vint où le risque de rester à l'étroit dans un bourgeon fut plus douloureux que le risque d'éclore. »



Le grimoire des Mots Cachés



Les ingrédients du voyage



Le grimoire a mélangé ses ingrédients magiques ! Retrouve tous les mots cachés pour compléter ton voyage alchimique.



Alchimie Lin Projet Grimoire Clarté Vision Organisation
Energie Or Système Structure Escale Intuition Lune



Le Miroir de l'intuition

Le Révélateur d'Essence

Découvre l'énergie naturelle de ta marque



Majorité de A : L'Organique

Tu crées à partir du vivant, de l'authentique et du sensible.

Ton univers évoque la nature, les matières brutes, la simplicité et l'harmonie. Tu cherches avant tout à créer un espace rassurant où les gens peuvent ralentir, respirer et se reconnecter à eux-mêmes.

Mots-clés :

Authentique • Naturel • Douceur • Ancrage • Harmonie

Éléments visuels qui te ressemblent :

Feuilles • Bois • Fleurs • Textures naturelles • Aquarelles

Ton rappel d'Alchimiste :

Ta force ne réside pas dans le spectaculaire, mais dans ta capacité à créer du vrai.



Majorité de B : La Mystique

Tu crées à partir de l'intuition, du symbole et de l'imaginaire.

Ton univers invite au voyage intérieur. Tu aimes les histoires, les archétypes, les rituels et les images qui éveillent l'âme. Tu transformes l'ordinaire en expérience.

Mots-clés :

Magie • Intuition • Transformation • Mystère • Symbolisme

Éléments visuels qui te ressemblent :

Lunes • Étoiles • Clés • Grimoires • Constellations

Ton rappel d'Alchimiste :

Ton imagination est une boussole. Fais-lui confiance.



Majorité de C : L'Épurée

Tu crées à partir de la clarté et de l'essentiel.

Tu apprécies les espaces respirants, les messages limpides et les visuels équilibrés. Pour toi, chaque élément doit avoir une raison d'être.

Mots-clés :

Clarté • Simplicité • Élégance • Structure • Cohérence

Éléments visuels qui te ressemblent :

Espaces blancs • Lignes fines • Formes géométriques • Minimalisme

Ton rappel d'Alchimiste :

La simplicité n'est pas un manque. C'est une force.

© Nathalie Vanexe – Alchimiste de projets





L'Œil de l'Expert

Retrouve les symboles de ta liberté



Parfois, la structure se cache dans les détails.

Sauras-tu repérer ces 7 objets dissimulés dans l'illustration ?

Chacun représente une qualité précieuse pour avancer avec plus de fluidité et de clarté.

À trouver : 1 Sablier, 1 Plume, 1 Clé, 1 Lune, 1 Fiole, 1 voilier. 1 rose des vents.





Le Code de l'Alchimiste

Un instant de focus pur



Rien de tel qu'un Sudoku ou un Logimage pour muscler ton côté structuré ! Remplis cette grille pour débloquer ton énergie logique.

9	8	7	5	2	4	3	6	1
1	3	2	8	6	7	9	4	5
6	5	4	9	1	3	2	7	8
3	1	6	4	5	2	8	9	7
2	9	8	6	7	1	5	3	4
7	4	5	3	8	9	6	1	2
4	6	1	2	9	5	7	8	3
8	2	3	7	4	6	1	5	9
5	7	9	1	3	8	4	2	6



L'Alchimie ne s'arrête jamais...



Ta Prochaine Escale

Ton voyage vers une structure d'or commence ici.

Tu as terminé ton Escale Estivale.

Tes priorités sont plus claires.

Tes idées sont mieux alignées.

Tes premiers alliés sont identifiés.

Maintenant, comment garder ce cap lorsque la rentrée reprendra son rythme ?

C'est là que commence la prochaine étape de ton voyage.

Merci d'avoir partagé cette escale avec moi. J'espère que cette escale t'aura offert un peu plus de clarté, de douceur et d'élan pour la suite de ton aventure.

Prête à transformer tes idées en réalité ?

Découvre les ressources qui t'accompagneront pour la suite du voyage



Journal guidé



Accompagnement



Services



« Chaque grande transformation commence par un petit pas conscient. »