

— MA MÉTHODE —

# Flow Aligné™

*Passe ton business au niveau supérieur  
en alignant ton mental et ton énergie.*



---

## **Ma Méthode Flow Aligné : Est-ce que cet accompagnement est fait pour toi ?**

---

Un accompagnement premium pour aligner  
ton mental, ton énergie et ton business.

Hélène Péronne

# Avant de commencer

Ce guide est là pour t'aider à répondre, avec honnêteté et lucidité, à une seule question :

**Est-ce que Ma Méthode Flow Aligné va me permettre d'améliorer ma situation actuelle ?**

Ma Méthode Flow Aligné est un accompagnement court, intensif et structurant.

Il s'adresse à des personnes qui ont déjà une activité, un projet, ou une entreprise, mais qui sentent que le prochain palier à franchir n'est pas uniquement stratégique.

Lis les situations suivantes tranquillement.

Si tu te reconnais dans au moins une, alors Ma Méthode Flow Aligné est fait pour toi.

# *Situation 1 : Tu avances, mais sans vraie clarté*

Tu travailles beaucoup.

Ton activité fonctionne, mais tu as l'impression de :

- faire un peu de tout,
- manquer de direction claire,
- dire oui à des choses qui ne te nourrissent plus vraiment.

Tu avances, mais sans cap précis.

Ma Méthode Flow Aligné t'aide à :

- clarifier ta vision,
- redéfinir tes priorités,
- poser des décisions nettes et alignées.

## Situation 2 : Ton mental te freine plus que ta stratégie

Tu sais quoi faire... mais tu hésites. Ou tu passes à l'action, puis tu doutes.

Tu te reconnais si :

- tu remets souvent tes décisions en question,
- tu as peur de te tromper,
- tu te censure avant même d'essayer.

Ma Méthode Flow Aligné t'aide à :

- identifier tes croyances limitantes,
- comprendre tes mécanismes de sabotage,
- renforcer ta posture intérieure.

# Situation 3 : L'argent est un sujet inconfortable

Tu n'es pas totalement à l'aise avec :

- tes tarifs,
- le fait de demander ou de recevoir,
- le fait d'assumer ton ambition financière.

Tu alternes entre sous-évaluer ton travail et culpabiliser de vouloir plus.

Ma Méthode Flow Aligné t'aide à :

- revisiter ta relation à l'argent,
- comprendre ta money story,
- aligner ta valeur personnelle et ta valeur financière.

# Situation 4 : Tu sens que tu arrives à un tournant

Tu n'es plus au début.

Mais tu n'es pas encore là où tu veux être.

Tu ressens :

- un flottement,
- une perte d'élan,
- l'intuition que l'ancien modèle ne te convient plus.

Ma Méthode Flow Aligné t'aide à :

- faire un vrai point de bascule,
- clarifier ce que tu veux laisser derrière toi,
- construire la suite avec plus de cohérence.

# *Situation 5 : Tu veux un plan d'actions, mais pas n'importe lequel*

Tu ne veux pas :

- une to-do list de plus,
- des conseils génériques,
- une stratégie déconnectée de qui tu es.

Tu veux :

- un plan clair,
- des priorités réalistes,
- une direction qui fait sens pour toi.

Ma Méthode Flow Aligné t'aide à :

- transformer la clarté en actions concrètes,
- structurer les 30, 60 et 90 prochains jours,
- avancer avec plus de sérénité.

# *Ce n'est pas pour toi si. . .*

Ma Méthode Flow Aligné n'est probablement pas fait pour toi si :

- tu cherches une solution rapide sans implication personnelle,
- tu veux qu'on décide à ta place,
- tu n'es pas prête à regarder tes fonctionnements internes,
- tu préfères accumuler des formations plutôt que passer à l'action.

Ce cadre est volontairement clair. Il permet à chacun·e de se positionner avec justesse.

# *Et si tu hésites encore...*

Si tu te demandes :

- « Est-ce le bon moment ? »
- « Est-ce que je suis assez avancée ? »
- « Est-ce que je ne me trompe pas ? »

Sache ceci :

Ma Méthode Flow Aligné ne s'adresse pas à un niveau précis, mais à un moment intérieur.

**Le bon moment n'est pas quand tout est clair.**

**C'est quand tu es prêt(e) à arrêter d'avancer en pilote automatique.**

Si ce guide t'a fait réfléchir, questionner, respirer différemment, alors tu es exactement au bon endroit.

---

Ma Méthode Flow Aligné commence toujours par une décision intérieure.

Tu es inscrite sur la liste d'attente. Prends ce temps pour sentir si c'est juste pour toi.