



LILI'PNOSE

www.adl-hypnocoach.fr

Siret : 90811255000029

Parcours d'accompagnement « Aminc'Hypnose »

AVERTISSEMENTS

Ce parcours d'accompagnement et ses supports sont destinés uniquement à un usage personnel.

Ils ne peuvent être ni distribués, ni partagés, ni revendus, ni copiés, ni utilisés en formation, séminaires même en partie.



Programme du parcours d'accompagnement

« Aminc'Hypnose »

Chapitre 1 : Présentation

Présentation d'Aurélie et du parcours d'accompagnement

Chapitre 2 : Le mindset, notre plus grand allié

Faire de tes pensées, des alliés pour atteindre tes objectifs.

Vidéo d'explication et astuces pratiques

Chapitre 3 : Te libérer de Ton passé

Enfant intérieure, te libérer d'émotions enfouies en lien avec la prise de poids, transformer des croyances limitantes qui empêchent l'amincissement.

Vidéo d'explication, séance d'hypnose audio

Chapitre 4 : Te libérer des schémas transmis par la famille

Rendre les choses qui ne t'appartiennent pas, qui t'ont été transmises par la généalogie et qui pourraient contribuer à ta prise de poids. Couper les liens toxiques. Te libérer.

Vidéo d'explication, séance d'hypnose audio

Chapitre 5 : Changer ton rapport avec la nourriture

Faire des réglages dans l'inconscient pour atteindre tes objectifs (poids, grignotages, excès...). Changer ton rapport avec la nourriture et modifier les émotions associées. Perte de poids émotionnel.

Vidéo d'explication et séance d'hypnose audio

Chapitre 6 : Croire en toi et effacer les échecs

Aller à la rencontre de tes ressources intérieures. Repartir sur de nouvelles bases en laissant les échecs derrière toi. Augmenter ta motivation et ta détermination pour atteindre tes objectifs.

Vidéo d'explication et séance d'hypnose audio



Chapitre 7 : Projection créatrice de réussite

Oser te lancer dans le renouveau. Visualisation de ton objectif atteint et ouverture du champ des possibles.

Vidéo d'explication et séance d'hypnose audio

Chapitre 8 : Remerciements, pour aller plus loin