

Je souffle sur ta Vie

Incarner - Formation sur douze mois

Un parcours de formation associant apports théoriques, pratique guidée et intégration personnelle. Un groupe fixe de 8 à 10 personnes, à Ciney. Démarrage à partir de 8 inscriptions confirmées. Aucun prérequis.

Le rythme et l'engagement

Douze journées, une par mois, de 9 h 30 à 16 h 30, y compris en juillet et août. Quatre départs en 2027 : janvier, avril, juillet et octobre. Tu choisis les douze dates de ton groupe avant l'inscription.

Ce que tu pourras mettre en pratique

Observer tes sensations et tes émotions ; reconnaître certaines croyances et répétitions ; expérimenter des outils pour toi ; construire des repères personnels et reprendre progressivement une pratique dans ton quotidien. Le parcours ne promet pas un résultat identique pour chaque personne.

Les douze axes

Le parcours suit douze axes : 1. Entrer dans le parcours et apprendre à écouter son cœur ; 2. Comprendre son corps énergétique et revenir à soi ; 3. Qui suis-je derrière les étiquettes et les schémas ? ; 4. Comprendre ses blessures et retrouver son équilibre ; 5. La famille et les héritages transgénérationnels ; 6. Explorer les mémoires, les vies antérieures et les vœux ; 7. Transformer son vécu : découvrir et pratiquer les outils ; 8. La relation à l'autre : miroir, non-jugement et équilibre ; 9. Les mots, l'intention et la patience ; 10. La spiritualité, l'intuition et l'expression de l'âme ; 11. Construire ses pratiques d'auto-soin ; 12. Choisir sa vie et avancer un pas après l'autre.

Comprendre, expérimenter, intégrer

Respiration consciente, ancrage, méditation, sophrologie, EFT, PNL, auto-hypnose, visualisation, écriture et exploration énergétique. Les explications, les exercices guidés et les retours d'expérience relient les outils à ton vécu.

Entre les journées

Des exercices à domicile prolongent les apprentissages. Un groupe WhatsApp dédié permet de garder le lien. La charte du groupe précise la confidentialité, les échanges et la place de l'accompagnement entre les rencontres.

L'équipe

Sarah Servaye accompagne le parcours et aborde la réflexologie : repérer les zones et les points de pression présentés en cours, et pratiquer des gestes simples pour soi dans une intention de détente et d'écoute du corps. Deux intervenantes complètent son enseignement : Angela en sophrologie et une intervenante yoga, avec des pratiques guidées à reprendre au quotidien.

Tarif et inclusions

1 908 EUR TVAC pour le parcours annuel. Un acompte de 477 EUR, inclus dans ce prix, confirme la réservation après réception vérifiée. Deux formules : acompte puis solde de 1 431 EUR au plus tard 48 heures avant le départ, ou quatre versements de 477 EUR comprenant l'acompte puis les mois 4, 7 et 10, chacun au plus tard 48 heures avant la première journée de sa période. Supports pédagogiques, déjeuner et boissons inclus. L'inscription porte sur l'année complète ; les conditions, les douze dates et les échéances sont présentées avant signature.

Le certificat

Un certificat de participation au parcours complet demande au moins 80 % de présence aux temps de formation, hors pauses. Il ne constitue ni un diplôme professionnel ni une autorisation d'exercer.

Pour découvrir le parcours

Calendriers et inscription : <https://jesoufflesurtavie.com/formation-incarner>

Contact : sarah@jesoufflesurtavie.com

Téléphone : +32 470 764 719

Je souffle sur ta Vie - GS Global Group SRL - TVA BE 1036.272.873.