



---

# C'EST À TON TOUR D'ÉCLORE

Découvre la palette d'outils que je te propose pour que tu puisses te sentir bien dans toutes les sphères de ta vie

---

*Elise Thierry - Accompagnatrice bien-être*

# Offre d'accompagnement " Légèreté "



*Elise Thierry*



## L'accompagnement LEGERETE

**Accompagnement sur mesure de 4 semaines**

**2 rendez-vous d'1h**

**Canal de discussion illimité**

Et si tu t'accordais un peu de **Légèreté**.

Légèreté c'est quoi ?

C'est un **accompagnement sur mesure** de 4 semaines que je vais **créer pour toi**, en fonction de tes **envies**, de tes **besoins** et des tes **attentes**.

Je serai à tes côtés, avec mes capacités d'**accompagnatrice bien-être**, d'énergéticienne, d'assistante sociale, de **gestionnaire**, de **maman**, d'**organisatrice**, planificatrice, et **bien plus encore**, à ta disposition pour faire ce pas de plus vers toi.

Ton corps, ton cœur ou ta tête te fait **souffrir**, te fatigue ? Nous les **apaiserons**.

Tu veux apprendre à mieux **te connaître** ? J'ai plein d'outils à ma disposition pour faire un **pas de plus vers toi** et je te donnerai des pistes à creuser seule par la suite si tu le souhaites.

Tu souhaites découvrir ou développer tes **capacités énergétiques** ? Parce que oui, nous en avons tous, je serai là pour t'accompagner, **te guider** et te montrer le début de ce beau chemin.

Tu désires être plus **sereine**, légère ? J'ai plein d'**idées simples** à te donner que tu pourras mettre en place dans ton **quotidien**.

Tu as plutôt envie d'**y voir plus clair dans ta vie**, dans ton **organisation** et/ou dans ton **budget** ? J'ai des **outils et des conseils** pour que tu saches où tu vas, comment tu y vas et pour que ça ne soit plus un poids pour toi.

Tu as d'**autres envies** ? **Partage-les-moi**, je te dirai si je suis la bonne personne pour faire ce pas de plus vers toi.

A la fin de cet accompagnement, tu y **verras beaucoup plus clair**, tu te sentiras **apaisée, armée** de plusieurs outils, de plus de **confiance en toi** et avec une **nouvelle vision** de ta situation.

## LES PETITS CADEAUX

- Ta guidance personnalisée chaque semaine

*Offres d'accompagnement*

**" Je prends soin de moi "**



*Elise Thierry*



## Les accompagnements JE PRENDS SOIN DE MOI

Si pour une fois tu te disais “JE PRENDS SOIN DE MOI”.

C'est le moment de **souffler** !

C'est parfois compliqué, de prendre le temps de **s'arrêter**, de s'accepter, de se remettre en question ou encore, de **se connaître soi-même**.

Je t'invite à **lâcher prise**, à apprendre à **mieux gérer ton quotidien**, ton temps mais aussi et surtout, à prendre en compte **ton bien-être et ton épanouissement** personnel.

C'est le moment de travailler non seulement sur ta **tête** mais aussi sur ton **corps** et ton **cœur**. Alors non, il n'y aura pas que des soins énergétiques au programme, c'est une **approche** bien plus **complète** et **personnalisée** que je te propose. Je serai **à tes côtés** pour t'épauler, tout au long de ce chemin.

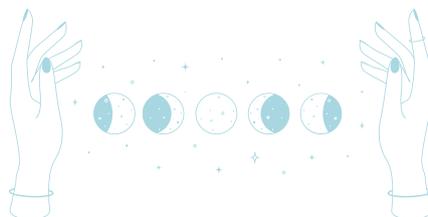
Plus **d'amour**, de **temps**, de **respect**, d'**écoute** et de **bienveillance** envers toi-même, dis-moi, est-ce que cela ne te ferait pas le plus grand bien ?

## COMMENT CELA SE PASSE ?

Si tu as envie de prendre soin de toi, je t'invite à **me contacter**, c'est plus **agréable** et plus **simple** pour déterminer ce dont **tu as besoin**.

Ensuite, et seulement si tu es partant(e), nous fixons le premier rendez-vous. Et parce que chacun(e) est différent(e), **pas de formule toute faite**, ton accompagnement sera construit en fonction de **tes envies et de tes besoins**, à **chaque séance**. C'est toi qui donnes le tempo de nos rencontres et je reste présente à tes côtés tout au long de notre chemin.

Beaucoup d'**écoute** et de **bienveillance** mais aussi des soins énergétiques, exercices de développement personnel, coaching, ... C'est dans cette **palette** que je piocherai les **outils** pour t'aider à **avancer**.





## TU SOUHAITES ETRE ACCOMPAGNE(E) UN PEU

### 6 séances d'1h

Tu as “juste” quelques nuages dans ton ciel bleu.

Soufflons sur cette (voir ces deux) “problématique(s) précise(s)” que tu souhaites débloquer dans ta vie.

### LES PETITS CADEAUX

- Ton carnet bien-être
- Session “Tu as un message”



## TU SOUHAITES ETRE ACCOMPAGNE(E) BEAUCOUP

### 9 séances d'1h

Il pleut, l'orage menace mais tu refuses de voir ton ciel s'obscurcir davantage. Ici, tu seras **aiguillé(e)** et **accompagné(e)** pour opérer plusieurs petits ou grands changements.

#### LES PETITS CADEAUX

- Ton carnet bien-être
- Session "Tu as un message"
- Une bougie, une huile essentielle ou un paquet de thé



## TU SOUHAITES ETRE ACCOMPAGNE(E) PASSIONNEMENT

### 12 séances d'1h

C'est **la grosse drache**, au secours !

Tu as l'impression d'avoir la **tête sous l'eau** et de ne plus savoir quoi faire pour t'en sortir. On va, petit à petit, faire place au **soleil** et faire le **grand nettoyage de printemps**. L'étape la plus difficile est d'accepter que tu as peut-être besoin d'un coup de main et il n'y a pas de problème avec ça ! **Je serai ton roc**, cette personne référente et **bienveillante** sur laquelle tu peux t'appuyer.

### LES PETITS CADEAUX

- Ton carnet bien-être
- Session "Tu as un message"
- Une bougie, une huile essentielle ou un paquet de thé
- Une pierre lithothérapeutique
- Devenir un membre VIP (offres en avant-première, rencontre exclusive, et autres surprises)

*Offres de soin*  
" Douceur "



*Elise Thierry*



## Le soin DOUCEUR

Un moment tout doux, comme sur un petit **nuage**, c'est ça le SOIN DOUCEUR.

**Déconnecte** et laisse derrière toi tout ce qui te pèse le temps d'une parenthèse **bien-être**. Installe-toi dans une bulle de tranquillité et de bienveillance. Une couverture, des bougies, une musique douce, ... tout sera mis en place pour que tu puisses te **détendre**.

Tu te sens fatigué(e), stressé(e), le quotidien te pèse ou ton corps te fait souffrir ? Tu as envie d'essayer une approche moins "conventionnelle" pour te sentir **mieux dans ta tête, dans ton cœur ou encore dans ton corps** ?

Alors ce soin est fait **pour toi** ! Il peut aussi être l'occasion de mettre un pied dans le monde du **soin énergétique**, si tu ne le connais pas encore. Foncer à corps perdu dans l'inconnu, ça ne plait pas forcément à tout le monde.

C'est pourquoi je te propose de **démarrer** tranquillement, en **DOUCEUR**

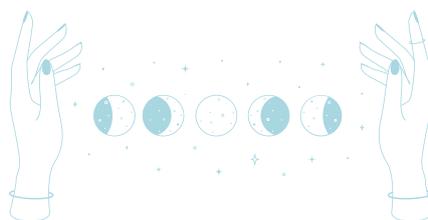
## COMMENT SE DEROULE LE SOIN ?

Nous prendrons d'abord un moment pour **échanger** sur ce qu'il se passe actuellement pour toi afin que je puisse **t'aider au mieux**.

Je te proposerai ensuite de t'installer **confortablement** sur ma table de massage. Il te suffira de fermer les yeux et de te **détendre**, je m'occupe du reste. Je positionnerai mes **mains, à quelques centimètres au dessus de toi** afin de ressentir les éventuels blocages que tu pourrais avoir. Je travaillerai de la tête jusqu'aux pieds ainsi qu'au niveau du dos pour que ton **bien-être** soit **total**.

Tu pourrais ressentir de la chaleur, des picotements et/ou différentes émotions. Au fur et à mesure du soin, je rééquilibrerai tes énergies et cela t'apportera **apaisement** et **détente**.

À la fin de chaque séance et si tu le souhaites, nous pourrons **partager** nos ressentis respectifs. C'est l'occasion d'échanger sur ce qu'il vient de se passer, de t'aider à **comprendre** les messages de ton corps, à mettre en lumière certaines choses ou encore de te donner quelques **conseils** ou exercices pour **prolonger les bienfaits du soin**.





## DE QUOI AS-TU BESOIN ? FORMULE - Je lève le pied

### 2 séances de 1h

La **première séance** permet à ton corps et à ta tête d'entrer en **contact** avec le monde énergétique. C'est un moment pour déceler les gros nœuds qui t'habitent, pour en comprendre l'origine et pour les soulager.

La **deuxième séance** permet de travailler plus en **profondeur** car tes barrières mentales ont été levées lors du premier soin. Cette séance sera donc différente au niveau de tes ressentis. Quelques jours plus tard, tu verras une **évolution** s'installer.

Il me tient à cœur de **t'accompagner** dans ce changement, c'est pourquoi, je te contacterai **après chaque séance**.

Tu peux t'arrêter là si tu le souhaites ou aller encore plus loin avec deux séances supplémentaires ("j'agis en douceur").



## DE QUOI AS-TU BESOIN ? FORMULE - J'agis en douceur

### 4 séances d'1h

Après avoir “levé le pied”, si tu le souhaites, tu peux continuer sur ta lancée ou directement **'agir en douceur'**.

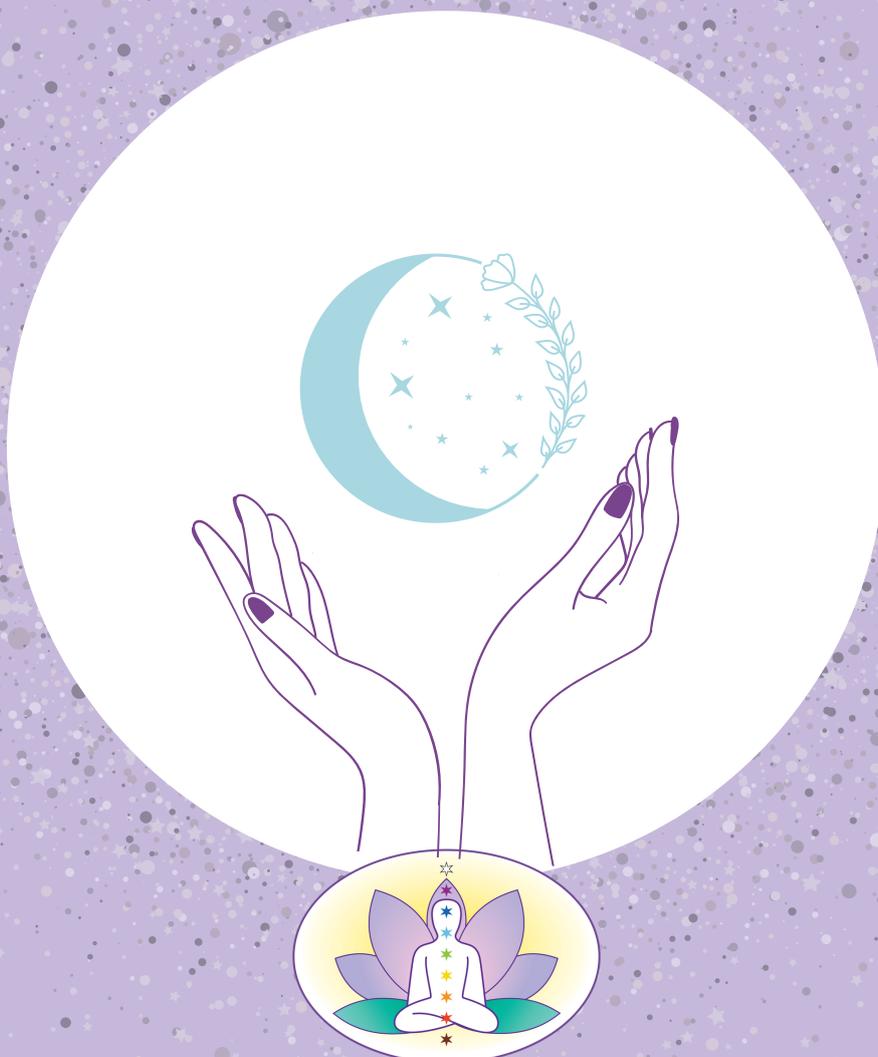
La **troisième séance** permet d'aller vraiment au bout des choses. On creuse plus profondément afin de **supprimer les blocages ancrés** depuis longtemps. Attention, cette séance risque d'être la plus renversante !

**La quatrième séance** sera la plus agréable. Elle permet d'**aplanir les choses** pour que ton bien-être perdure sur le **long terme**.

Il me tient à cœur de **t'accompagner dans ce changement**, c'est pourquoi, je te contacterai après chaque séance.

*Offres de soin*

**" Je veux que ça bouge "**



*Elise Thierry*



## Le soin JE VEUX QUE ÇA BOUGE

### 1 séance de 2h

C'est l'heure du **décrassage énergétique** !

Et si on s'attaquait au **nœud du problème** ?

Que tu sois parvenu(e) à l'identifier ou que tu souhaites que nous le découvriions ensemble, il est temps de **faire évoluer les choses** et **d'arrêter de fermer les yeux** sur ce qui te pose problème.

Alors, si tu es prêt(e) à passer la seconde et à **faire un bond en avant**, je te propose mon soin "**Je veux que ça bouge**".

Plus complet que le soin "douceur", "Je veux que ça bouge" analyse trois plans ; passé, présent et futur, dans le but de t'apporter un **message global qui te guidera dans ton évolution**.

Nous travaillerons donc ;

- Sur ton **passé** : pour enlever les éléments négatifs dont tu n'as **plus besoin** (croyances limitantes, schémas familiaux bloquants, etc.).
- Sur ton **présent** : pour t'apporter de **nouvelles réponses** sur les messages que ton corps souhaite te transmettre afin d'être plus en accord avec toi-même, mais aussi, pour trouver (ou confirmer) la cause de tes différents maux, qu'ils soient physiques ou non.
- Sur ton **futur** : pour te donner un **supplément d'énergie** en te débarrassant de tes blocages émotionnels et psychologiques ainsi que pour t'apporter de **nouvelles pistes** qui t'aideront à avancer sur ton chemin de vie.

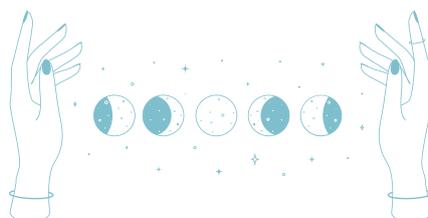
## COMMENT SE DEROULE LE SOIN ?

Nous prendrons d'abord un moment pour **échanger** sur ce qu'il se passe actuellement pour toi afin que je puisse **t'aider au mieux**.

Je te proposerai ensuite de t'installer **confortablement** sur ma table de massage. Il te suffira de fermer les yeux et de te **détendre**, je m'occupe du reste. Je positionnerai mes **mains**, à quelques centimètres au dessus de toi afin de ressentir les éventuels blocages que tu pourrais avoir. Je travaillerai de la **tête jusqu'aux pieds ainsi qu'au niveau de tes enveloppes énergétiques** pour que **bien-être** soit **total**.

Tu pourrais ressentir de la chaleur, des picotements et/ou différentes émotions et sensations. Au fur et à mesure du soin, je rééquilibrerai tes énergies et cela t'apportera **apaisement et détente**.

À la fin de chaque séance et si tu le souhaites, nous pourrons **partager** nos ressentis respectifs. C'est l'occasion d'échanger sur ce qu'il vient de se passer, de t'aider à **comprendre** les messages de ton corps, à mettre en lumière certaines choses ou encore de te donner quelques **conseils** ou exercices pour prolonger les bienfaits du soin.



*Offres de soin*  
**Ma petite rivière**



*Elise Thierry*



## Le soin MA PETITE RIVIERE

### 1 séance de 45 minutes à 1h

Imagine qu'à **l'intérieur** de chacun d'entre nous, il y a une **rivière**.

Chaque frustration, déception et autres émotions négatives peut se transformer petit à petit en une  **pierre**  qui **empêche** cette **eau de ruisseler librement**.

Chez **l'enfant**, cela peut s'exprimer sous forme de :

- 🔴 colères
- 🛏 réveils nocturnes fréquents
- 😞 mal-être dont il ne peut exprimer la source
- 🤢 maux de ventre
- 🔴 disputes fréquentes
- 🐾 changement de comportement
- Etc.

« Ma petite rivière » est un soin dédié aux plus jeunes.

Avec un peu de **magie**, j'apporterai à ton enfant **calme, apaisement** et **bien-être** en retirant les petits cailloux présents dans sa rivière.

Grâce à sa spontanéité et à son insouciance, sa séance sera **unique** et c'est ce qui m'émerveille inlassablement.

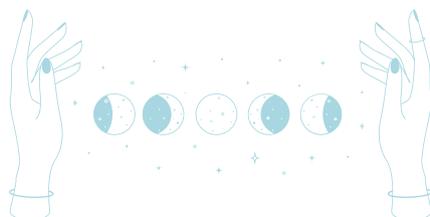
## COMMENT SE DEROULE LE SOIN ?

Nous prendrons d'abord un moment pour **échanger tous ensemble** sur ce qu'il se passe actuellement afin que je puisse **aider au mieux ton enfant**.

Je lui proposerai ensuite, s'il le souhaite, de s'installer confortablement sur ma table de massage. Je positionnerai mes **mains, à quelques centimètres au dessus de lui** afin de ressentir les éventuelles "pierres" qu'il pourrait avoir. Je travaillerai de la tête jusqu'aux pieds ainsi qu'au niveau du dos pour que son **bien-être** soit **complet**.

Il pourrait ressentir de la chaleur, des picotements et/ou différentes émotions. Au fur et à mesure du soin, je rééquilibrerai ses énergies et cela lui apportera **apaisement** et **détente**.

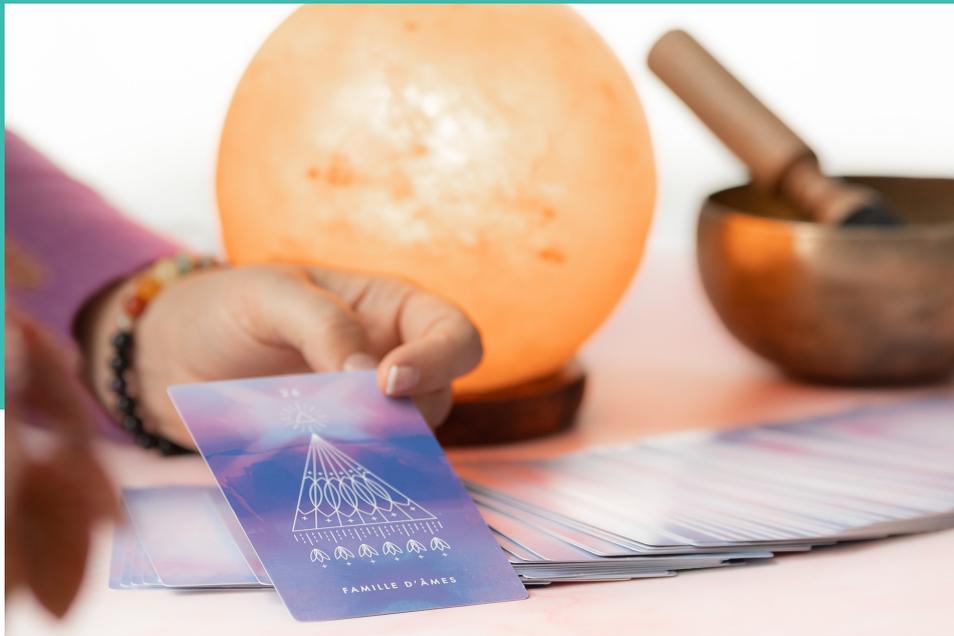
À la fin de chaque séance et si l'un de vous le souhaite, nous pourrons **partager** nos ressentis respectifs ou encore vous donner quelques **trucs et astuces**.



*Offres spéciales*  
**Tu as un message**



*Elise Thierry*



## Tirage de cartes TU AS UN MESSAGE

### 1 séance de 30 minutes

Je me **(re)découvre** grâce aux énergies.

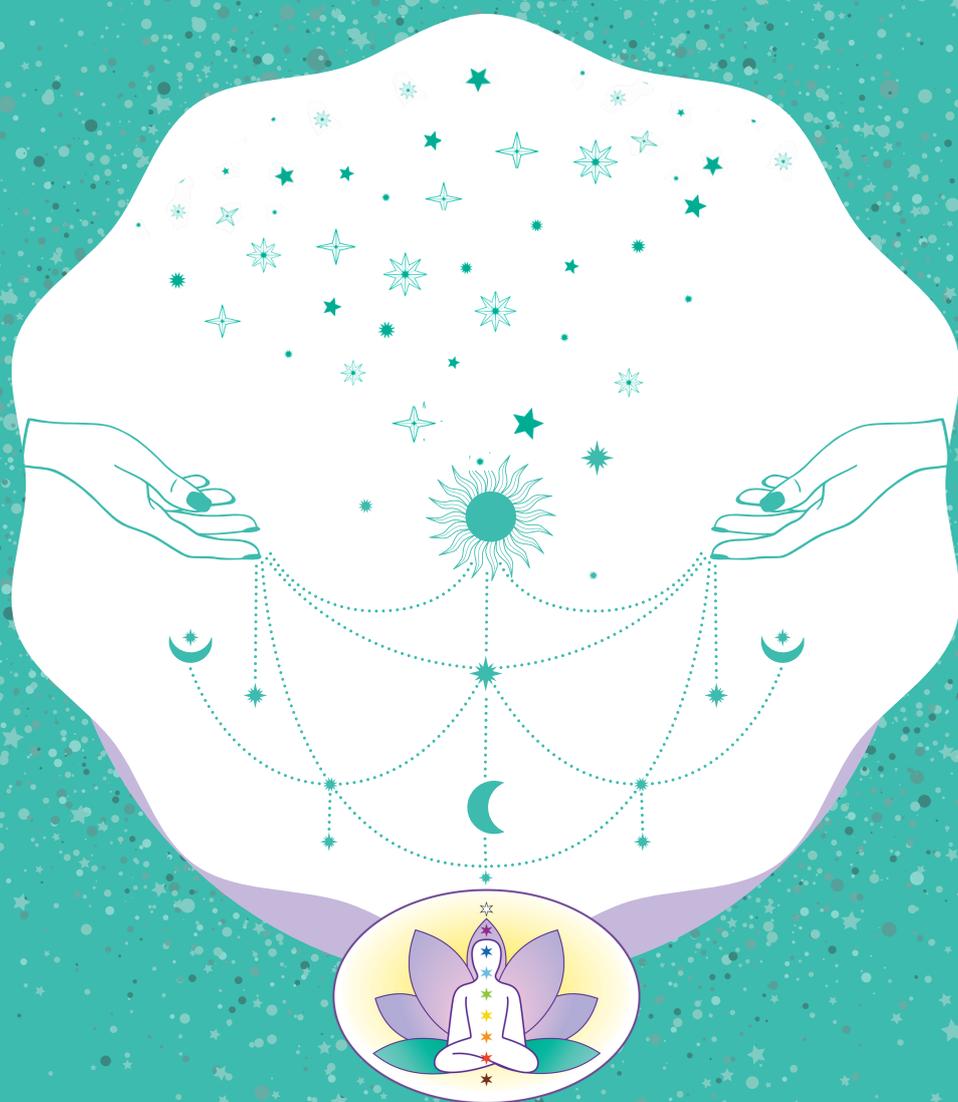
Si tu as envie d'en **découvrir plus sur toi**, d'apprendre à **décoder** les **messages** que **ton corps** tente de te faire passer, si tu t'intéresses à la spiritualité ou que tu as simplement envie de satisfaire ta **curiosité**, je te propose une séance d'une demi-heure (en visioconférence ou au cabinet) où nous travaillerons ensemble pour t'aider à faire **un pas de plus vers toi**.

Tu pourras me poser toutes tes **questions**, ainsi nous pourrons échanger sur les sujets importants pour toi. Grâce aux cartes, je t'apporterai des **pistes de réflexion** et un **éclairage nouveau**.

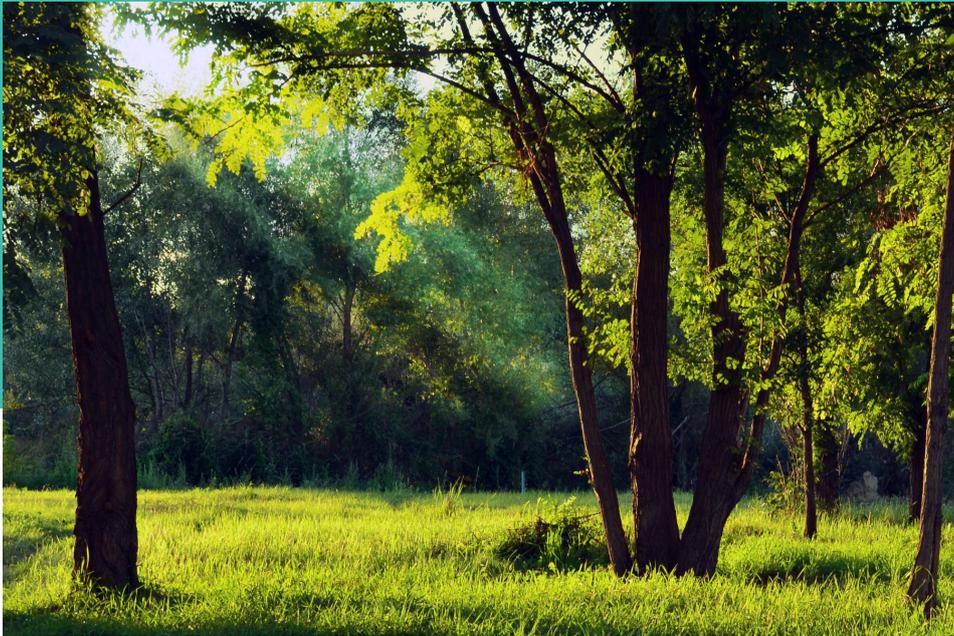
Les oracles peuvent t'aider à n'importe quel moment de ta vie, à prendre du recul et à trouver des réponses à tes questions, il suffit de te laisser porter.

Et si tu n'es pas sensible à ce côté spirituel, tu peux simplement t'en servir comme un **outil d'échange avec toi-même**.

*Offres spéciales*  
**Je veux me  
(dé)connecter**



*Elise Thierry*



## JE VEUX ME (DÉ)CONNECTER

### 1 séance de 3h

Accorde-toi un **moment rien que pour toi**, crée ta **parenthèse bien-être**, pour refaire le plein de **bonnes énergies, souffler, t'écouter** et **te découvrir autrement**.

Arrête-toi. Arrête de courir, de te mettre la pression, de penser à un million de choses à la fois. Arrête-toi, avec moi.

Pendant 3h, je te propose de **te déconnecter pour mieux te reconnecter**. **Peu importe ce dont tu as envie, peu importe ce dont tu as besoin** ; une balade en forêt, un soin énergétique, des apprentissages, un tirage de cartes, des exercices d'introspection, des astuces bien-être facile à mettre en place, etc.

Je te laisse composer comme tu le souhaites, ce **moment unique** que nous allons passer ensemble.

### PETIT CADEAU BONUS

Afin de t'aider à avancer sur ton chemin, tu pourras choisir une pierre lithothérapeutique.



**Prêt(e) à sauter le pas ?**

**Prends ton rendez-vous en ligne**



<https://tidycal.com/elisethierry>

**Ou contacte moi**



+32 475 38 83 02



info@elisethierry.com



www.elisethierry.com



13, Rue d'Arlon BE-6747 Saint-Léger