



*Bernie Laroche*

Coaching de vie - Coaching Professionnel

# Retraite Chrysalide

Un accompagnement ultra personnalisé pour une reconnection à soi dans une période de transition de vie ou de perte de sens



# Qui sommes nous ?

Bernie, coach de Vie Intuitive et Consultante Diamant de Naissance

avec une capacité à voir les talents chez l'autre et son côté chirurgical pour toucher le bon sujet, le point limitant...

Karine, coach spécialisée en écoute active et communication non violente

avec une capacité d'écoute, un naturel et son hypersensibilité pour se connecter à son enfant intérieur





# A qui s'adresse ce programme ?

- Vous vous sentez bloqué dans votre développement
- Vous souhaitez savoir où "aller", vers quoi avancer
- Vous souhaitez mieux comprendre vos interactions avec votre environnement
- Vous souhaitez mieux vous connaître, donner du sens à votre vie et avancer en confiance

Vous souhaitez vous faire accompagner, identifier vos blocages et les libérer ?







# Notre proposition

Venez explorer toutes vos facettes  
pour révéler vos potentiels !

Une Formule exclusive et spécifique :

Grâce à cet accompagnement ULTRA PERSONNALISE, le programme a pour objectif de créer un déclic, d'avoir une vision plus claire de là où vous voulez aller et d'amorcer quelque chose que vous allez ensuite cultiver. Il comporte beaucoup d'exercices pratiques avec des outils qui font appel au cerveau droit donnant accès au cœur et à la créativité



# Programme

Un processus engagé sur 5 journées :

Jour 1&2 : Je me connais mieux

Jour 3&4 : Je me libère

Jour 5 : Je passe à l'action

Du sur-mesure :

- 4 Séances d'accompagnement individuel
- 5 séances de coaching de groupe
- 1 séance Diamant de Naissance
- 1 Atelier intuitif
- Exercices et Temps d'introspection
- Outils de connaissance de soi
- Eveil Corporel / Respiration
- Préparations Neuro Emotionnelles





# Journée-type

Ce séminaire de développement personnel de 5,5 jours a pour objectif de se connecter à son chemin d'âme en s'offrant un temps de reliance à Soi. Le nombre de participants limités à 3 personnes fait de cette semaine un moment privilégié où Bernie offre avec Karine des temps personnalisés de réflexion sur soi.

9h30 – 10h30	Bilan de la veille
10h30 – 11h	Préparation Neuro Emotionnelle
11h – 13h	Coaching ou Exercice ou Massage
13h – 15h	Repas et temps pour Soi
15h – 19h	Coaching / Exercice d'introspection
20h	Repas





# Modalités

Programme 5 jours 6 nuits

Hébergement : Sur place, en chambre individuelle

Salle de bain partagée pour les 3 personnes.

Repas : des menus légers, des saveurs simples, que nous concocterons ensemble avec tout notre cœur et notre amour.

1480 € All inclusive

Dates

Accueil : Samedi 16h

Départ : Vendredi 13h







# Le lieu

**Drôme (26) dans le sud de la France**

En avion

Aéroport le plus proche : Nîmes

En train

Gares les plus proches : Montélimar ou Pierrelatte

En voiture

Sortie Autoroute : A7 n°18 Nyons/Pierrelatte

E-MAIL

[bernie.sweetharmony@gmail.com](mailto:bernie.sweetharmony@gmail.com)

TÉLÉPHONE

Bernie +33 687 84 07 17

WEB

<https://www.bernielaroche.fr/programme-chrysalide>

