



# PSYCHO-ENERGETIQUE

## ATELIER SUR 7 JOURS A PORTO: DEVELOPPER SA CONSCIENCE ENERGETIQUE



*"Tout est énergie, et c'est là tout ce qu'il y a à comprendre dans la vie. Aligne-toi à la fréquence de la réalité que tu souhaites et cette réalité se manifestera. Il ne peut en être autrement. Ce n'est pas de la philosophie. C'est de la physique".*

**Albert Einstein**

Anne Sequeira – Thérapeute émotionnelle & comportementale



## ATELIER INTENSIF : DEVELOPPER SA CONSCIENCE ENERGETIQUE



Durée totale de l'atelier : 60h



Cours & pratique avec support.



Prérequis : Aucun



Tarif : 800 euros pour l'atelier de 7 jours (avec hébergement en suite partagée, 6 petit-déjeuners, gouters & diner)



Groupe : 8 personnes max (3 pers. min sinon atelier annulé)



Où : Arvore (près de Porto), Portugal



Date : à définir

“

### A propos de l'atelier intensif en bref

Développer sa conscience énergétique permet de mieux percevoir, ressentir et comprendre le système énergétique en soi, autrui et environnement.

Nous disposons chacun de sens et donc d'aptitudes extra-sensorielles permettant de capter certaines informations et d'interagir avec notre environnement. L'atelier permettra de devenir autonome par rapport à la captation et utilisation de l'énergie.

Anne Sequeira – Thérapeute émotionnelle & comportementale



## PROGRAMME des 7 JOURS

### 1<sup>er</sup> jour :

- *Arrivée et installation chambre*
- *Diner et préparation à l'atelier (discussion programme, attentes de chacun)*

### 2<sup>ème</sup> jour :

- *La conscience énergétique & intention*
- *Préparation à l'énergétique*
- *Apprendre à ressentir les énergies*
- *Repérer son champ vital*
- *Développer le test énergétique*
- *Gérer les résistances*
- *Recentrage des corps énergétiques*
- *Pratiques & méditation*

### 3<sup>ème</sup> jour :

- *Déverrouiller les facultés énergétiques*
- *Déterminer la polarité et la rétablir si nécessaire*
- *Identifier et apprendre à savoir quoi faire des mauvaises énergies – différentes techniques*
- *Vidange des énergies usées*
- *Apprendre à se protéger*
- *Apprendre à éléver son niveau vibratoire*



## PROGRAMME des 7 JOURS

### 4<sup>ème</sup> jour :

- *Recharge énergétique*
- *Les informations*
- *Repos/visite Porto*
- *Aura : connaissances & pratiques*

### 5<sup>ème</sup> jour :

- *Clair ressenti par les mains*
- *Energie vitale et les axes (à repérer et à rétablir)*
- *Déplacement éthérique*
- *Mesurer une polarité et taux vibratoire*
- *Alignement de l'information*
- *Positionnement objets*

### 6<sup>ème</sup> jour :

- *Soin du corps éthérique*
- *Charges négatives*
- *Relance de la circulation énergétique*
- *Relance prise terre*
- *Magnétisme*
- *Débriefing*

### 7<sup>ème</sup> jour

- *Quartier libre & Départ*



## PROGRAMME

### Connaissances :

- *L'énergie : information, fréquence et vibration*
- *Champ vital, polarité, recharges*
- *Intention*
- *Test énergétique*
- *Les résistances*

### Savoir-être

- *Préparation à l'énergétique en vue d'un soin sur soi ou autrui*

### Savoir-faire

- *Ressentir les énergies en & autour de nous*
- *Repérer son champ vital et ses axes*
- *Technique pour se recentrer*
- *Mise en place d'un test énergétique*
- *Techniques pour nettoyer les mauvaises énergies et/ou énergies usées*
- *Rétablissement la polarité, la circulation NRJ*
- *Savoir se protéger*  
*Élever le niveau vibratoire*
- *Découverte d'outils internes : la respiration, les sens, le cœur*

**A noter :** Le programme peut varier selon la météo et l'énergie du groupe. Des activités supplémentaires peuvent être proposées et inclus dans le tarif.



“

### Un peu plus ...

Un atelier intensif qui permet d'acquérir des connaissances, un savoir-être et un savoir-faire dans la conscience énergétique.

A travers cet atelier, nous allons passer de la conscience du fonctionnement du cerveau, de sa manière de traiter et/ou de bloquer les informations. De la conscience du système nerveux pour recevoir et traiter des informations issues du monde extérieur afin de réagir, communiquer et entretenir la bonne santé et la sécurité du corps. La majeure partie de ces informations provient des organes sensoriels : les yeux, les oreilles, le nez, la langue et la peau.

Grâce au pont de la physique quantique, nous allons entrer dans le monde de l'extra-sensorialité et percevoir notre champ vital, la polarité et les énergies qui nous entourent. Dans cette ouverture à la conscience énergétique, on apprendra à se protéger pour éviter tout transfert d'énergie afin de d'éveiller au mieux nos facultés énergétiques.

En apprenant à jouer et ressentir toutes types d'énergies et de savoir gérer certaines négativités, nous verrons le clair-ressenti qui vous conviendra le mieux. A partir de là, il servira à obtenir de nombreuses informations sur nous-même, sur un lieu, sur un objet.

Ce sera également l'occasion de découvrir différentes techniques énergétiques qui sont à notre portée dont les principaux sont la respiration et le cœur !

Anne Sequeira – Thérapeute émotionnelle & comportementale



## Côté pratique

### Tarif de 800 euros par personne :

#### ➤ **Comprend :**

- *Le programme énergétique sur 5 jours ;*
- *Hébergement en suite partagée (avec possibilité de réserver une suite individuelle moyennant un supplément de + 100 euros pour la chambre rose ou + 150 euros pour la chambre ocre ou +200 euros pour la chambre bleue)*
- *6 petits déjeuners & gouters et dîners avec boissons incluses (dont vin portugais)*
- *Le prêt des serviettes toilettes, plage, tapis yoga et mise à disposition gel douche, champoing, dentifrice.*

#### ➤ **Ne comprend pas :**

- *L'assurance voyage*
- *Le billet d'avion*
- *Le transfert ( métro, uber, bolt, taxi ou bien supplément de 15 euros pour venir vous chercher si disponibilité)*
- *Les déjeuners (plusieurs petits restaurants familiaux se trouvent aux alentours de l'appartement avec possibilité de déjeuner entre 3 à 8 euros selon les plats)*
- *La visite à Porto*

### Savoir être

- ***Bienveillance, patience, tolérance et partages sont requis pour ce stage intensif.***
- ***Garder la suite et toutes les parties communes propres.***
- ***Participer aux repas dans la mise en place de la table ou pour la débarrasser.***



## Côté pratique

### Merci de signaler :

- Les éventuelles allergies, intolérances ou dégout de certains aliments.
- La composition de votre petit déjeuner quotidien.
- Un problème de santé physique, émotionnelle, mentale.

### Le lieu

- *L'appartement Vista Atlantico*  
*Appartement de 220m<sup>2</sup> avec balcon et 200m<sup>2</sup> terrasse qui se trouve à 80m de la plage et 10m de la réserve naturelle. Appartement lumineux avec une grande pièce principale d'environ 90m<sup>2</sup> et ses 4 suites permettant d'accueillir 4 couples ou 8 personnes (Possibilité de lits d'appoints si nécessaire). L'appartement est situé à 30m de la plage et de la réserve nature. Possibilité d'envoyer des photos.*
- *La ville d'Arvore (= Arbre en portugais), au nord du Portugal.*  
*Avec un vaste parc naturel, de grandes plages et la mer, l'endroit est idéal pour les ateliers alliant développement personnel, détente et tourisme à Porto et dans ses pittoresques alentours.*  
*Idéal également pour profiter à la fois des activités nautiques (dont le surf) et des randonnées. C'est un des points de départ pour le pèlerinage de saint Jacques de Compostelle. De nombreux golfs se trouvent également dans les alentours de Porto.*  
*Idéalement situés pour toutes les nombreuses visites de la région (environ 30 km de porto et 3km de Vila do Conde. Il existe un métro qui permet de rejoindre aéroport, porto, vila do conde, povoa do varzim ...)*