



La Boussole Intérieure

La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

contact@la-boussole-interieure.fr - 03.81.25.70.87

9 Avenue du Général Burnez 25800 VALDAHON

Programme de formation

Développer ses capacités énergétiques et ses liens à l'invisible

Informations générales

- **Durée totale** : 28 heures
- **Rythme** : 4 jours (2 modules de 2 jours, espacés de 6 à 8 semaines)
- **Horaires** : 9h00 – 12h30 / 13h30 – 17h00
- **Public** : particulier majeur
- **Tarif** : 490€
- **Modalité** : présentiel
- **Sanction** : attestation de fin de formation (non professionnalisante)

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Comprendre les principes fondamentaux de l'énergétique et de l'invisible.
- Développer ses perceptions subtiles de manière sécurisée.
- Mettre en œuvre des techniques d'ancrage et de protection énergétique.
- Utiliser un pendule pour valider une information énergétique simple.
- Réaliser un soin énergétique simple sur soi ou un proche.
- Explorer la médiumnité intuitive dans un cadre encadré et sécurisant.
- Ressentir, nettoyer et protéger énergétiquement un lieu de vie.
- Identifier les limites de la pratique personnelle (cadre non professionnel).

Compétences visées

- Appliquer des techniques d'ancrage et de protection énergétique.
- Identifier et ressentir les corps subtils et les plans vibratoires.
- Utiliser des outils de perception (ressenti corporel, pendule).
- Réaliser un soin énergétique simple et structuré.
- Entrer en contact avec ses perceptions intuitives et médiumniques.
- Effectuer un nettoyage énergétique simple d'un lieu.
- Analyser ses ressentis avec discernement et recul.

Public concerné

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant :

- développer ses ressentis énergétiques,
- mieux comprendre l'invisible,
- pratiquer pour elle-même ou ses proches,
- approfondir sa connaissance de soi.



La Boussole Intérieure

La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

contact@la-boussole-interieure.fr - 03.81.25.70.87

9 Avenue du Général Burnez 25800 VALDAHON

Prérequis

Aucun prérequis technique, en revanche la formation nécessite :

- une ouverture d'esprit,
- une stabilité émotionnelle suffisante,
- une capacité à l'introspection.

CONTENU DE LA FORMATION

MODULE 1 – BASES & PREMIERS SOINS ÉNERGÉTIQUES

Durée : 2 jours – 14 heures

Jour 1 – Comprendre l'invisible & se sécuriser

Matin

- Définition de l'invisible et repères fondamentaux
- Corps subtils et plans vibratoires
- Âme, mental, ego, enfant intérieur
- Notions de mission d'âme
- Techniques d'ancrage Terre / Ciel

Après-midi

- Protection énergétique : bulle de protection et bases de la coque énergétique
- Position Alpha (état de réceptivité)
- Développement des ressentis subtils
- Exercices guidés de perception énergétique

Jour 2 – Ressentis & premiers soins énergétiques

Matin

- Radiesthésie : pendule et pendule du corps
- Validation d'une information énergétique : frissons spirituels et signaux corporels
- Visualisation des corps subtils
- Nettoyage énergétique simple : harmonisation des chakras, libération de charges énergétiques légères
- Vérification du soin au pendule

Après-midi

- Ressentir l'énergie d'une personne
- Différencier intuition, mental et projection
- Introduction à la médiumnité intuitive
- Connexion à soi et à ses guides (cadre sécurisé)
- Exercices pratiques encadrés
- Apaisement énergétique d'une émotion



La Boussole Intérieure

La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

contact@la-boussole-interieure.fr - 03.81.25.70.87

9 Avenue du Général Burnez 25800 VALDAHON

PHASE D'INTÉGRATION ET DE PRATIQUE PERSONNELLE

Durée : 6 à 8 semaines (hors présentiel)

Cette phase intermédiaire est essentielle pour l'intégration des apprentissages.

Objectifs de la phase d'intégration :

- Ancrer les acquis du module 1.
- Développer la confiance dans les ressentis.
- Pratiquer en autonomie dans un cadre personnel.
- Observer ses perceptions et ses limites.

Travaux de pratique conseillés :

- Exercices d'ancrage et de protection quotidiens.
- Utilisation du pendule (questions simples).
- Réalisation de soins énergétiques simples sur soi.
- Observation des ressentis dans les lieux.
- Tenue d'un carnet de pratique (ressentis, questions, évolutions).

Cette phase prépare à l'approfondissement du module 2.

MODULE 2 – APPROFONDISSEMENT, MÉDIUMNITÉ & LIEUX

Durée : 2 jours – 14 heures

Jour 3 – Médiumnité & soins énergétiques approfondis

Matin

- Réactivation des techniques d'ancrage et de protection
- Connexion aux guides : discernement et validation
- Médiumnité intuitive : réception d'informations symboliques
- Exercices pratiques encadrés

Après-midi

- Lecture énergétique d'une douleur physique
- Lien émotion / corps / énergie
- Nettoyage énergétique ciblé
- Introduction aux mémoires énergétiques (notions)
- Stabilisation du champ énergétique

Jour 4 – Nettoyage énergétique des lieux & intégration

Matin

- Ressentir l'énergie d'un lieu
- Identifier les perturbations énergétiques
- Nettoyage énergétique simple d'un lieu de vie
- Protection énergétique du lieu



La Boussole Intérieure

La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

contact@la-boussole-interieure.fr - 03.81.25.70.87

9 Avenue du Général Burnez 25800 VALDAHON

Après-midi

- Introduction au transgénérationnel (notions générales)
- Pratiques globales : personne + lieu
- Intégration des apprentissages
- Bilan personnel et clôture de la formation

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques structurés
- Démonstrations pratiques
- Exercices guidés individuels et en binômes
- Temps d'échanges et de questions-réponses
- Mises en situation encadrées

Modalités d'évaluation

- Observation des pratiques par la formatrice
- Mises en situation pratiques
- Auto-évaluation du participant
- Échanges collectifs de fin de module

Accessibilité

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Des adaptations peuvent être proposées sur demande préalable.

Suivi et sanction de la formation

- Feuilles d'émargement signées
- Attestation de fin de formation remise au participant
- Formation non certifiante et non professionnalisante

Moyens pédagogiques, méthodes et techniques d'encadrement

Pendant la formation nous allons utiliser différentes techniques et outils comme : des échanges, des visualisations, des méditations, pendule, tarots et oracles, tables de massage, livret du stagiaire.

Formation dispensée par

Elise CLERC, révélatrice de potentiels. Elle accompagne l'Autre dans sa recherche identitaire et dans sa compréhension profonde. Elle est titulaire d'une licence de formateur en milieu professionnel et d'un master de psychologie cognitive spécialité ingénierie de formation, formée au « Coaching en transition de vie professionnelle », au reiki, aux TCC, à la



La Boussole Intérieure

La Boussole Intérieure

Accompagnement et formation

contact@la-boussole-interieure.fr - 03.81.25.70.87

9 Avenue du Général Burnez 25800 VALDAHON

médiumnité et aux nettoyages subtils, elle a plusieurs cordes à son arc et ne cesse de se former.

Conditions de réalisation

La formation a lieu au 9 avenue du général Burnez à VALDAHON (25800).

La formation se déroule sur 4 journées non consécutives de 7H, entre 9h à 17h, avec une pause méridienne d'une heure. L'accueil café est offert afin de bien démarrer les activités. La convivialité, la bienveillance et l'écoute sans jugement sont les maîtres mots de ces journées !

Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action et ses résultats

À chaque demi-journée, vous signerez une feuille d'émargement pour attester de votre présence à votre (vos) financeur(s) le cas échéant.

En fin d'accompagnement, vous remplirez une évaluation de satisfaction de la prestation.

Modalités d'évaluation

Une évaluation de positionnement sera effectuée le matin du premier jour de formation et une évaluation des compétences sera effectuée en fin de la dernière journée sous forme de questionnaire.

Modalités et délais d'accès

Pour vous inscrire, vous pouvez envoyer une demande via le formulaire de contact du site internet de *La Boussole intérieure*.

Tarif

La formation d'une durée de **28 heures** s'élève à **490€ TTC par personne**.

Cette offre n'est pas éligible au financement par le Compte Personnel de Formation (CPF). D'autres possibilités de financement peuvent s'offrir à vous selon votre situation : OPCO, employeur...