



# Les ateliers Hypersensibles

accompagnés par  
Sophie Schlogel

sur le Web !

Places limitées...





# Présentation

Organisés sur 10 sessions de 2 heures chacune, les ateliers de Sophie réunissent pendant 5 mois des groupes de 8 femmes hypersensibles. Ils se déroulent en ligne, pour celles qui ne veulent pas quitter leur fauteuil préféré à la maison, ou en présentiel à Aix-en-Provence pour les moins fans du web.

Tous les 15 jours, les ateliers sont l'occasion d'allier théorie et pratique, introspection et partages, au sein d'un univers bienveillant

Des exercices entre chaque atelier, un groupe privé Facebook réservé aux échanges entre participantes, un accès à une banque de données privée comprenant des musiques, des conférences et des articles, nourrissent les échanges et le travail ensemble, accompagné et coaché par Sophie.

Une session s'ouvre en **Octobre**. Les places sont limitées et les inscriptions se font sur entretien préalable. Retrouvez toutes les informations pratiques en dernière page.



*Coach de vie Gestaltiste, psycho praticienne et naturopathe, Sophie Schlogel accompagne les personnes hypersensibles depuis plus de 10 ans.*

*Elle leur permet de transformer leur quotidien, de faire l'expérience de leur force et, grâce à ce qu'ils sont, de participer au changement de vibrations pour eux, leurs proches et pour un monde meilleur.*

*Comment?*

*Selon une méthode éprouvée et différente de ce qui existe dans le domaine de l'accompagnement à l'hypersensibilité, la méthode 3D : Découvrir, Dénouer, Déployer.*



# La méthode 3D

## un accompagnement holistique

"J'ai travaillé avec un psy ; j'ai compris comment je fonctionne mais ça n'a rien changé à mon quotidien » Catherine.

”

Accompagner l'hypersensibilité sur le seul plan psychique ne suffit pas. Elle doit être accompagnée de façon holistique, en s'occupant :

- du corps : l'enveloppe physique, le vaisseau
- du mental : la machine à penser
- du système nerveux : le network informationnel
- de l'émotionnel : le messenger
- du cerveau : la machine à traiter les informations
- des neurones : les unités de transmissions
- de l'âme : le petit supplément qui fait toute la différence.
- du transpersonnel : qui vous êtes est bien plus grand que la somme de vos parties.
- 

C'est ce que vous offre **la méthode 3D**.

*Débuter avec moi, c'est commencer à vous envisager sur tous ces plans. C'est un engagement entre vous et vous, pour vous . Et je vous accompagne, sur votre chemin à travers les 3 étapes de mon programme: Découvrir, Dénouer, Déployer*

**Sophie Schlogel**

# Le programme en 10 ateliers

## Découvrir

### Atelier 1 /

#### Qu'est-ce que l'hypersensibilité?

- On vous appelle neuro droitiers ou neuro gauchers, hypersensibles émotionnels, hauts potentiels, zèbres, sur-efficients, hyperesthésiques ... Quelle hypersensible êtes-vous ?
- 4 clés pour comprendre
- Le fonctionnement spécifique du cerveau des hypersensibles avec ses hyper sens, son hyper vigilance, son hyper mental / émotionnel.
- L'intérêt d'être hypersensible aujourd'hui, pour vous et votre environnement.

### Atelier 2 /

#### Pourquoi vous ?

- Origine de votre hypersensibilité, les facteurs déclenchants dans votre histoire.
- Hypersensibles, toutes différentes et pourtant semblables.
- Histoire de vie : les facteurs aidants, les facteurs aggravants.
- On ne peut changer le passé, mais aujourd'hui est neuf.

### Atelier 3 /

#### Votre corps d'hypersensible

- Ce qui ne s'exprime pas s'imprime, les maux de l'hyper vigilance.
- Mettre du sens sur les vôtres ?
- Débuter avec une bonne hygiène de vie.

## Dénouer

### Atelier 4 /

#### Quels sont vos modes adaptatifs ?

- Ancrage –Spiritualité - Hyper mental.
- es personas qui vous mettent en scène.

### Atelier 5 /

#### Le mental

#### Un outil devenu tout puissant

- Croyances, mindset
- Les neurosciences et le mental des hypersensibles.
- Reprendre la main et la garder.

### Atelier 6 /

#### Les émotions, les meilleures ennemies des hypersensibles

- Les secrets de l'alchimie émotionnelle ou comment transformer le vil plomb en or.

### Atelier 7 /

#### La construction psychique et les schémas de fonctionnement ?

- Quels sont les évènements, les stimuli qui vous font chaque fois chuter ?
- Quel est le processus ?
- Apprendre à le reconnaître, le comprendre pour le transformer.

## Déployer

### Atelier 8 /

#### La force de l'intention

- La puissance de création des hypersensibles.
- Si la fée bleue entrerait avec sa baguette magique, quel désir profond souhaiteriez-vous voir exaucé ?

### Atelier 9 /

#### Quelles femmes puissantes sommeillent en vous ?

- Rencontre avec vos archétypes.

### Atelier 10 /

#### À propos de votre mission de vie

- Qu'êtes-vous donc venue faire ici ?
- Être hypersensible en 2019
- Enjeux et force
- Transformer votre hypersensibilité en force



# Témoignages

"Merci... pour ta patience, ta compréhension, ton écoute. C'est la première fois de ma vie que je me sens vivre! Et surtout, que je sens que les changements que j'amorce sont durables "

Maude

"Je suis contente de la phase dans laquelle je suis entrain de rentrer avec cette nouvelle énergie que j'ai contactée, avec tous les outils que j'ai grâce à toi. Je suis hyper confiante pour la suite. Je puise ma sécurité dans la joie et dans l'amour, je peux me laisser aller. On va continuer de laisser la magie opérer !"

Aurore

"Je travaille avec Sophie, et je peux vraiment dire que cette rencontre a changé ma vie (...).

J'ai appris ce qui me fait du bien et à être à l'écoute de mes besoins. J'ai appris à être gentille avec moi, et désappris ce qui m'avait été inculqué dans mon enfance.

J'ai pu sortir de ma dépression et me suis lancée dans des aventures que je n'aurais jamais imaginées.

Aujourd'hui, enfin, je n'ai plus la sensation que le sol se dérobe sous mes pieds chaque fois que je doute ou que je rencontre une difficulté."

Cécile

Retrouver tous les témoignages sur [www.hypersensibles.com](http://www.hypersensibles.com)

# Informations pratiques

## Inscriptions et réservations

Les inscriptions se font sur entretien préalable avec Sophie. Vous êtes intéressée et vous souhaitez plus d'informations ?

- Connectez-vous sur [www.hypersensibles.com](http://www.hypersensibles.com)
- Sélectionnez la rubrique "Rencontrons-nous"
- Remplissez le formulaire en sélectionnant "atelier en petit groupe" dans l'onglet "Par quel accompagnement êtes-vous intéressée ?"
- Sophie prends contact avec vous par mail et vous propose un entretien de 25 minutes gratuit

## Où se déroulent les ateliers?

En ligne ! Vous y participez d'où que vous vous trouviez. Il vous suffit de disposer d'un ordinateur, d'une connexion internet et d'un lieu calme et serein.

## Quand ont-ils lieu?

Une fois démarrées, les sessions se déroulent tous les 15 jours.

## Les tarifs

50 euros par atelier (paiements échelonnés à chaque session). L'engagement de participation sur 10 ateliers est indispensable.

