



Résilience Psycho-émotionnelle

Avec la Thérapie en eau chaude
et la Respiration Holotropique
8-10 mai 2026

Processus puissant pour reconfigurer ses
programmes inconscients et émotionnels
encadré par Sophie Alet et Lionel Lainard

An aerial photograph of a river delta, likely the Amazon, showing a complex network of water channels and islands. The image is overlaid with a semi-transparent blue oval containing white text.


**Cette approche multivectorielle associe
le déblocage psycho-corporel en eau chaude et
la transe thérapeutique sur tapis.**

**Ce parcours initiatique permet à chaque participant.e d'être
guidé.e avec bienveillance dans un espace sur-mesure
de guérison, réconciliation et reconstruction
aux niveaux corps-mental-émotions.**



Objectifs clés :


- Identifier les blocages et reprogrammer les schémas inconscients limitants.
- Explorer les mémoires cellulaires, dissoudre les empreintes qui entravent le corps et le psychisme.
- Restaurer l'unité intérieure, l'élan vital, se réapproprier sa puissance saine (empowerment).
- Vivre une expérience humaine extra-ordinaire dans un cadre sécurisé.



**Du 8/05 (RDV 9h30) au 10/05/26
à Campalis dans un havre de paix
au cœur du Sidobre (5 mn de Castres).**

**Programme incluant 2 sessions en visio collectives
pour optimiser et ancrer les transformations :
les 3/05 et 31/05 à 20h.**

**Tarif : 320€
Nuitée sur place : de 10€ à 30€
10 personnes max.**



**Attention, dans certains cas
la respiration holotropique est contre-indiquée.
Merci de contacter Sophie pour un entretien.**

**Sophie Alet 06.50.975.972 anatsu.fr Transe thérapeutique
Lionel Lainard 06.20.84.39.30 action-croissance.com Thérapie psycho-corporelle**