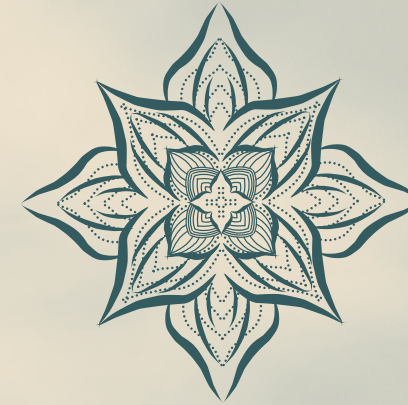


Les Gardiens de l'Être




En Janvier 2025 ...

Réinventer l'équilibre dans votre vie !



Evécottaz.fr

A photograph of a stone staircase in a forest. The steps are made of large, flat stones and are partially covered with fallen autumn leaves. The background shows trees with yellow and orange foliage, suggesting an autumn setting. A dark blue semi-transparent box is overlaid on the left side of the image, containing white text.

Prenez ce chemin
pour transformer les blocages
et vivre en alignement avec
vos aspirations

Pourquoi rejoindre ce processus ?

La vie moderne nous pousse souvent à nous éloigner de notre essence véritable, notre 'Soi'.

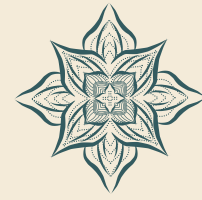
*Entre **distractions** extérieures, **peurs** face à l'inconnu et **doutes** intérieurs, nous nous retrouvons parfois désalignés, tant dans nos actions que dans nos aspirations et nos valeurs.*

*Ce processus offre bien plus qu'une simple méthode : c'est **un voyage** guidé pour vous recentrer, **libérer votre créativité**, transformer vos freins et vous reconnecter à votre **authenticité**.*

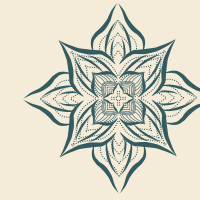
*Je vous invite à **réinventer l'équilibre** entre les différents espaces de votre vie : travail, famille, relations, et votre relation à vous-même.*

*Venez intégrer des outils pour développer votre **confiance**, cultiver des relations authentiques, retrouver votre vitalité et explorer pleinement **votre potentiel**.*

*Si vous ressentez **le besoin de clarté, de sérénité et d'alignement** dans votre vie, ce chemin est fait pour vous. 🌱*



Nos 4 axes de travail



L'INTÉGRITÉ

Aligner ses actions avec ses valeurs.

8 SUR 10

Saviez-vous que 8 personnes sur 10 estiment que leur succès dépend de leur capacité à agir en accord avec leurs valeurs. Renforcer l'authenticité permet d'agir avec plus de cohérence et de confiance. Pourquoi ne pas investir dans une vie plus alignée et épanouie ?

L'INTERDÉPENDANCE

Pour construire des relations harmonieuses.

4 SUR 10

Saviez-vous que 4 personnes sur 10 qui investissent sur leurs relations avec les autres attirent le succès ? Nous investissons dans nos compétences et outils, mais 40 % de nos succès reposent sur la qualité des relations humaines. Pourquoi ne pas y prêter attention ?

LE RÊVE DE SA VIE

Retrouver du sens et de l'inspiration.

3 SUR 4

Saviez-vous que 3 personnes sur 4 estiment ne pas trouver du sens et de l'inspiration pour réaliser leur rêve ? Se reconnecter à ses aspirations nous permet de donner un nouvel élan à nos projets. Pourquoi ne pas investir dans une vie plus significative et inspirante ?

PENSÉE CRÉATRICE

Pour libérer son potentiel

1 SUR 3

Saviez-vous qu'une personne sur trois qui libère sa créativité se sent plus épanouie et heureuse ? La pensée créative nous aide à surmonter les défis et à transformer les obstacles en opportunités. Pourquoi ne pas explorer cette voie pour libérer votre potentiel ?



**L'Enfant
Intérieur
Gardien de la Joie
et de la Créativité**



**L'Energie
de Vie
Gardienne de
la force vitale**

Les



Gardiens



**L'Âme
Gardienne de la
Quête de Sens.**



**Père Intérieur
Gardien de la Stabilité,
et de la Protection**



**L'Ombre
Gardienne des
Potentiels Inconnus**



**Le Coeur
Gardien
De l'Harmonie.**



**Le Corps
Gardien de l'Ancrage,
la Matière**



**Mère Intérieure
Gardienne de la tendresse
et de la générosité**



**La Lumière
Gardienne de
ma Vérité**

Un Voyage Guidé par les Gardiens de l'Être

Un Voyage en Trois Phases et Neuf Rencontres pour un Changement Profond

Ce processus vous invite à rencontrer vos **9 Gardiens intérieurs**, chacun représentant une facette essentielle de vous-même. À travers ces rencontres, vous **surmontez vos blocages**, libérez votre potentiel et vivez en alignement avec vos **valeurs**.

Êtes-vous prêt.e à rencontrer vos Gardiens ?

[J'y vais !](#)

Chaque Gardien vous guide dans la prise de conscience, la transformation de vos obstacles en atouts, et l'alignement avec votre **authenticité**. Ce parcours transformatif vous aide à évoluer vers une **vie épanouissante**, en harmonie avec vos **aspirations profondes**.



L'Enfant Intérieur - Gardien de la Joie et de la Créativité

Etape 1 - Identifier les moments où la peur du jugement ou l'autocritique bloque votre spontanéité.

Etape 2 - Réapprendre à jouer, rêver et exprimer vos idées sans retenue.

Etape 3 - Intégrer la créativité et la joie dans vos choix quotidiens, pour enrichir votre travail et vos relations.

Mon choix, ma préférence !

Je crois profondément en la singularité de chacun et c'est pourquoi j'ai conçu plusieurs formats pour m'adapter à vos besoins et préférences.

Que vous préféreriez un accompagnement plus personnalisé ou travailler en groupe, vous trouverez l'expérience qui vous convient.

Atelier individuel : Pour un accompagnement personnalisé, un parcours sur mesure.

Atelier en groupe : Pour un accompagnement fait d'échanges et d'expérience collective enrichissante.

Atelier en distanciel : Pour un accompagnement de chez soi, en toute flexibilité

Dans tous les cas, l'essence du programme reste la même...

Un accompagnement pour vous reconnecter à votre authenticité et favoriser votre transformation personnelle.

Me contacter pour plus d'informations ou pour réserver votre place.

J'y vais !

Processus En Individuel...

Révéler et Cultiver Votre Potentiel lors de votre Voyage Personnel

Séance depuis chez vous (2h)

- Contenu : Partage, visualisation, et transmission écrite de l'enseignement.
- Bénéfices : Un accompagnement sur mesure et flexible pour vous guider où que vous soyez.
- Organisation : 1 rdv par mois sur 9 mois / Rencontre via Skype / Tarif : 80€ la rencontre

Séance au centre Ev.eil (3h)

- Contenu : Transmission de l'enseignement, danse, chant, visualisation, constellation, et partage.
- Bénéfices : Un accompagnement personnalisé et profond pour libérer votre potentiel.
- Organisation : 1 rencontre par mois sur 9 mois / Rencontre via Skype / Tarif : 90€ la rencontre

Me contacter pour plus d'informations ou pour réserver votre place.

J'y vais !

Processus En Groupe...

Se Connecter, S'épanouir, Se Transformer... Ensemble

Séance depuis chez vous (3h)

Ouverture du processus : Le dimanche 5 janvier 2025

Contenu : Transmission écrite de l'enseignement, partage, et visualisation.

Bénéfices : Un atelier interactif accessible partout / Explorer et partager ensemble / Tarif : 40€ la rencontre

Organisation : 1 rdv par mois sur 9 mois / Un salon "zoom" dédié au groupe / Groupe de 6 personnes max.

Séance au centre Ev.eil (3h)

Ouverture du processus : Le dimanche 16 Février 2025

- Contenu : Transmission de l'enseignement, danse, chant, visualisation, et partage.
- Bénéfices : Une expérience collective enrichissante pour se connecter aux autres tout en évoluant personnellement.
- Organisation : un dimanche par mois durant 9 mois / Groupe de 6 personnes max. / Tarif : 50€

✦ **A noter : Les processus de groupe sont limités à 6 participant.e.s.**
Ce choix garantit un accompagnement complet et une belle dynamique collective.

Offre spéciale : Une Surprise !
Pour toute inscription avant janvier 2025

Me contacter pour plus d'informations ou pour réserver votre place.

[J'y vais !](#)

Témoignages...

Sophie, 38 ans

Avant de commencer ce voyage, je me sentais perdue, comme si je vivais à contre-courant de mes aspirations. Le processus des Gardiens de l'Être m'a aidée à identifier mes blocages et à me reconnecter à ma vérité intérieure. J'ai appris à accueillir mes émotions et à poser des actions alignées avec mes valeurs. Aujourd'hui, je ressens une sérénité que je n'avais jamais connue, et j'ai même osé me lancer dans une reconversion professionnelle qui me passionne. Ce programme m'a vraiment aidé.

Julien, 45 ans

J'ai rejoint ce programme pour mieux comprendre ce qui freinait ma créativité et ma capacité à avancer dans mes projets. Grâce aux Gardiens de l'Être, j'ai découvert l'importance de mon Enfant Intérieur et de l'Ombre. J'ai appris à accueillir mes vulnérabilités sans les juger, ce qui a libéré une énergie incroyable en moi. Aujourd'hui, mes relations sont plus harmonieuses, je me sens plus ancré, et mes projets professionnels avancent avec une fluidité inattendue. Ce parcours a été un cadeau que je me suis offert à moi-même.

Êtes-vous prêt.e à commencer ce voyage avec vos Gardiens ?

J'y vais !

EVE COTTAZ - CENTRE EV.EIL

07 83 20 90 39

CONTACT@EVECOTTAZ.FR

OFFRE SPÉCIALE :

UNE SURPRISE DE VOTRE CHOIX !

POUR TOUTE INSCRIPTION AVANT

JANVIER 2025

Rejoignez-nous dès aujourd'hui !

Un programme unique pour :

- ✨ Dépasser vos blocages.
- 🚀 Libérer votre potentiel.
- 🌿 Vivre pleinement en alignement avec vos valeurs.

Faites le premier pas vers une vie alignée et épanouissante.

Votre transformation commence ici !

J'y vais !

*Pour les ateliers de groupes : Places limitées à 6 personnes

Charte de confidentialité

Dans le cadre du processus "Les Gardiens de l'Être", nous attachons une importance particulière à la confidentialité, au respect et à la bienveillance envers chaque participante et participant. Cette charte a pour objectif d'établir un cadre sécurisant où chacun peut s'exprimer librement et en toute confiance.

1. Confidentialité et respect de la vie privée :

Toutes les informations partagées par les participant.e.s (témoignages, émotions, expériences personnelles) durant les sessions sont strictement confidentielles. Il est formellement interdit de diffuser ou de partager les propos ou récits d'un.e autre participant.e en dehors des sessions. Et aucun enregistrement audio ou vidéo des sessions ne sera effectué sans le consentement explicite de tous les participant.es.

2. Respect et Bienveillance

- Chaque participant.e s'engage à écouter avec bienveillance et à s'abstenir de tout jugement ou critique envers les autres. Les échanges doivent rester respectueux, constructifs et alignés avec l'esprit de soutien mutuel. Chacun.e est encouragé.e à s'exprimer librement, dans le respect de ses propres limites et de celles des autres.

3. Engagement des participants

- Chaque participant.e est responsable de ses propres actions, paroles et choix durant le programme et bien que le processus puisse être émotionnellement intense, il appartient à chaque participant de respecter ses limites et de demander du soutien si nécessaire.

4. L'Engagement de Eve durant votre voyage : En tant que coach mon rôle est de maintenir un cadre neutre et à garantir la confidentialité des informations partagées. Je m'engage également à me tenir disponible pour répondre aux questions ou apporter un soutien en cas de besoin.

Toute violation de cette charte, qu'il s'agisse de la confidentialité ou du respect, peut entraîner une exclusion du programme pour préserver l'intégrité du groupe et des participants. En participant au programme, nous nous engageons toutes et tous à respecter ces principes et à contribuer activement à un environnement sain et sécurisant.

Foire aux questions

Y a-t-il **des prérequis** pour participer à ce programme ? J'ai besoin de savoir si certaines expériences, compétences ou niveaux de connaissance sont nécessaires avant de m'engager.

Il n'y a aucun prérequis spécifique pour participer à ce programme. Il est ouvert à toute personne désireuse de se reconnecter à son authenticité et d'explorer son potentiel intérieur. Le programme est conçu pour accompagner chacun, quel que soit son point de départ, en offrant un cadre sûr et progressif pour favoriser l'épanouissement personnel. Si vous êtes prêt à vous engager dans un processus de transformation, ce parcours est fait pour vous.



Pour clarifier la structure du programme en groupe et exploration personnelle, est ce que le programme se déroule-t-il entièrement en groupe ou y a-t-il **des moments individuels** ?

Oui, tout à fait. programme combine à la fois des moments de travail en groupe et des espaces dédiés à l'exploration personnelle. Les sessions en groupe permettent de partager, d'échanger et de créer des synergies. Cependant, si le besoin se présente, je serais disponible pour des échanges ponctuels avec chaque participant.e. Cette dynamique nous permet de bénéficier de la richesse des échanges en groupe et de temps pour une transformation personnelle.



Quel est le cadre de soutien proposé tout au long du processus ? Pour comprendre comment sont gérées les émotions et les découvertes potentiellement intenses qui peuvent survenir.

Tout au long du processus vous trouverez :

- *Un cadre de soutien bienveillant pour vous accompagner dans vos découvertes et émotions.*
- *Des moments de partage en groupe ou personnalisé, pour répondre à toute question ou difficulté.*
- *Des pratiques de gestion émotionnelle pour aider à intégrer ces émotions de manière saine.*