

# RECONNEXION

Trois étapes pour ne plus subir ta vie mais la créer en devenant toi-même



# Vous sentez qu'il vous manque quelque chose...

Bonjour, et bienvenue. Si vous êtes ici, c'est probablement parce que vous sentez qu'il manque quelque chose dans votre vie. Un vide, un décalage, une impression de ne plus être à votre place.

Peut-être que tout semble « aller bien » de l'extérieur : un travail stable, une routine confortable, des responsabilités assumées. Mais à l'intérieur, quelque chose ne suit plus. Cette petite voix intérieure qui murmure que ce n'est pas vraiment la vie que vous vouliez vivre.

Si c'est le cas, ce message est pour vous. Aujourd'hui, je vais vous montrer comment **arrêter de subir votre vie et commencer à la créer**, en devenant véritablement vous-même.

Car oui, il est possible de retrouver le sens, la joie, et l'alignement profond que vous cherchez. Et cela commence maintenant.

# Le problème :

Nous arrivons tous dans la vie **sans mode d'emploi**. Personne ne nous a appris à nous connaître vraiment, à identifier ce qui compte pour nous, ou à construire une vie qui a du sens.

Et beaucoup de personnes avancent pendant des années en mode automatique, suivant les attentes des autres, les normes sociales, les "il faut" et les "tu devrais".

## **Perte de sens**

L'impression que votre quotidien n'a plus de direction claire

## **Vie décevante**

Le sentiment profond de ne pas vivre la vie qui vous correspond

## **Doute permanent**

Des questions qui reviennent sans cesse sur vos choix

## **Blocages intérieurs**

Peurs, confusion et incapacité à avancer

Jusqu'au jour où quelque chose se fissure. Un événement, une remise en question, un burn-out, ou simplement l'accumulation de cette insatisfaction silencieuse.

# Pourquoi rien ne change vraiment



Si vous avez déjà essayé de changer les choses par vous-même, ou si vous avez suivi des formations en ligne, des vidéos inspirantes, des livres de développement personnel... vous avez peut-être constaté que **rien ne change vraiment**.

Au début, il y a un élan, une motivation. Puis, progressivement, tout redevient comme avant. Les mêmes schémas, les mêmes doutes, les mêmes blocages.

## Le savoir ne suffit pas

Comprendre intellectuellement ce qui ne va pas ne crée pas le changement. La clarté intérieure, la connaissance de soi profonde, l'identification de vos valeurs et la construction d'une vision... **ne s'apprennent pas en regardant des vidéos**.

## La transformation exige plus

Cela demande une méthode structurée, des exercices concrets, un accompagnement personnalisé qui vous tient la main à chaque étape. Quelqu'un qui vous guide, vous challenge, et vous aide à dépasser vos résistances.

# Mon histoire : de la confusion à la clarté

## La vie « parfaite » qui ne l'était pas

Je m'appelle Marie-Ange, et si je vous en parle aujourd'hui, c'est parce que j'ai traversé exactement ce que vous vivez peut-être.

J'avais une vie stable : un métier d'enseignante en philosophie, une maison, une relation, une sécurité financière. Tout semblait « réussi » de l'extérieur.

Mais intérieurement, je me sentais perdue. Comme si ma vie ne m'appartenait pas vraiment. Comme si je jouais un rôle écrit par quelqu'un d'autre.

## Le courage d'écouter ma voix intérieure

Alors j'ai osé écouter cette petite voix qui murmurait : « Il y a autre chose pour toi. » J'ai repris des études, je me suis formée en psychologie, en PNL, en développement personnel et en coaching.

Un long chemin, semé d'obstacles et de doutes. Mais ce chemin a **tout changé**. J'ai trouvé ma raison d'être, j'ai clarifié ma vision, et j'ai construit une vie alignée, autonome, pleine de sens.

1

### Peur de me tromper

Et si j'abandonnais tout pour rien ?

2

### Jugements extérieurs

Les regards et les incompréhensions

3

### Peur financière

Quitter la sécurité pour l'inconnu

4

### Absence de guide

Avancer seule dans le brouillard

5

### Moments de découragement

Vouloir tout abandonner

Ce que j'ai mis des années à comprendre, je le mets aujourd'hui à votre disposition sous forme d'un mode d'emploi clair et simple.

# Les obstacles que vous rencontrerez sûrement

La plupart des personnes que j'accompagne traversent les mêmes défis. Ces obstacles ne sont ni un manque de volonté, ni une faiblesse personnelle : ils sont l'effet de **conditionnements profonds**, de peurs héritées, de croyances limitantes, et d'un manque de clarté sur qui vous êtes vraiment.



## Une perte de sens

Vous ne savez plus pourquoi vous faites ce que vous faites. Vos journées se ressemblent, sans direction ni enthousiasme.



## Un sentiment de vide

Même quand tout va « bien », il y a ce vide intérieur que rien ne semble pouvoir combler.



## Un doute permanent

Vous vous demandez constamment si vous êtes sur le bon chemin, si vos choix sont les bons.



## La peur du changement

L'idée de transformer votre vie vous attire... mais vous terrifie en même temps.



## Le confort inconfortable

Rester dans une vie qui ne rend plus heureux, mais qu'on n'ose pas quitter par peur de l'inconnu.

Ces obstacles sont normaux. Ils font partie du processus. Et avec le bon accompagnement, ils peuvent être dépassés.

# La solution : Une méthode enfin structurée

C'est pour cela que j'ai créé **RECONNEXION** : un programme en 3 étapes simples et puissantes pour arrêter de subir sa vie et commencer à la créer.

1

## ÉTAPE 1 — Connaissance de soi

Identifier vos schémas inconscients, vos besoins profonds, vos freins cachés, votre nature authentique. Comprendre QUI vous êtes, vraiment, au-delà des masques et des conditionnements.

- Théorie et concepts clés
- Exercices pratiques d'introspection
- Coaching individuel personnalisé

2

## ÉTAPE 2 — Valeurs & Pourquoi

Découvrir ce qui compte profondément pour vous. Comprendre ce qui vous anime au-delà des apparences, ce que vous voulez transmettre au monde. Transformer vos croyances limitantes en moteurs de transformation.

- Théorie sur les valeurs et le sens
- Exercices de clarification profonde
- Coaching individuel d'exploration

3

## ÉTAPE 3 — Vision & Mise en place

Clarifier votre projet de vie concret. Planifier votre transformation étape par étape. Définir un chemin de mise en œuvre réaliste et inspirant, avec des actions précises.

- Théorie de la planification stratégique
- Exercices de projection et d'action
- Coaching individuel de mise en œuvre
- Coworking de groupe pour l'énergie collective

📌 Ces 3 étapes forment un système complet qui permet une véritable transformation en profondeur, pas seulement une prise de conscience intellectuelle qui s'évapore après quelques jours.

# Ce que vous obtenez concrètement

Grâce à ce parcours RECONNEXION, vous ne vous contentez pas de « mieux comprendre » votre situation. Vous vivez une transformation réelle, mesurable, durable.

## Clarté profonde retrouvée

Vous savez enfin qui vous êtes, ce que vous voulez, et pourquoi vous le voulez.

## Choix évidents

Vos décisions ne sont plus des sources d'angoisse, elles deviennent naturelles et alignées.

## Vie alignée avec vos valeurs

Vous vivez en cohérence avec ce qui compte vraiment pour vous.

## Projet de vie enthousiasmant

Vous construisez un chemin qui vous inspire et vous motive chaque jour.

## Accompagnement individuel

Vous êtes guidée personnellement à chaque étape, avec un suivi adapté à vous.

## Transformation durable

Ce n'est pas un effet temporaire, c'est un changement profond qui reste.



C'est ce que j'aurais aimé avoir lorsque j'étais perdue... et c'est ce que je transmets aujourd'hui avec tout mon cœur.



# Pourquoi cet accompagnement fonctionne

Il existe des centaines de formations en développement personnel. Certaines sont excellentes, d'autres superficielles. Mais ce qui fait la différence avec RECONNEXION, c'est l'approche complète et profondément humaine.



## Progressif

Chaque étape se construit sur la précédente, vous avancez à votre rythme sans être submergée.



## Concret

Pas de théorie abstraite : des exercices pratiques qui transforment vraiment.



## Basé sur des exercices réels

Vous faites le travail intérieur nécessaire pour que le changement s'ancre.



## Personnalisé

Ce n'est pas un programme générique : il s'adapte à votre situation unique.



## Accompagnement individuel

Vous avez un soutien direct, humain, bienveillant et exigeant à la fois.



## Dynamique de groupe

L'énergie collective du coworking amplifie votre transformation.

---

**On ne se transforme pas en restant seule dans sa tête.** C'est pour cela que ce programme donne des résultats profonds, durables, et souvent... incroyables. Les personnes qui sortent de RECONNEXION ne sont plus les mêmes. Elles ont trouvé leur voie.

# Elles ont transformé leur vie

"J'ai surmonté ma peur du changement grâce à cette méthode. En six mois seulement, j'ai osé devenir moi-même et autonome. Aujourd'hui, je suis heureuse d'avoir enfin pris ma vie en main."

**Sophie, a retrouvé son authenticité**

"En burn-out dans mon métier, j'ai compris que mon problème n'était pas ma profession mais ma place dans celle-ci. J'ai appris à me respecter en posant mes limites. Je me sens enfin valorisée et épanouie."

**Élodie, a redéfini sa place professionnelle**



# Imaginez...

Imaginez un instant que dans quelques mois, votre vie ait complètement changé.

Vous vous réveillez le matin avec la certitude d'être sur **le bon chemin**. Plus de doutes paralysants, plus de cette impression de passer à côté de votre vie.

Vous avez une vision claire de ce que vous voulez construire. Vos choix ne sont plus dictés par la peur du jugement, par l'obligation, ou par l'habitude. Ils sont guidés par le **sens**, par vos **valeurs**, par ce qui vous fait vibrer.

Votre vie vous ressemble enfin. Vous n'avez plus l'impression de jouer un rôle. Vous êtes *vous-même*, pleinement, authentiquement.

Et surtout... vous n'avez plus ce regret dont parle Bronnie Ware dans son livre sur les regrets des mourants :

« J'aurais aimé avoir le courage de vivre une vie fidèle à moi-même, et non la vie que les autres attendaient de moi. »

Cette vie alignée, pleine de sens, c'est possible. Et c'est ce que RECONNEXION vous aide à créer.

# Qui peut rejoindre ce programme ?

Je ne peux pas accompagner tout le monde. Ce n'est ni une question de mérite, ni une question d'argent : c'est une question d'engagement, de timing, et d'énergie.

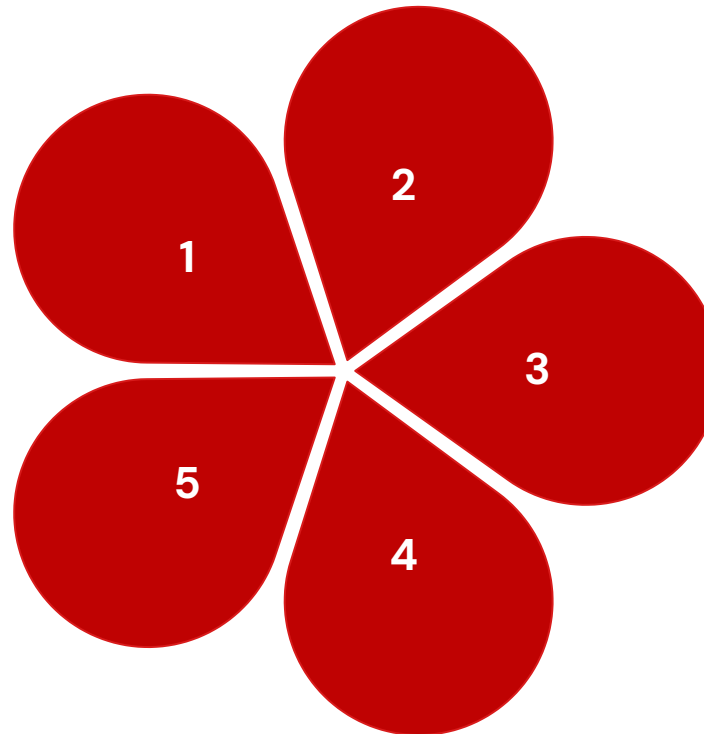
Pour que RECONNEXION fonctionne, il faut que vous soyez prêts à vous investir vraiment. Ce programme n'est pas une solution magique : c'est un **chemin de transformation** qui demande votre participation active.

## Prêts à s'engager réellement

Vous êtes décidés à consacrer du temps et de l'énergie à ce processus de transformation, pas seulement à « essayer ».

## Désirent un accompagnement personnalisé

Vous comprenez la valeur d'être guidé individuellement dans votre parcours unique.



## Veulent se transformer en profondeur

Vous ne cherchez pas un simple coup de boost motivationnel, mais un vrai changement intérieur durable.

## Ouverts au changement

Vous acceptez de remettre en question vos croyances, vos habitudes, et de sortir de votre zone de confort.

## Volonté d'appliquer les exercices

Vous êtes prêts à faire le travail intérieur demandé, pas seulement à écouter passivement des conseils.

☐ **Si c'est vous... alors ce programme peut changer votre vie.** Vraiment. Pas de manière superficielle, mais en profondeur, durablement, magnifiquement.

# Passez à l'action : Réservez votre appel de découverte

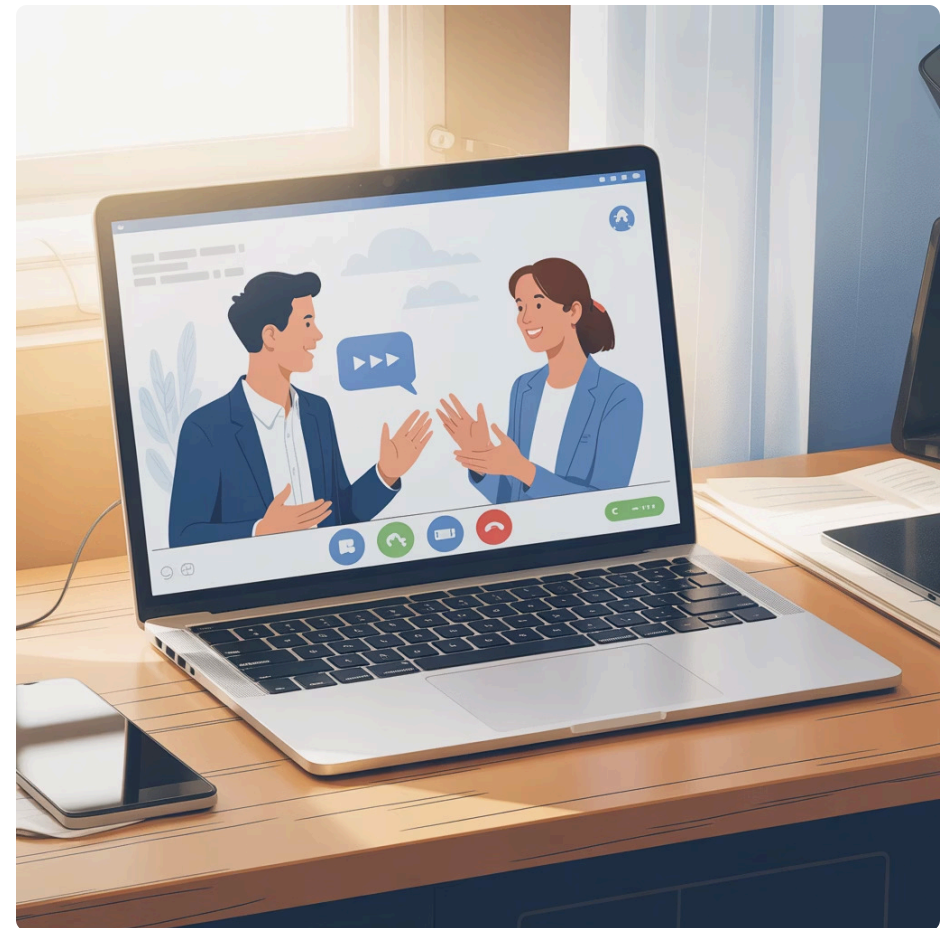
Pour savoir si RECONNEXION correspond vraiment à vos besoins et à votre situation, je vous invite à réserver un **appel de découverte** avec moi.

Cet échange est :

- **Offert** — aucun frais, aucune obligation
- **Sans engagement** — vous décidez ensuite en toute liberté
- **Entièrement axé sur vous** — votre situation, vos besoins, vos aspirations

Pendant cet appel, nous prendrons le temps d'explorer ensemble où vous en êtes, ce qui bloque, et ce dont vous avez vraiment besoin pour avancer. Je vous expliquerai comment fonctionne le programme, et nous verrons ensemble si mon accompagnement est le bon pour vous.

[Réserver votre appel découverte](#)



❑ **Les places sont limitées** pour garder un suivi de qualité et personnalisé. Je ne peux accompagner qu'un nombre restreint de personnes à la fois, pour donner à chacune l'attention qu'elle mérite.

---

**Ne laissez pas passer cette opportunité de transformation. Réservez votre appel dès maintenant.**

# Le choix final

Aujourd'hui, vous êtes à un carrefour. Deux options s'offrent à vous, et le choix que vous faites maintenant déterminera où vous serez dans un an.

## Option 1

Continuer seul, en espérant que quelque chose change par magie.

Rester dans cette zone d'incertitude, de doutes, de vie qui ne vous ressemble pas vraiment.

Et prendre le risque d'être exactement au même endroit dans un an, avec les mêmes regrets, les mêmes frustrations.

## Option 2

Rejoindre un accompagnement structuré, humain, profond, qui vous guide à chaque étape de votre transformation.

Investir en vous-même, dans votre clarté, dans votre épanouissement, dans la vie que vous méritez vraiment de vivre.

Et transformer radicalement votre existence pour retrouver sens, joie, et alignement profond.

---

**Le choix vous appartient.** Et j'espère sincèrement vous accompagner dans ce magnifique chemin vers vous-même.

Avec toute ma bienveillance et ma conviction,

Marie-Ange