

les messages de la Pépitelles



L'ACADEMIE DES ARTS
DE VIVRE HEUREUX

Sommaire

Messages manuscrits	Page 3
AU Cabinet	Page 5
Les Couples	Page 9
Les Ados	Page 11
Les Ateliers des zèbres	Page 13
Dessins	Page 16
Le Livre	Page 18
AU tableau	Page 20
Avis Google	Page 23
Merci	Page 27



Document interactif : cliquez sur les titres ou le menu en haut à droite pour naviguer entre les pages



les Messages Manuscrits

« Certains élans traversent le coeur...
et viennent se déposer sur le papier »



Les Messages manuscrits

Avah

Avah
Des que je vais dans le cabinet d'Anne, je me sens soulagée car Anne m'aide à me sentir mieux. Elle me fait des soins, ça me soulage, ça me permet d'écouter mes émotions négatives et mes angoisses, ça me permet de m'exprimer, d'avoir mon avis. Dès que je suis de chez Anne, je me sens calme, soulagée.

Garance

Garance
PENDANT 2 ANS
Chaque fois quand on se voit je suis change un peu qui voit la pâte molle. Ça me fait beaucoup de bien de te voir le sourire, de te confier ces bis de mes secrets. J'ai plein de choses à raconter encore!!!

Élénah

Élénah
Avec Anne
Des que j'ai rencontré Anne, je savais qu'elle était exceptionnelle, elle nous aide et nous soutient toujours. Elle nous comprend, essaie de trouver des solutions, elle est très calme et dès que je suis je me sens libérée. Anne m'encourage à aller, elle fait des soins des activités et nous comprend toujours.
Merci
!ANNE!
Élénah

Lisa

Lisa
Je t'aime Anne Lisa Bisous
Je t'adore
Je t'adore
une ténacité sa se se a se a pour les émotions
Love Love Love Love Love

Anne j'adore de que tu fait pour moi et pour m'aider dans mes émotions
colère
joie
amour
dégout
une ténacité sa se se a se a pour les émotions
Love Love Love Love Love

Au Cabinet

« Il existe des lieux où l'on ose,
peu à peu, revenir à soi »



Laetitia

«Cela fait maintenant un bon bout de temps que je suis suivie par Anne. Au départ, moi qui étais très à l'idée de commencer cette thérapie, Anne a fait preuve d'une grande douceur à mon égard. Patiente, attentive à mes besoins, bienveillante et à l'écoute, on se sent tout de suite bien.

Je me rappelle qu'à la toute première séance, étant pleine d'insécurité et d'angoisse, j'ai ressenti quelque chose d'assez fort, avant même de lui parler, mon corps a tout relâché. Un flot d'émotions est sorti, avec des larmes qui ne s'arrêtaient pas, mais qui étaient tellement libératrices. Malgré mes peurs et mes angoisses, j'ai ressenti un bien-être profond et une confiance absolue envers Anne.

Anne est une personne formidable qui met beaucoup de cœur et de bienveillance dans ses accompagnements. Elle est adorable, à l'écoute, investit, bienveillante et attentive. Elle sait mettre les mots sur des maux et nous propulser vers une meilleure compréhension de soi.

Les soins énergétique font un bien fou. Ils aident le corps à libérer les émotions enfouies et à se relâcher, même lorsque, parfois, le mental a du mal à lâcher prise. Dans un espace cocooning dans lequel on se sent en sécurité, un espace où l'on peut être soi-même sans peur ni jugement.

À chaque fin de séance, on en repart grandi, plus confiant, plein d'espoir et d'énergie, avec des exercices adaptés qui permettent de poursuivre le travail et de concrétiser ce qui a été fait en séance.

Cette thérapie avec Anne a été une véritable renaissance pour moi, déclenchant une profonde transformation et une évolution positive dans ma vie. Je me suis redécouverte pour la première fois, j'ai appris à me connaître, à m'accepter, à m'aimer, à me prioriser et à faire passer mes besoins au premier plan, ce qui était très difficile pour moi au départ. Anne m'a accompagnée dans les moments difficiles et a mis en lumière les schémas et blocages inconscients qui dirigeaient ma vie. Cela m'a aidée à renouer avec mes sensations physiques, à comprendre l'importance d'écouter mon corps et à mieux repérer les signaux qu'il envoie. J'ai aussi appris à communiquer avec mon enfant intérieur, celui qui avait besoin d'être aimé, écouté et pardonné.

Même si il reste du chemin, j'ai maintenant un regard beaucoup plus bienveillant et positif sur ma vie, mes blessures, mes choix, mes expériences passées et les leçons qu'elles m'ont apportées.

Merci Anne de m'accompagner dans ce voyage intérieur et sur ce chemin de guérison. Un chemin long et éprouvant, mais tellement bénéfique, qui transforme toute une vie.

Quelques mots qui me viennent pour décrire cette expérience sont : remise en question, prise de conscience, reconstruction, libération, apaisement, changement. Tous ces mots résonnent très fort.

Je ne peux que recommander Anne, qui est une excellente thérapeute. Je ne la remercierai jamais assez pour tout le chemin que nous avons parcouru ensemble. »

Amel

«J'ai rencontré Anne en 2019 lors de la dédicace de son livre «Je ne suis pas un âne, je suis un zèbre !» Cette rencontre exceptionnelle m'a permis d'initier un cheminement qui m'a permis d'évoluer au-delà de ce que je croyais possible et à tous les niveaux. Le travail qu'Anne m'a aidée à accomplir depuis m'a permis de me rapprocher plus rapidement de la personne que j'ambitionnais d'être, mais surtout de rendre certaines choses qui me semblaient impossibles possibles. Son approche ainsi que les outils qu'elle utilise ont su m'aider et m'apporter bien plus en termes de réflexion, de discernement mais aussi de bien-être. Dire Merci Anne me semble presque peu comparé à ce cadeau que la Vie m'a fait en la mettant sur ma route, et pour cela je reste dans la gratitude, et recommande vivement la méthode d'Anne.»

Thierry C

«Avec Anne j'apprends à renaitre à moi-même.

J'apprends à dépasser ma peur de vivre.

A libérer cette dimension profonde de l'âme qui me permet de devenir le créateur de ma vie.

J'ouvre cette cage à l'intérieur de moi dans laquelle je me suis enfermé depuis trop longtemps et décide de grandir pour dire bonjour à la vie !

Anne Merci »

«C'est un homme intelligent, mais pour agir intelligemment, il ne suffit pas de l'être !»
Fiodor DOSTOIEVSKI

Sarah B

«Anne, merci du fond du cœur pour toutes les étoiles que vous avez rallumées dans ma vie. Je ne trouve pas les mots assez forts pour exprimer à quel point votre présence et votre soutien comptent pour moi. Vous avez été, un véritable tournant dans mon chemin. Il m'a fallu tant de courage pour vous écrire la première fois... et aujourd'hui, je me demande encore pourquoi j'ai attendu si longtemps.

C'est presque bouleversant de le dire, mais je découvre enfin ce que signifie vivre, et non plus simplement survivre. Par moments, j'ai du mal à croire à ce que je ressens tellement cela me paraît nouveau, fragile et précieux à la fois.

Et pourtant, au fond de moi, quelque chose s'ouvre. Je suis de plus en plus fière de la femme que je deviens... et

Grâce à vous, je me sens enfin libre. Vraiment libre.

Merci pour tout»

Valérie



Par qui un zèbre peut-il être compris si ce n'est par un autre zèbre? 🦓
WAnne me l'a démontrée dès notre première rencontre pour l'un de mes fils. Il en avait vue des psychologues...mais aucun d'entre eux ne l'avait encore étonné. Avec Anne l'approche est douce, franche et vraie ! Ca donne le tempo ! On voit de suite qu'elle connaît son sujet puisqu'elle même zèbre. Une compréhension s'installe et la séance se transforme en réel partage. Pas de doute on se sent au bon endroit. Elle a toujours un temps d'avance sur nos petits soucis, avec elle la vie mérite d'être explorée. Elle nous pousse dans nos retranchements, nous accompagne et nous aide à devenir des personnes qui agissent avec confiance et détermination. Et on en redemande. 😊
Toujours disponible pour nous accueillir dans son merveilleux cabinet, on se sent écouté et à l'aise. Anne est un être merveilleux et à part. Elle met au service des autres ses compétences et se développe toujours plus pour aider un maximum de personne. Je souhaite sincèrement à toutes personnes abîmées par la vie de croiser son chemin. Elle fait des miracles. Tu as un impact tellement fort sur ce que tu touches Anne... c'est incroyable. Merci !

Magali

«Anne, est une personne vraiment bienveillante, qui ne juge pas et ça fait du bien !

Grâce à elle je progresse dans ma vie de tous les jours. J'apprends à évoluer et à travailler sur moi pour enfin avoir une bonne estime de moi ; ce qui est indispensable pour avancer sereinement dans la vie. Mes filles y vont également et nous avançons toutes ensemble vers plus de sérénité.

On devrait tous aller voir Anne au moins une fois dans notre vie.» 🌈❤️☀️

les Couples

« Deux êtres qui apprennent
à se rencontrer autrement »



Karen et Yohan (en individuel et en couple)

Mon mari et moi partageons notre vie depuis 21 ans. Depuis près d'un an, nous bénéficions de l'accompagnement d'Anne, qui a profondément contribué à améliorer notre relation.

Dotée d'une grande empathie et d'une remarquable capacité d'analyse, Anne nous aide à mieux nous comprendre et à instaurer une communication apaisée et constructive. Elle sait écouter chacun avec attention et reformuler les ressentis de manière claire, ce qui nous permet d'éviter les malentendus et les conflits.

Son approche bienveillante nous aide également à identifier et à dépasser nos peurs et nos blocages.

Anne est une personne solaire et dynamique, qui insuffle une énergie positive et propose toujours des solutions adaptées. Grâce à elle, les choses paraissent plus simples et accessibles.

Nous lui sommes profondément reconnaissants pour l'aide précieuse qu'elle nous apporte.

Marion et Romain (en individuel et en couple)

«Après l'arrivée de notre enfant, nos vies ont été bouleversées et un accompagnement de notre couple a été nécessaire pour démarrer cette vie à trois. Etant suivis séparément déjà, nous avons décidé en parallèle de nous retrouver avec Anne pour des séances à deux.

Cette thérapie nous a permis de mieux nous connaître et de nous comprendre pour nous donner les clés nécessaires afin de construire la vie de famille et la vie de couple dont nous avons envie et besoin.

A ce jour, nos suivis individuels et en couple, se croisent et se complètent pour que nous puissions devenir les meilleures versions de nous-mêmes dans tous les aspects de notre vie»

les Ados

« Quand la différence cesse d'être un poids...
la jeunesse commence à respirer »



Léna «Je tiens à remercier Anne pour l'écoute et l'aide qu'elle m'a apportées car, quand j'ai été la voir pour la 1re fois, j'étais vraiment très mal. J'ai senti une écoute et surtout une personne qui me comprenait.

J'ai commencé en octobre et aujourd'hui je vais beaucoup mieux, j'ai repris goût à vivre pour moi et ça c'est très précieux.

J'ai pu faire la thérapie avec ma mère et ma sœur, on s'est retrouvées. Nous avons retrouvé cette complicité et ce plaisir d'être ensemble que j'avais perdus.

Merci pour tout Anne»



Ewan

«Il y a 6 ans, lorsque que j'avais 13 ans j'ai commencé l'accompagnement avec Anne tout seul et en famille. Aujourd'hui, je continue cet accompagnement.

À l'initiative de cette idée de la rencontrer, c'est ma maman. J'étais très souvent en conflit avec mes parents et après plusieurs consultations chez des professionnels, rien ne changeait.

Puis je suis allé chez Anne ou ça c'est très bien passé.

À cette même période j'intégrais un internat de sport étude en badminton. Je ressentais beaucoup de choses et je me sentais différent.

Il n'était pas facile de concilier le sport de haut niveau, les études, les relations sociales avec toutes les personnes que je côtoyais(entraîneur, joueur, professeurs), et aussi les relations avec mes parents et ma soeur.

3 ans plus tard je deviens champion d'Europe en double mixte dans la catégorie des moins de 17 ans.

Aujourd'hui j'ai été accepté à l'EDHEC et je continue de suivre l'accompagnement de Anne.

Anne m'a apporté, m'a fait découvrir beaucoup de choses sur moi et sur les relations avec les autres.

Mais surtout elle m'a fait découvrir mon potentiel !»



Léana

Je m'appelle Léana , j'ai 10 ans et grâce à l'accompagnement d'Anne, j'ai repris confiance en moi. J'attendais chaque rendez-vous avec impatience et j'en ressortais toujours soulagée et apaisée. Avec Anne, je pouvais tout dire sans avoir peur d'être jugée. Elle m'a toujours écoutée avec beaucoup de bienveillance. Son accompagnement m'a fait énormément de bien et m'a aidée à avancer. Merci pour tout.



l'Atelier des Zèbres

« Certains coeurs n'attendent qu'un espace
pour révéler leur élan naturel »



Les 4 filles qui sont présentes depuis le début et
qui font partie de la fondation

Garance - Ado

L'atelier cœur de zèbre est un groupe, est un endroit où on se sent chez soi. Là-bas nous sommes écoutés et entendus, nous sommes reconnus et ça fait du bien. C'est une place où l'authenticité et la spontanéité sont incarnées c'est un endroit de rencontre et de partage où pendant un instant les mots du groupe peuvent aider les maux d'une personne. On y apprend à mener un projet mais pour cela on apprend d'abord à mener une vie avec laquelle nous sommes en accord. Cet atelier est GÉNIAL !

Lise - Ado

L'atelier cœur de zèbre me permet de me sentir écoutée, en confiance et m'aide à devenir meilleure chaque jour afin que je puisse, avec l'équipe, mener à bien tous les superbes projets que nous avons à réaliser.

Lorsque j'ai intégré le groupe, je ne savais pas trop à quoi m'attendre mais, maintenant j'attends chaque nouvelle réunion avec impatience et me réjouis de tout ce que j'ai pu entreprendre et apprendre.

L'atelier cœur de zèbre me permet également de prendre confiance en moi, m'apprend à mener un projet et à savoir prendre ma place au sein d'un groupe.

Aurélia - Ado

L'atelier cœur de zèbre me permet de me sentir écoutée, en confiance et m'aide à devenir meilleure chaque jour afin que je puisse, avec l'équipe, mener à bien tous les superbes projets que nous avons à réaliser.

Lorsque j'ai intégré le groupe, je ne savais pas trop à quoi m'attendre mais, maintenant j'attends chaque nouvelle réunion avec impatience et me réjouis de tout ce que j'ai pu entreprendre et apprendre.

L'atelier cœur de zèbre me permet également de prendre confiance en moi, m'apprend à mener un projet et à savoir prendre ma place au sein d'un groupe.

Méline - Étudiante

Dans l'atelier Cœurs de Zèbre, j'ai trouvé bien plus qu'un simple espace de parole. J'ai trouvé un lieu où je me sens pleinement comprise, écoutée et respectée. Ici, il n'y a aucun jugement.

Chaque atelier est comme une bouffée d'air frais, un moment où je peux être moi-même, sans masque, sans peur.

Avant, je me suis souvent sentie en décalage, mais dans ce groupe ce qui faisait ma différence est devenu une force.

Grace a Cœurs de Zèbre. J'ai grandi. J'ai appris à m'affirmer. Aujourd'hui j'ose davantage. Je sais qui je suis, et je n'ai plus peur de prendre ma place dans le monde.

Des participantes

Louane - Étudiante

C'est une expérience découverte depuis peu, qui m'a ressourcée. J'y ai rencontré des personnes extraordinaires, nous nous sommes comprises avec simplement des regards. C'est un moment de partage, un élan de bienveillance et de compréhension qui offre une bulle d'air dans ce monde difficile à comprendre. J'en suis sortie plus forte, pleine d'énergie positive et avec des projets plein la tête. Cet instant précieux dans un petit cocon m'a fait passer une de mes plus belles journées depuis bien longtemps. Anne et les filles m'ont accueillie très naturellement, un grand merci.

Onessa - Étudiante

J'ai découvert cet atelier en janvier dernier, si mes souvenirs sont exacts. C'était la toute première fois que j'y participais. Je dois reconnaître qu'une légère appréhension m'habitait, car tout m'y était inconnu. Pourtant, au fond de moi, je pressentais que cet espace serait empreint de sécurité et de bienveillance. (SPOILER : ce fut le cas)

J'y ai rencontré plusieurs jeunes femmes, d'âges variés. Loin de constituer un obstacle, cette diversité m'a immédiatement séduite ; elle ouvrait la voie à des échanges riches et nuancés. Au fil de l'atelier, chacune a partagé un fragment de son histoire, évoquant avec sincérité l'endroit de sa vie où elle se trouvait à cet instant précis. Après chaque prise de parole, nous étions invitées à offrir un retour profondément positif, destiné à soutenir, encourager et valoriser l'autre avec authenticité.

Cette différence d'âges m'a particulièrement nourrie. Elle m'a permis de découvrir des perspectives nouvelles, tout en me donnant, par moments, le sentiment d'endosser un rôle de grande sœur. Je me surprénais à formuler pour elles les mots que j'aurais moi-même aimé entendre à leur âge.

J'ai été profondément touchée par la bienveillance qui enveloppait cet atelier. J'ai aimé écouter, conseiller, mais aussi recevoir leurs paroles, leur attention et leurs encouragements. Si je me souviens bien, un goûter venait ponctuer ce moment, apportant une touche de douceur et renforçant la convivialité déjà présente.

J'ai, par ailleurs, beaucoup apprécié cet atelier en lui-même : il m'a ouvert les yeux sur une autre manière d'aborder la thérapie, une approche plus collective, sensible et profondément humaine, que j'ai trouvée particulièrement pertinente.

Je m'y suis sentie libre, pleinement alignée avec ma nature de zèbre. Il est précieux de pouvoir rencontrer des personnes qui partagent ces singularités, et de vivre ensemble des instants aussi sincères et lumineux.

les Dessins

« Certains dessins racontent ce que les mots
n'ont pas encore appris à dire »



Les Dessins



Le Livre

« Parfois un livre devient
plus qu'un livre »



★★★★★ Sandy

Merci pour cette belle découverte de votre ouvrage « Je ne suis pas un âne, je suis un zèbre ».

Je le recommande +++ . Mon fils l'a beaucoup aimé, il a pu en lire une partie en séance. L'histoire est adaptée à tout âge, les couleurs et dessins sont attrayants. Ce livre aide les enfants à comprendre que ce n'est pas grave d'être différent, et que cela peut même être une force.

Merci Anne pour votre écoute toujours bienveillante, les séances sont toujours adaptées à l'enfant et à son rythme. Il se sent écouté, compris et en confiance. Cela l'aide beaucoup à mieux comprendre ses émotions.

★★★★★ Jennifer

Je viens d'acheter votre livre « Je ne suis pas un âne, je suis un zèbre » pour mon fils, et je voulais le lire avant de le lui transmettre. J'ai eu l'impression de relire trait pour trait les grands événements de ma vie... Les difficultés scolaires durant le primaire ou le collège, la poursuite d'études supérieures, le mariage, la naissance de mes 2 fils avec 4 ans d'écart, puis le divorce, et l'osmose avec mes fils détectés à Haut Potentiel. Bref, je pense que ce livre permettra à mon plus grand garçon de poser des mots sur ses émotions. Merci Anne, pour le partage de votre expérience, je me sens beaucoup moins seule dorénavant...

★★★★★ Anne-Marie

Quelle chance pour les enfants 'atypiques' d'aujourd'hui de pouvoir lire le livre d'Anne et de pouvoir comprendre qui ils sont. Il est à la fois ludique et factuel, ce qui lui donne toute sa crédibilité.

Même en tant qu'adulte, il m'a aidée personnellement et pour comprendre mes enfants. J'aurais tant aimé avoir ce livre enfant pour comprendre, entre autres, mes émotions ++, mon regard différent sur les choses, et pourquoi je me retrouvais souvent seule et différente.



Et retrouve l'histoire de Léonie et son expérience avec le livre directement sur le site sur la page du livre

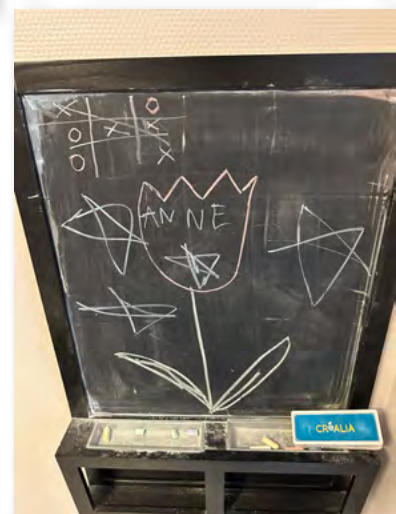
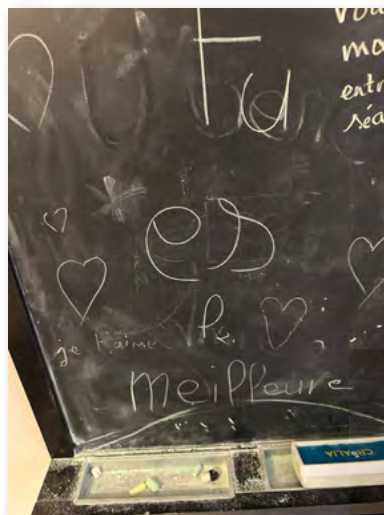
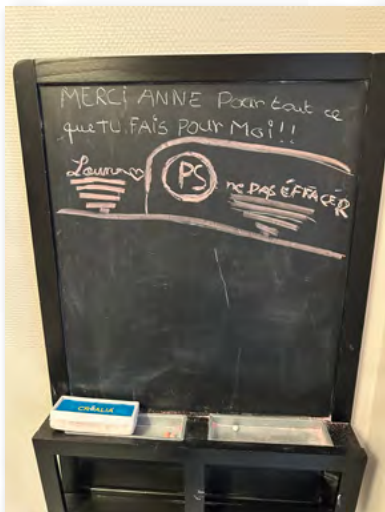
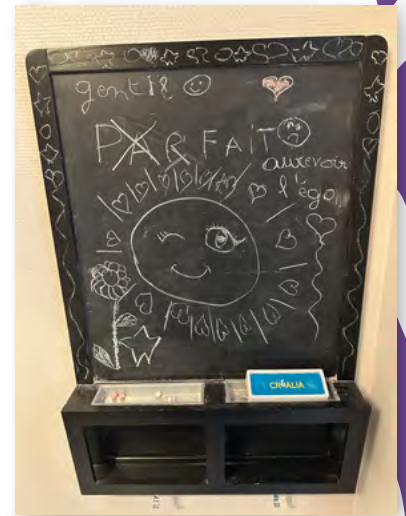
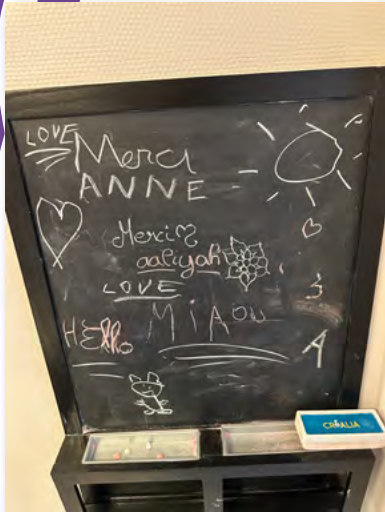


Au Tableau

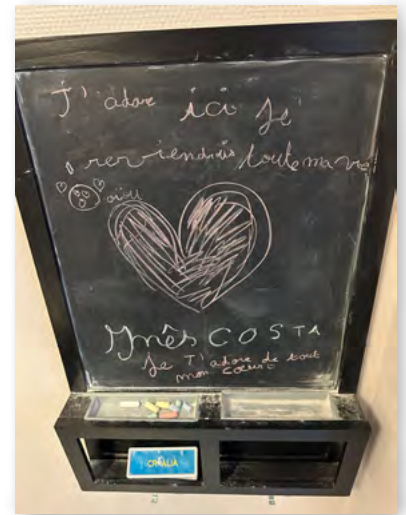
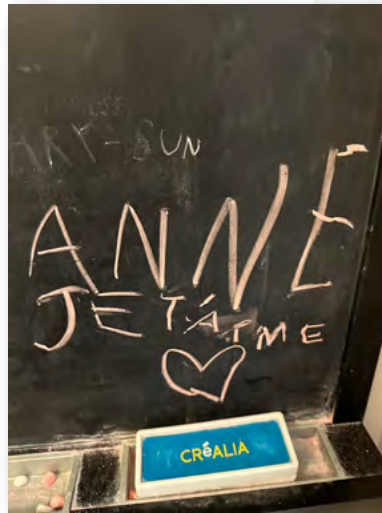
« Quelques mots d'enfants suffisent
à illuminer une journée »



Au Tableau



Au Tableau



« Et si cette source ne devait jamais cesser de couler ? »

les Avis Google

« Laisser le temps faire son œuvre ...
la clarté s'installe »



Les avis Google

★★★★★ Nathalie

J'ai connu Anne sur les recommandations d'un professionnel de santé. Lorsque l'on rentre dans son cabinet, elle sait tout de suite comment nous allons.

La prise de conscience n'est pas facile. Anne a su, et sait encore, m'accompagner dans le lâcher prise, gérer les priorités en fonction des miennes et non celles des autres, laisser parler le cœur et non l'égo... J'avance, doucement mais sûrement.

★★★★★ Cynthia

En voyant le bien que procurait le travail fait avec mes filles et le changement s'opérer, je me suis décidée à découvrir le cabinet à mon tour.

Une femme d'une bienveillance rare. A croire qu'elle lit en nous, Anne tombe toujours juste et adapte la séance au besoin du moment. Une capacité d'analyse incroyable.

J'apprends à me connaître, me comprendre. Une meilleure appréhension des autres. Je trouve petit à petit un nouveau positionnement face à des situations habituellement difficiles. Le lâcher-prise se met en place au rythme de la découverte de soi. J'apprends à décider de où déployer mon énergie. Un cheminement profond qui nous amène à des évidences (comment n'ai-je pas réalisé cela avant ?!!) Anne peut nous « secouer » tout en douceur lorsque cela est nécessaire.

Les soins énergétiques font un bien fou, on ne se doute pas de ce que l'on enfouit et qui ne demande qu'à sortir !

La vie devient plus sereine depuis nos échanges, Anne nous fait prendre conscience qu'il ne tient qu'à nous qu'elle le soit :)

Merci Anne !

★★★★★ Louise

J'ai pris rendez-vous chez Anne a un moment où j'étais devenue un vase craquelé de partout qui ne faisait que déborder. Aujourd'hui je suis une belle fleur épanouie. Anne ne nous donne pas les réponses mais nous donne les moyens pour les trouver nous même et nous les approprier.

★★★★★ Edwige

Sur recommandation, j'ai rencontré Anne, j'y suis allée car je vivais une période difficile.

Je me suis vite sentie à l'aise, et en totale confiance.

Anne dégage quelque chose de fort, de la lumière, de l'apaisement...

Je pensais avoir un problème, je ne me comprenais pas, je trouvais mes réactions anormales et surdimensionnées, mais grâce à Anne, j'ai pris conscience que j'étais hypersensible, HPE.

Une vraie surprise qui m'a permis d'éclaircir des points sombres, j'ai compris énormément de choses de mon passé.

Je me suis découverte et je me suis comprise.

Ce fût une réelle libération.

Depuis, j'apprends à me connaître et je réalise qui je suis.

Je pense avoir encore besoin d'Anne pour évoluer. Cela dit, j'ai déjà tellement grandi.

A chaque fois, la prochaine séance me semble toujours tellement loin.

Pour tout cela, vous avez toute ma gratitude, merci énormément Anne 
Edwige

★★★★★ Arnaud

Anne est une fabuleuse thérapeute, très à l'écoute et de bons conseils. Elle vous guide sur votre chemin aussi compliqué soit il. Merci pour tout Anne

★★★★★ Mathilde

Nos chemins se sont croisés lorsque je n'étais plus en mesure de gérer seule les conflits internes qui se jouaient en moi. Anne a su comprendre mes besoins. Grâce à elle, j'ai appris à me connaître au travers de nos différents échanges qui combinaient une approche tant sur l'esprit que sur le corps.

Anne m'a accompagné tout au long de ce cheminement afin que je puisse me réaliser.

Merci à elle pour son aide et sa bienveillance !

Les avis Google

J'ai rencontré Anne sur un stand lors d'un salon, j'ai discuté avec elle et de suite senti qu'elle était à l'écoute, pas là pour vendre quoi que ce soit, mais prête à aider. de suite très efficace en quelques phrases j'ai su qu'elle avait les outils et expériences nécessaires pour sauter le pas. lors du 1er rendez vous elle m'a complètement cernée, pas jugée, soutenue, et détendue avec ces soins magiques. tout dans la douceur et finesse. Elle est aussi toujours dispo à écouter et très réactive, 1 bon pilier, on sait qu'on peut compter sur elle, on est bien plus qu'un patient avec elle !

★★★★★ Cloclo

Je suis suivie par Anne depuis environ 5 mois et elle n'a rien à voir avec les psychologues que j'ai pu aller consulter avant, qui n'étaient pas vraiment adaptées à mon caractère plutôt sensible. Elle est très à l'écoute et bienveillante et chaque séance me permet d'avancer, d'apprendre à mieux me connaître et d'éloigner de moi le négatif et le toxique. Je me sens d'ailleurs beaucoup mieux depuis que je la consulte et je ne peux que la remercier !

★★★★★ Lise

J'adore ces accompagnements, ça m'aide beaucoup à trouver des solutions à mes problèmes, on se sent bien au cabinet et tout y est réalisable pour atteindre notre plus haut potentiel

★★★★★ Mathilde

J'ai poussé la porte du cabinet de Anne il y a environ 1 an avec un trop plein de tout sur le dos et la nécessité de me délester. J'y ai trouvé une présence douce, rassurante, et une écoute bienveillante. Chaque séance me permet d'atteindre encore un peu plus la sérénité et la confiance en moi. L'approche de Anne, qui allie esprit et énergie du corps est très intéressante. Elle conseille aussi des lectures qui permettent de compléter le travail, à son rythme. Je recommande, sans hésiter!

★★★★★ Louis

Quand je vais chez Anne je sais que je peux parler de tout sans aucun jugement, et que j'aurais toujours des réponses à mes questions.

★★★★★ Fabienne

Anne est compréhensive, attentive, et à l'écoute. Elle m'a mise tout de suite à l'aise pour gérer mes traumatismes. Elle donne de très bons conseils pour gérer mes complexes et mon hypersensibilité. J'ai toujours plaisir à aller la voir.
Rose, 12 ans

★★★★★ Corinne

Une recommandation avec un grand R... c'est avec subtilité et intelligence que vous serez reçus, compris et accompagnés.
Anne est une Thérapeute qui porte en elle l'art et la manière d'aider de soigner de transformer la problématique en ressource.
Virtuose et professionnelle ...
demain. C'est maintenant.
Avec Anne

Les avis Google

★★★★★ Muriel

J'ai rencontré Anne sur les conseils de mon ostéopathe. C'est une thérapeute d'une grande douceur et d'une réelle bienveillance. Son écoute est sincère, sans jugement, et je me suis sentie en confiance très rapidement. Elle a su comprendre ma situation avec beaucoup de justesse et m'apporter des conseils adaptés, concrets et toujours respectueux de mon rythme. Son accompagnement m'aide réellement et je lui en suis très reconnaissante.

J'ai aussi eu la chance de participer à un atelier d'art-thérapie qu'elle animait. Ce fut un moment très fort, empreint de bienveillance et d'humanité. Dans un cadre sécurisant et respectueux au cours duquel j'ai fait de belles rencontres et vécu de vraies prises de conscience. Un espace de partage et d'expression qui m'a profondément marquée et que je recommande également.

★★★★★ Marjolaine

Rien n'arrive par hasard. Suite à une période difficile de ma vie, j'ai eu de nombreux retours positifs sur les séances avec Anne, me poussant à la contacter à mon tour.

Cela fait maintenant plus d'un an que je vais la voir régulièrement et ma vie a changé.

Étape par étape, par différents moyens (soins énergétiques, exercices, lectures, échanges,...) elle m'a aidé à prendre conscience, à accepter et à mieux comprendre certaines situations de ma vie. J'ai appris à mieux me connaître, à me faire confiance, à oser.

Anne est une femme lumineuse, bienveillante, à l'écoute.

On peut aborder n'importe quel sujet avec elle.

Vous pouvez y aller sans hésiter !

★★★★★ Maryse

Je vais vous décrire Anne WIDEHEM et je peux dire que c'est réellement une très belle rencontre. Anne est à l'écoute, profondément humaine, très investie dans son domaine pour nous apporter toujours plus et le maximum pour notre bien-être total. Elle a changé ma vie et je la recommande vivement les yeux fermés. Si un jour vous passez sa porte pour petits, moyens ou gros soucis, gardez un peu de patience en vous et de bonne volonté car en suivant ses précieux conseils vous en ressortirez plus fort je peux vous le garantir ainsi qu'apaiser, positif, dynamique avec de belles solutions pour aller de l'avant dans la vie avec la joie de vivre, un moral d'acier et surtout « la clef magique » pour ouvrir les bonnes portes en tout et aussi pour être en bonne santé. C'est aussi un travail à faire sur soi mais ça en vaut vraiment la peine. Allez y vous en serez agréablement surpris et heureux / heureuses de faire cette belle rencontre.

★★★★★ Noia

Moi même de profil atypique et maman de deux jeunes zèbres, après un parcours de vie très mouvementé, mon choix d'accompagnement s'est porté sur Anne et je ne regrette absolument pas, car les effets attendus sont bel et bien là.

Anne fait preuve d'une grande maîtrise, empathie, conseils et investissement.

Les soins énergétiques se révèlent très efficaces, y compris sur les plus jeunes.

Nous la remercions très chaleureusement pour tous les petits pas faits chaque jour grâce à son soutien sans relâche.

Des millions de merci 🙏☀️🌈

☀️ Quand on vous rencontre tout se révèle à nous : c'est très déstabilisant mais qu'est-ce que ça fait du bien ! On ne veut plus revenir en arrière, on est poussé à aller vers

l'avant. Merci Anne 🙏

Merci

« Et au coeur de tout cela... une gratitude infinie pour chaque être qui a osé laisser une trace de son passage »





Anne

Et maintenant ...
à toi d'écrire la suite ...



L'ACADEMIE DES ARTS
DE VIVRE HEUREUX



L'ACADEMIE DES ARTS
DE VIVRE HEUREUX