

PLAN DE COURS

**CHANGEZ VOS CROYANCES,
CHANGEZ VOTRE VIE !**



Stéphanie Milot



CHANGEZ VOS CROYANCES CHANGEZ VOTRE VIE !

L'objectif de cette formation :

Cette formation a été conçue pour vous aider à reprendre le pouvoir sur ce qui influence *tout* dans votre vie : vos croyances. Parce qu'une croyance, qu'elle soit aidante ou limitante, teinte chacune des sphères de notre quotidien, tel que nos relations, notre carrière, notre santé, notre confiance, nos finances ect.

Quand nos croyances sont limitantes, elles créent des plafonds invisibles : elles freinent nos élans, sabotent nos décisions, alimentent nos peurs et nous maintiennent dans des schémas qui nous éloignent de nos objectifs.

À l'inverse, quand elles sont alignées, elles deviennent un moteur puissant qui nous permet d'avancer avec clarté, liberté et élan.

Dans cette formation, nous allons apprendre à reconnaître ces croyances qui nous limitent sans qu'on s'en rende compte, à comprendre d'où elles viennent puis à les transformer pour installer de nouvelles croyances plus justes, plus fortes et profondément soutenantes.

C'est un travail qui touche toutes les sphères de votre vie et qui peut littéralement tout changer.

Vous allez explorer 13 modules au total :

Le module d'introduction vous explique ce qu'est **une croyance**, comment elle se forme et pourquoi elle influence autant votre réalité.

Puis, vous plongerez dans 12 sphères de votre vie :

MODULE 1. Les croyances de la sphère santé et bien-être

MODULE 2. Les croyances de la sphère vie de couple et amour

MODULE 3. Les croyances de la sphère famille – enfants

MODULE 4. Les croyances de la sphère argent – finances

MODULE 5. Les croyances de la sphère vie professionnelle et carrière

MODULE 6. Les croyances de la sphère développement personnel et spiritualité

MODULE 7. Les croyances de la sphère amitié - vie sociale

MODULE 8. Les croyances de la sphère loisirs et créativité

MODULE 9. Les croyances de la sphère image de soi et confiance

MODULE 10. Les croyances de la sphère temps et gestion

MODULE 11. Les croyances de la sphère bonheur et épanouissement

MODULE 12. Les croyances de la sphère contribution



Votre objectif sera de briser vos croyances limitantes à l'aide de **7 questions puissantes** et par la suite, de reformuler de nouvelles croyances dynamisantes qui auront un impact majeur et positif sur la ou les sphères de votre vie choisies.

En résumé :

Étape 1 : Identifier vos croyances limitantes.

Étape 2 : Les briser grâce aux 7 questions.

Étape 3 : Créer vos nouvelles croyances dynamisantes.

Chaque fois que vous transformez une croyance, vous redessinez votre monde intérieur et votre monde extérieur s'ajuste, naturellement.

Bon programme !

Pour tout détail concernant nos autres services, nous vous invitons à visiter notre site web :
www.stephaniemilot.com

Pour toute demande, veuillez nous contacter à l'adresse question@stephaniemilot.com ou par téléphone au (450) 978-2725, du lundi au vendredi, entre 9 h et 17 h (heure du Québec).