

MON CALENDRIER HYGGE D'AUTOMNE

30 MICRO-PAUSES COCOONING POUR APAISER TES 5
LUNES DE LA TRAHISON (PAR VIRGINIAÉLAVIE
ÉNERGÉTICIENNE)



À COCHER TOUT AU LONG
D'OCTOBRE & NOVEMBRE

LA LUNE NOIRE LE MIROIR DU VIDE

OBJECTIF HYGGE : PASSER DE L'ARRIÈRE-PLAN
AU CENTRE DE SON PROPRE COCON.

- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 2. La chaise sacrée
- ☐ 3. Le "non" d'automne

- ☐ 4. La soupe zéro effort
- ☐ 5. Le bain hors champ
- ☐ 6. Le plaid-bouclier

LA LUNE VOILÉE : LA MISE À NU DE L'ARBRE

OBJECTIF HYGGE : DÉPOSER LE MASQUE ET
S'ACCORDER DE LA BEAUTÉ IMPARFAITE.

- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable

- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable



LA LUNE GRISE LE BILAN DE LA MOISSON

OBJECTIF HYGGE : CÉLÉBRER CHALEUREUSEMENT
LA VALEUR DE SON GRENIER INTÉRIEUR.

- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable

- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable

LA LUNE ROUGE LA FIN FORCÉE DU COMBAT

OBJECTIF HYGGE : TRANSFORMER L'ARRÊT FORCÉ
EN DOUCEUR ET DÉPOSER L'ARMURE.

- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable

- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable



LA LUNE FIGÉE LE PASSAGE DU SEUIL

OBJECTIF HYGGE : FAIRE FONDRE L'INERTIE
PAR UN TOUT PETIT MOUVEMENT DOUX.

- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable

- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable
- ☐ 1. La boisson intouchable

BESOIN DE DÉPOSER UN BAGAGE PLUS LOURD CET AUTOMNE ?
REJOINS-MOI À BORD DU COZY COMBI : 5 ESCALES AUDIO MÉDITATIVES (5 € L'UNITÉ)
T'ATTENDENT SUR LA BOUTIQUE POUR DÉBLOQUER TON ARCHÉTYPE AVEC BRIGID
FREYJA ET HÉCATE.

ICI JE DÉCOUVRE

