



[Naturopathie](#)

[Cours de Yoga](#)

[Espace Bien-être](#)

[Le blog](#)



Garder le cœur ouvert

Comment vous sentez-vous en ce début d'année ?

Et si c'était le moment pour vous d'accueillir cette nouvelle année avec le cœur ouvert sur vous-même et sur le Monde, en confiance et en conscience ?

Oui, **garder le cœur ouvert, quoiqu'il arrive...**

Même si autour de vous, beaucoup de choses se bousculent, vous secouent, vous interpellent.

Même si parfois, le doute peut venir s'installer ou l'inconfort, voire même la peur...

Tout un ensemble d'émotions qui font partie de la vie... et que l'on peut rencontrer en fonction de ce qu'elle nous fait traverser.



Une nouvelle année apparaît un peu comme **une nouvelle porte qui s'ouvre** sur le champ des possibles.

Comme si toutes les graines semées auparavant, bien au chaud dans la terre nourricière, allaient pouvoir éclore pour baliser notre chemin de **jeunes pousses porteuses d'un potentiel illimité.**



Chaque nouveau cycle **invite à aller regarder en soi** pour se poser les vraies questions et pour ressentir...

... ressentir ce qui vibre en soi, ce qui nous anime vraiment, nos vrais besoins, tout ce qui peut attiser et entretenir notre petite flamme intérieure.



J'ai ce sentiment que ce qui se présente à nous provient souvent de **comment on est à l'intérieur...**

Quel est notre état d'esprit, notre manière d'appréhender la vie ?
Quels sont nos ressentis intérieurs du moment ?

Je vous souhaite de tout cœur
de garder le cœur ouvert
et **une confiance en la vie sans faille...**

Et de continuer à semer les graines de votre évolution,
de votre expansion...

En restant en cohérence avec vous-même.

Et en vous offrant des espaces
pour respirer,
pour vous poser,
pour écouter votre Univers intérieur,
pour prendre soin de vous.



En ce début d'année,
je vous propose la lecture de mon dernier article :
"Perdre du poids avec la Naturopathie".

Le surpoids concerne beaucoup de personnes que je rencontre en cabinet.

Il se peut que cet article soit utile pour une personne que vous connaissez...

Alors, n'hésitez pas à le partager !

;)



Perdre du poids avec la Naturopathie

[Lire l'article](#)

Un p'tit plus pour démarrer l'année !

Le BONUS PARRAINAGE !

Je vous propose **une remise de 15 %**
sur mes Massages bien-être ou mes séances de Réflexologie plantaire
si vous parrainez une nouvelle personne que vous connaissez
en l'orientant vers mon cabinet !

Et lorsque la personne de votre choix prendra RDV,
je lui ferai une **promotion de 10%** sur sa séance.

C'est parti !
;-)

[Accéder au BONUS PARRAINAGE](#)



Psst ' !

Du nouveau sur mon site internet !

Vous pouvez désormais partager mes articles sur Facebook, WhatsApp, Pinterest, LinkedIn ou par courriel !

contact@sandrinerey.fr

9 Boulevard Jean Jaurès
13100 Aix en Provence
France



Vous recevez cette Newsletter parce que vous vous êtes inscrit.e à partir de mon site et/ou vous acceptez d'être informé.e de mes actualités.

Vous pouvez vous désabonner à tout moment...

[Se désinscrire](#)

