

L'Autohypnose peut être une expérience apaisante et délassante vous aidant à vous libérer des tensions. C'est une forme de méditation qui vous permet de converser avec vous-même.

C'est une manière de déstresser et d'oublier vos soucis.

L'Auto Hypnose peut vous aider à améliorer votre seuil d'apprentissage, à aiguïser votre mémoire et à rester alerte pendant une semaine d'examen ou une importante présentation.

Elle peut vous donner un coup de main lorsque vous vous attendez à faire face à une situation épuisante émotionnellement.

Elle peut vous aider à nettoyer le fatras de votre esprit après un emploi du temps trop rempli...



HYPNOCOACHING

Editeur Responsable : Hypno-coaching srl
Av. Bel Air 47-1428 Braine l'alleud

Animateur

Docteur Philippe Vande Lanoitte

Rejoignez-nous pour une immersion dans l'univers fascinant de l'autohypnose.

Le Dr Philippe Vande Lanoitte, vous guidera à travers des exercices pratiques et des conseils personnalisés pour vous aider à maîtriser cette technique puissante.



Philippe VANDE
LANOITTE

Médecin

Hypnothérapeute
0475 36 20 55

Vandelanoitte.philippe@gmail.com
www.linkedin.com/in/vandelanoitte/

Formation

Communication non violente"

(Thomas d'Ansembourg) 2023

Master Hypnose Flash®

(Hypno-Coaching): 2022

Hypnose douleurs aiguës et chroniques

(Université de Liège) 2019

Certified Hypnotherapist

(National Guild of Hypnotists) 2016

Atelier Autohypnose sur mesure !



Apprenez
l'autohypnose,
des techniques simples et
efficaces pour vous connecter
à votre esprit et
libérer votre
potentiel intérieur.

www.hypno-coaching.be/formations

En 2025 A Braine l'alleud

Une journée sur mesure
22 février
5 avril
24 mai
21 juin

Par un professionnel
de la santé



Vous venez avec un
objectif personnel

**L'animateur adaptera
l'atelier de manière à
répondre à vos attentes.**

Inscriptions par mail :
info@hypno-coaching.be

Thèmes pour vous inspirer

Gestion des émotions
Réapprendre à s'endormir
Calmer les ruminations
Un sommeil réparateur
Les jambes sans repos
Gérer le cauchemar
Apprivoiser la douleur
Gérer la peur de l'aiguille
Gérer le stress
Soulager une contracture
Retrouver le calme
Vivre un moment de bien-être
Regagner la confiance
Se préparer à une épreuve
Stimuler sa créativité
Se libérer des préoccupations,
Gérer les pensées envahissantes
Calmer les tensions
Prendre de la distance
Reprendre son énergie
Reprendre confiance
...

Un véritable atelier
d'autohypnose
sur mesure,
une opportunité unique



Profitez de cette occasion
unique **de prendre soin de
vous et d'explorer les mer-
veilles de votre esprit.**

Pour seulement 120 €
Préparez-vous à vivre **une
expérience inoubliable !**