



PRÉSENTE

SOMALUNA

**FORMATION DE COACHING
EN INTÉGRATION SOMATIQUE**



Imagine...

- Découvrir ton plein potentiel et tes dons uniques.
- Améliorer et faire évoluer ton accompagnement en étant trauma-informée.
- Apprendre à guider pour créer de véritables résultats durables et efficaces sur le plan thérapeutique.
- Te faire connaître et attirer davantage de clientes.
- Vivre de ta passion : aider les autres.
- T'épanouir à tous les niveaux.
- Évoluer personnellement tout en contribuant à un monde meilleur.



Que tu sois débutante ou que tu aies déjà de l'expérience, rejoins cette fabuleuse aventure humaine :

- Entraîne-toi pendant 6 mois pour devenir une accompagnante d'exception
- Adopte une méthodologie unique centrée sur l'apprentissage par la pratique
- Réalise de véritables accompagnements lors de chaque module, puis débrieфе avec notre équipe et le groupe pour toujours t'améliorer
- Apprends à accompagner à travers le cœur et l'âme plutôt que le mental, car c'est là que les vrais changements se réalisent
- Une fois un certain niveau atteint, bénéficie de la possibilité d'accompagner des clientes sous notre supervision
- Accède à des opportunités uniques pour développer ton activité d'accompagnement
- Trouve ta mission et donne du sens à ta vie



Pourquoi la GRANDE majorité des accompagnantes ne font que “survivre” ?

Certaines ont appris beaucoup de théorie mais :

- 1.Elles manquent de légitimité en raison de formations incomplètes et peu pratiques.
- 2.Leurs formations ne sont pas assez longues pour permettre une intégration réelle des compétences nécessaires.
- 3.Elles ne parviennent pas à apporter des résultats significatifs en quelques séances seulement.
- 4.Elles n'ont pas appris à intégrer les connaissances sur le système nerveux dans leur pratique.
- 5.Elles suivent une approche trop yang, axée sur la performance, et manquent de la dimension féminine et holistique essentielle.
- 6.Elles ne savent pas comment trouver et fidéliser leurs clientes.



Notre formation t'offre l'opportunité de :

- Réconcilier le corps et le mental pour une transformation profonde
- Adopter une approche qui garantit une vraie efficacité thérapeutique
- Guider sans retraumatiser, avec des techniques sensibles et informées par les traumas
- Te positionner de façon UNIQUE sur le marché de l'accompagnement féminin et somatique
- Suivre une formation qui te permet d'accompagner sans avoir à copier des méthodes toutes faites, tout en ajoutant ta valeur unique

BONUS : Devenir marraine et guider d'autres accompagnantes pendant un an sous ma supervision pour peaufiner tes acquis et animer tes premiers groupes en live.

C'est la seule formation en francophonie qui offre ces opportunités.



Qui sera ta formatrice ?

Formatrice, thérapeute spécialisée en reconnexion corporelle, sexualité et traumas

Jessica est une entrepreneure, thérapeute et coach renommée. Elle enseigne comment se reconnecter à son corps, surmonter ses traumas et revenir à un état de régulation saine pour vivre une vie équilibrée et alignée.



Elle s'est formée en thérapie psychocorporelle, coaching, sexothérapie, Tantra, Tao, trauma, et Breathwork auprès de personnes renommées dans leur domaine. Son objectif est de trouver la voie de l'épanouissement. Jessica est une pionnière, étant l'une des premières à avoir proposé en Europe les YoniSteam. Elle est également l'une des premières formatrices en féminin, trauma et somatique en francophonie.

Jessica a accompagné des milliers de femmes à retrouver leur équilibre et leur épanouissement. Son parcours de vie, marqué par une enfance traumatisante et des expériences de violences sexuelles, est inspirant et a aidé de nombreuses victimes à se déculpabiliser et à trouver leur voie.

Aujourd'hui, elle forme des professionnelles de l'accompagnement et organise chaque année une retraite initiatique en Grèce sur l'île d'initiation la plus inclusive de l'histoire humaine.

Ses valeurs, Vérité, Simplicité et Amour, sont inspirées par l'un de ses maîtres spirituels, Babaji.

Jessica a beaucoup voyagé et a acquis une riche expérience, étant polyglotte et ayant occupé divers rôles tels que responsable d'une équipe au parlement européen, professionnelle dans le tourisme en Grèce, et DJ dans les chillout de festivals renommés. Tu bénéficieras de sa multitude d'expériences enrichissantes et variées.





Découvrez les témoignages de celles qui ont été formées par JESSICA

Astrid, Psychothérapeute à Paris :

"Merci Jessica pour cette formation riche, profonde, professionnalisante, qui aborde sans détours et sans tabous tous les thèmes liés au féminin. Comment se reconnecter à notre corps, ce précieux don du ciel ? Comment l'écouter, faire alliance avec lui, pour trouver le chemin de nos émotions et de nos talents ? J'ai été particulièrement touchée par cet aspect de ton enseignement, ainsi que par ta façon intuitive de voir souvent quelque chose de positif, même dans les événements douloureux ou difficiles. Enfin, je recommande vivement la retraite en Grèce, expérience très puissante, qui est venue clôturer et alchimiser tout le processus... Évolution garantie !!"

– Astrid P.



Héloïse, Doula en Guyane :

"Quel bonheur de retrouver les autres reines de la formation lors des lives avec Jessica et des lives avec les marraines ! Quel réconfort de pouvoir se déposer et partager en toute confiance, d'être accueillie sans jugement et de créer des liens forts avec les autres femmes de la formation ! Aujourd'hui, je suis plus sûre de moi dans ma pratique professionnelle, et j'ai des outils concrets pour accompagner les femmes sur leurs chemins de vie. Je suis régulièrement témoin de toutes les transformations qu'elles vivent et de tout ce que leur apporte mes accompagnements basés sur les transmissions de Jessica : une vision claire de là où elles vont, de ce qu'elles veulent, de ce qu'elles ont encore à travailler, une reconnexion à elles-mêmes et à leur féminin."

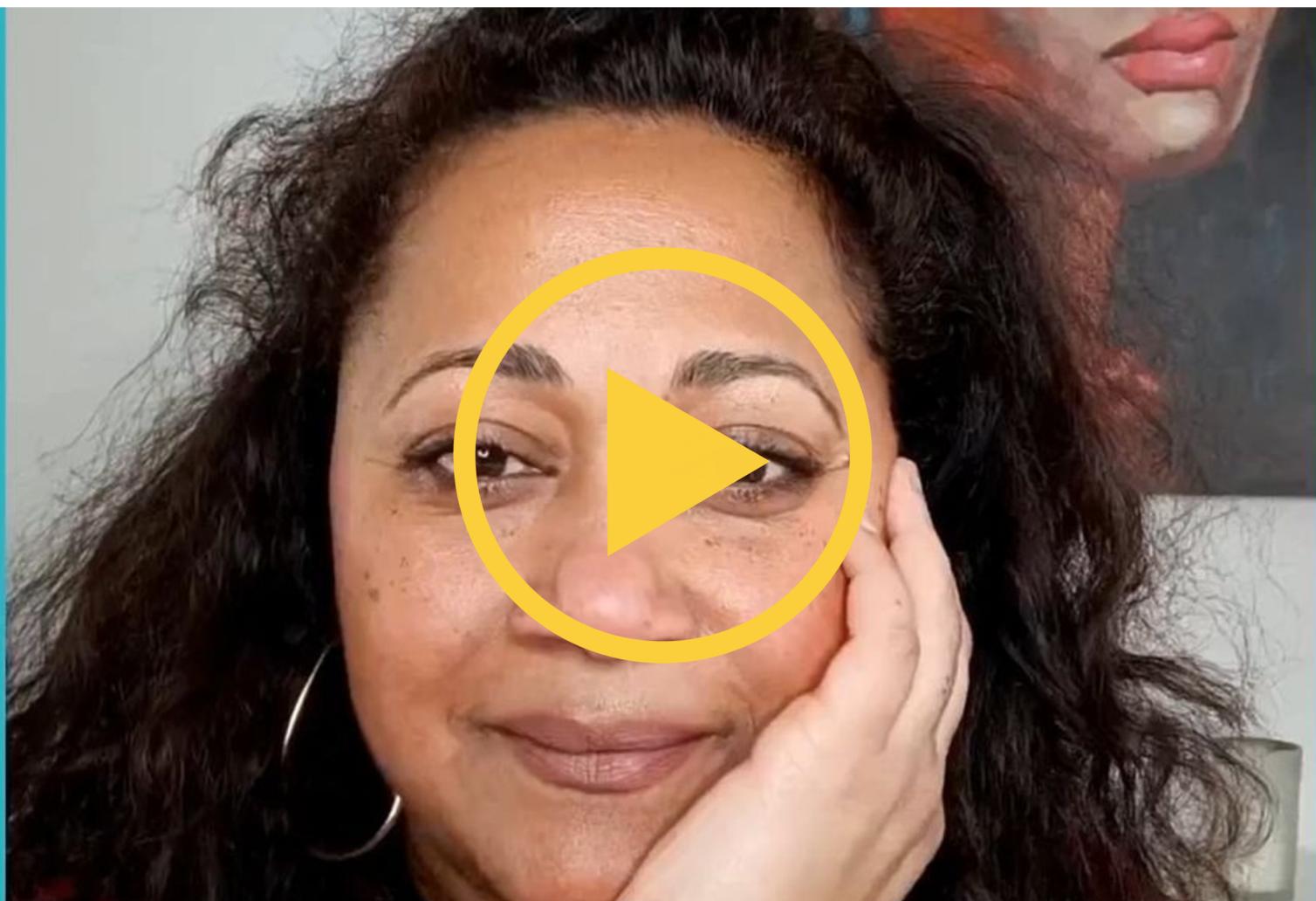
– Héloïse Grebic



Découvre leurs Histoires en Vidéo :

Marie-Hellen, Coach en Belgique :

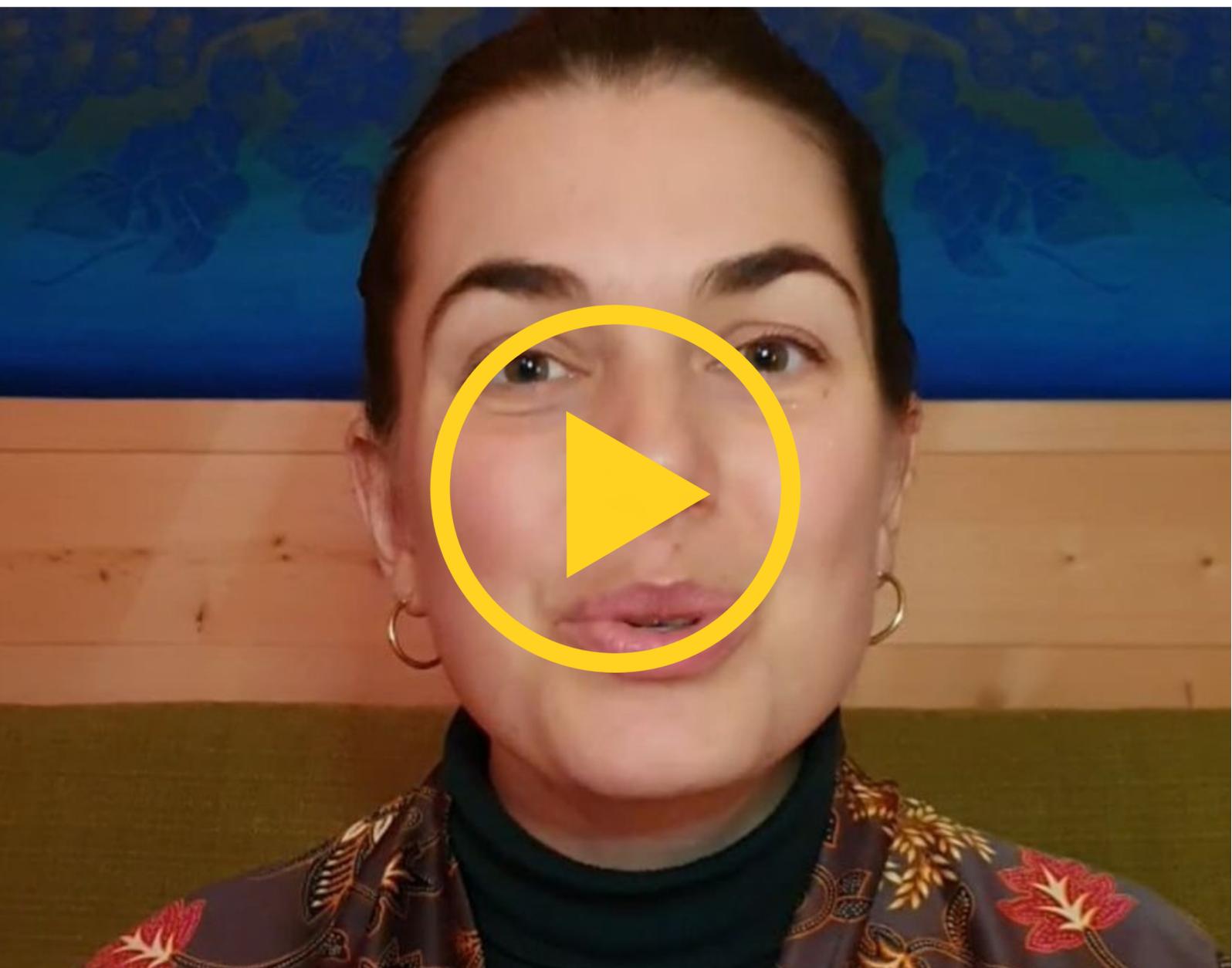
"Avant de rejoindre Somaluna, j'étais déjà coach mais je sentais que quelque chose manquait pour vraiment me connecter à mon féminin et accepter mon corps de femme. Grâce à cette formation, j'ai reçu bien plus que ce que j'espérais."





Diane, Assistante Sociale en Suisse :

"Je cherchais une formation qui me permettrait de sentir que je pouvais réellement aider les autres. Cette formation m'a offert les outils et la confiance nécessaires pour faire une réelle différence."





Pourquoi une formation d'accompagnement ?

Jessica croit profondément que chaque personne a la capacité de retrouver l'équilibre, peu importe ce qu'elle a vécu dans sa vie, et que chacune possède un talent unique à offrir au monde. D'ailleurs, elle incite ses élèves à développer leur signature unique d'accompagnante pour mener une vie épanouissante et aider leurs clientes à en faire de même.

Portée par cette conviction, elle aspire à transmettre son savoir et ses techniques pour soutenir un plus grand nombre de personnes.

Les valeurs de notre formation sont :

- Intégration
- Réconciliation corps et mental
- Confiance
- Sécurité
- Approche informée par les traumatismes



La mission de ma formation est :

Aider chaque femme à se réconcilier avec son corps, son mental, sa sexualité afin qu'elle puisse transmettre de cet endroit alignée avec ses valeurs.

Grâce à ma formation, tu pourras découvrir ton don unique d'accompagnante et faire une différence significative dans ta vie et celle des autres, sans les re-traumatiser.

[Clique ici pour voir une vidéo de présentation de la formation.](#)





La formation

Découvre la méthode d'accompagnement somatique et trauma-informée, conçue pour te guider vers la maîtrise de compétences avancées dans un cadre structuré.

Cette formation t'apprend à établir des relations thérapeutiques profondes et efficaces, enrichissant ta compréhension des traumatismes.

Développe une pratique professionnelle et personnelle qui favorise ton épanouissement, surmonte le sentiment d'illégitimité, et reste authentique à toi-même – le tout en moins de 22 mois.





Les 3 piliers de la formation

1-Transformation : Le Cœur de l'Action

La première étape de toute grande aventure est CE pas courageux vers la transformation.

As-tu déjà senti que tu avais un immense potentiel caché ? Qu'il te suffisait d'un déclic, d'un guide pour libérer toute cette puissance en toi ?

Ma formation t'offre exactement cela : un chemin clair et balisé vers ta PROPRE métamorphose, pour ensuite devenir cette accompagnante qui transforme profondément la vie des autres.

2- Sécurité : Une Fondation Solide

La clé d'un accompagnement réussi, c'est la sécurité, une notion profondément ancrée dans notre système nerveux.

Imagine-toi être cette source de stabilité qui, au-delà des mots, permet à tes clientes de bâtir leur sécurité interne



C'est le socle sur lequel se construisent des relations d'aide efficaces et empathiques, permettant aux individus de se sentir soutenus et compris dans leur processus de transformation.

3- Présence : Qui Permet l'Émergence

Imagine-toi comme cette présence unique qui donne à chaque personne le pouvoir de révéler sa propre essence.

Grâce à ma formation, tu vas peaufiner cette aptitude naturelle et y ajouter des techniques éprouvées.

Le résultat ?

Une écoute perspicace et authentique que tes clientes se sentiront non seulement comprises, mais également capables de tracer leur propre voie en toute autonomie.



Ce que tu reçois

A quoi ressemble ton parcours transformateur de 22 mois



Modules Vidéos, Audios et Ecrits

Modules de formation vidéos, audios et écrits qui complètent la formation



Séance mensuelle d'accompagnement

1 fois par mois, un espace est ouvert dans lequel tu peut être accompagnée si tu le souhaites.



Cercle de partage hebdomadaire

Chaque semaine, tu peux venir au cercle pour déposer comment tu te sens et recevoir le soutien dont tu as besoin de la communauté



Séance mensuelle de Supervision

Tu peux discuter de tes séances, poser des questions afin de comprendre comment tu peux offrir le meilleur accompagnement



Une marraine attirée

Qui mieux qu'une ancienne élève pour t'accompagner et te soutenir ?

Elle sera là pour toi, pour répondre à tes questions et pour t'aiguiller dans ta transformation.



Accès illimité

Tu continues à avoir accès à la formation au delà des 22 mois, à son contenu et à toutes les séances en direct : pratiques, supervision, accompagnement, cercle de partage et entrepreneuriat



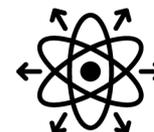
Pratique guidée hebdomadaire

Nous nous réunissons en direct et en groupe pour approfondir et travailler sur les pratiques de la formation



Séance Entrepreneuriat mensuelle

Une séance pour lancer, développer ton activité et te positionner en tant qu'accompagnante en accord avec qui tu es et ce que tu souhaites



Une infinité de possibilités

Grâce à toutes les ressources de la formation et aux spécialisations, tu peux choisir le type de personne que tu souhaites accompagner et comment tu vas les accompagner



Ce que nous utilisons comme

Qualifications & Disciplines

- Techniques de libération somatique
- Programmation Neuro-Linguistique
- Accompagnement des sous-personnalités
- Modalités basées sur les neurosciences
- Thérapie de régulation Neuro-Psycho-Corporelle
- Breathwork
- Techniques de facilitation
- Réconciliation Coeur-Mental
- Tantra classique et Neo-Tantra
- Différents systèmes des Chakra
- Tao de la Femme
- Cycles de la femme
- Rites et Rituels
- Intégration d'une sexualité positive
- Techniques et pratiques de libération des traumatismes
- Techniques et outils de Coaching
- Apprentissage par l'expérience
- Energie féminine et masculine
- Sagesse Collective
- Techniques de libération de la voix
- Compréhension du système nerveux et de son impact
- Ethique professionnelle et inclusive



Découvre le détail des 9 modules :

Module 1 : La Vision

Dans ce premier module, plonge tête la première dans la quête de clarté de ta vision personnelle. C'est là que tu vas apprendre à définir ta route vers ce qui te parle le plus au plus profond de toi. Tu découvriras comment mobiliser les ressources nécessaires pour faire de tes rêves une réalité. Cette clarté deviendra ta boussole, t'orientant inlassablement vers la concrétisation de tes désirs profonds.

Semaine 1 : Amour de soi

- Vision personnelle
- Langage
- Amour de soi
- Nourrir son cœur

Semaine 2 : L'univers quantique

- Mensonge
- Famille
- Vérité intérieure
- Affirmations

Semaine 3 : Boussole intérieure

- Alignement intérieur
- Rêves
- Demande extérieure
- Vision professionnelle



Module 2 : Purification & Limites

Le deuxième module te prépare à un processus de purification, à l'intérieur comme à l'extérieur. Ici, tu créeras un espace propice à l'accueil de la nouvelle version de toi-même, de ton environnement renouvelé, et de la nouvelle vie qui t'attend. Tu apprendras également l'art de poser des limites saines pour préserver ton bien-être et celui des autres.

Semaine 1 : Purification

- Purification personnelle.
- Fumigation : plantes & encens.
- Bains, herbes et sprays purifiants.
- Visualisation et techniques de purification.

Semaine 2 : Limites & Protection

- Protection de ton énergie et de ton lieu de vie.
- Identifier tes limites.
- Poser tes limites.
- Ancrer tes limites dans ton énergie.

Semaine 3 : harmonisation

- Harmonisation de ton lieu de vie.
- Augmentation de ta vibration et de celle de ton lieu de vie.
- Harmonisation de ton énergie personnelle.
- Purification et harmonisation par les éléments.



Module 3 : Émotions & Intuition & Création

Ce module est un voyage au cœur des émotions et de l'enfant intérieur. Tu acquerras des outils puissants et des perspectives transformantes pour vivre en harmonie avec tes émotions. En parallèle, tu développeras une communication saine avec ton intuition et ton enfant intérieur.

Semaine 1 : Emotions & Intuition

- Sensations.
- Connexion au corps.
- Emotions.
- Intuition.

Semaine 2 : Enfant intérieur

- Identification.
- Reconnaissance.
- Libération.
- Attention.

Semaine 3 : Création

- Intention créatrice.
- Création magique.
- Activation de ta création.



Module 4 : Nature Cyclique

Dans ce module, plonge dans l'importance cruciale de ton propre cycle. Tu apprendras à le comprendre, à lui rendre hommage, et à créer des rituels. Explore également tes ombres et tes facettes intérieures pour entamer le processus d'intégration de ton identité.

Semaine 1 : LE Cycle Menstruel

- Cycle menstruel.
- Archétypes du féminin.
- Traditions de femmes.
- Transitions de vie.

Semaine 2 : la femme de Tes rêves

- Femme de tes rêves.
- Féminin sacré.
- Féminin & Masculin.
- Maturité émotionnelle et psychique.

Semaine 3 : initiation

- Initiation.
- Anima & Animus.
- Ombres.
- Identification.



Module 5 : Utérus, Yoni & Cie

Ce cinquième module t'invite à établir une connexion plus profonde avec ta Yoni. Il te permettra de te sentir à l'aise dans ton propre corps et de mieux comprendre les parties intimes, les tiennes et celles d'autres femmes.

Semaine 1 : Anatomie et physiologie de la femme

- Le pubis
- La vulve
- Histoire de ta Yoni
- Clitoris, Hymen

Semaine 2 : Anatomie physiologique et holistique interne

- Vagin
- Col de l'utérus
- La puissance de ton cervix
- La Respiration ovarienne

Semaine 3 : Anatomie du plaisir

- Massage des seins
- Lettre d'amour et de plaisir à ta Yoni
- Exploration de ta Yoni
- Décuirassage de ta Yoni



Module 6 : Sexualité Humaine & Sacrée

Dans ce module, plonge dans une compréhension holistique de la sexualité, englobant les aspects mentaux, énergétiques et corporels.. Cette compréhension fusionne les traditions ancestrales du Tantra et du Tao avec les découvertes récentes des neurosciences

Semaine 1 : Comprendre la sexualité

- Sensations sexuelles.
- Attirance sexuelle.
- Désir vs Libido.
- Orgasme et extase.

Semaine 2 : Le cerveau et la sexualité

- Cerveau.
- Contexte.
- Inhibiteurs de l'orgasme.
- Méta-émotions.

Semaine 3 : Sacraliser la sexualité

- Sexualité sacrée.
- Tantra.
- Espace sacré.
- Rituels sacrés.



Module 7 : Corps, Chakras, Souffle & Voix

Ce module est la bascule vers l'accompagnement. Il va te permettre d'explorer pour toi, sur ton propre corps et ton système, afin de comprendre l'importance et les bénéfices d'une pratique corporelle. Notre corps est notre véhicule, celui qui nous est donné à notre naissance et avec lequel nous apprenons à vivre. Comprendre celui-ci est fondamental pour être en équilibre.

Semaine 1 : Corps

- Bénéfices du travail corporel..
- Adaptation des pratiques.
- Importance du système nerveux.
- Activer le système sympathique et le système parasympathique.

Semaine 2 : Chakras

- Système des chakras selon le Tantra classique.
- Utilisation des Chakras en accord avec le Tantra classique.
- Kundalini comme enseignée dans les écritures classiques.
- Activer les Chakras et la Kundalini.

Semaine 3 : Souffle

- Importance et bénéfices de la respiration.
- Règles, précautions et recommandations.
- Différents types de souffle.
- Techniques de respiration.

Semaine 4 : Voix

- Pourquoi est-ce important d'équilibrer sa voix?
- Porter et présenter sa voix.
- Libération de la voix.
- Jouer avec sa voix.



Module 8 : Accompagnement

Ce module te fournit la structure et le cadre nécessaires pour que tu te sentes en sécurité lors de tes accompagnements. C'est ici que tu démarres les séances entre pairs afin de t'entraîner en toute sécurité avec ma méthode.

Semaine 1 : Cadre et séance

- Accompagnement.
- Poser un cadre et un contenant.
- Préparer une séance.
- Déroulement d'une séance.

Semaine 2 : Bases de la méthodologie

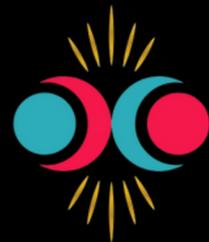
- Les fondations d'une séance de succès.
- Route des désirs.
- Définir des objectifs.
- Ecoute active.

Semaine 3 : Méthodologie

- Miroir, reconnaissance et compréhension.
- Identification et transformation des systèmes limitants.
- Collaborer avec toutes les parts pour créer une nouvelle relation.
- Libération et intégration.

Semaine 4 : Spécificités de LA MÉTHODOLOGIE

- Communication.
- Bonnes questions.
- Comment utiliser les outils de la formation de manière spécifique.
- Limites et Projections.



Module 9 : Entrepreneurse Bienveillante

Le dernier module te donne les fondations essentielles pour lancer ton activité avec conscience. Apprends des techniques de marketing respectueuses et durables. Développe ton entreprise en harmonie avec tes valeurs

Semaine 1 : Marque

- Syndrome de l'imposteur.
- Signature énergétique.
- Valeurs personnelles.
- Revendiquer ta place.

Semaine 2 : Marketing Bienveillant

- Définition de Marketing.
- Aligner ta vision avec le marketing bienveillant.
- Trouver ton produit unique.
- Trouver ta niche.

Semaine 3 : Présentation

- Alignement avec son projet.
- Speech du cœur.
- Contenu.
- Alignement.

Semaine 4 : Visibilité

- Responsabilité.
- La visibilité authentique.
- Projections.
- Intégrité.



Les débouchés du métier de coach :

Le marché du coaching a connu une croissance significative ces dernières années, particulièrement depuis les confinements, qui ont poussé de nombreuses personnes à réaliser qu'elles ne sont pas épanouies et à rechercher un accompagnement.

Voici quelques éléments intéressants sur les revenus des coachs en Europe de l'Ouest :

1.Salaire moyen en 2012:

- Selon une étude du cabinet Price Waterhouse Coopers, le salaire moyen d'un coach en Europe de l'Ouest était de 52 100 \$ (environ 39 036 euros) en 2021.
- Cependant, il est important de noter que les revenus des coachs peuvent varier considérablement en fonction de divers facteurs.



2. Variabilité des revenus:

- L'étude plus détaillée réalisée en 2015 par Dauphine Junior Conseil a révélé que :
 - 56 % des coachs gagnent entre 40 000 et 150 000 euros par an.
 - 15 % déclarent gagner moins de 20 000 euros.
 - 4 % des coachs ont des revenus supérieurs à 250 000 euros par an.

3. Perspectives de croissance:

- Malgré la crise, le coaching reste un outil puissant et d'avenir. Environ 97 % des personnes ayant bénéficié d'un coaching recommandent cette approche, et 75 % estiment que le coaching a atteint ses objectifs¹.
- Selon une étude de l'ICF en partenariat avec PwC en 2020, le marché mondial du coaching professionnel a atteint 2,85 milliards de dollars, avec plus de 70 000 coachs professionnels dans le monde².



L'épanouissement

De nombreuses personnes choisissent de devenir coach pour apporter un changement positif dans le monde. La satisfaction de voir quelqu'un évoluer, surmonter un problème, atteindre un objectif ou simplement être plus heureux est incomparable. Les clients cherchent du coaching pour combler l'écart entre leur situation actuelle et celle qu'ils souhaitent atteindre. Le rôle de coach est de les aider à franchir ce fossé.





Voici quelques niches possibles dans lesquels tu peux te positionner avec ma formation :

- Coach de vie
- Coach en développement personnel
- Coach en féminin sacré
- Coach en épanouissement de la femme
- Coach en intimité
- Coach en relations
- Coach en sensualité
- Coach trauma-informée
- Coach somatique
- Animation de cercles de femmes
- Facilitatrice de groupes



Formule de Paiement

Paie en 1 fois

€2999

Au lieu de 3399€
En un seul paiement

Paie en 3 fois

€1150

Chaque mois,
en 3 fois

Paie en 6 fois

€600

Chaque mois,
en 6 fois

Paie en 12 fois

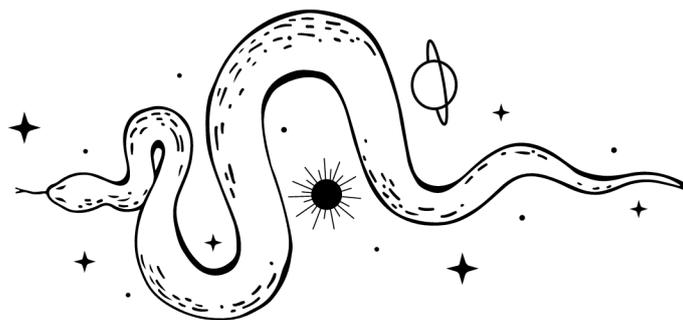
€285

Chaque mois,
en 12 fois

Paie en 36 fois

€115

Chaque mois,
en 36 fois





LISTE DE BONUS

Et en plus !

- Des échanges de coaching tout au long de la formation pour pratiquer et perfectionner tes compétences
- Possibilité d'être rémunérée pour aller coacher et animer des ateliers dans des écoles partenaires
- Visibilité sur notre site et référencement auprès de nos clientes
- Mise en avant sur nos réseaux sociaux : 77 000 abonnés sur Facebook, 33 000 sur YouTube et 52 000 abonnés dans notre newsletter
- Accès direct à Jessica via WhatsApp pour des conseils personnalisés
- Accompagnement sur mesure en petits groupes une fois par mois pendant 6 mois (soit 5 séances)
- Ateliers mensuels avec des experts pour te libérer de schémas limitants et révéler ta pleine lumière
- Webinaire mensuel à vie avec Jessica pour créer du lien avec toutes les promotions, actuelles et passées
- Webinaire mensuel à vie sur les techniques de communication pour te faire connaître



BONUS ACTION RAPIDE

Double Garantie de Satisfaction

- 1) Endéans les 14 jours de ton achat, tu seras remboursée moins 115 euros pour les frais de dossier.
- 2) Si tu termines tous les pré-requis de la certification, soit avoir complété toute la formation (modules : vidéos, audios et pdfs) et toutes les séances d'échange (50 heures de séances entre pairs enregistrées), si tu n'as pas eu de transformations et sur vérification de ton dossier, tu seras remboursée.

Je crois tellement en ma formation après 5 années et plus de 246 élèves que je peux offrir une telle garantie, ce qui est **UNIQUE** dans le domaine de la formation.

Si tu hésites, le plus malin est d'hésiter à l'intérieur de la formation.

Je suis prête



Merçi

