

SEMINAIRE ENERGETIQUE ET CHAMANIQUE
A Sorvilier les 10-11.01.2026 et 14-15.02.2026

Longévité Radieuse
Emotions apaisées, beauté durable, vitalité qui se voit.
Deux séminaires chamaniques et énergétiques de deux weekends

Introduction

Qu'est-ce que la longévité ?

La longévité, c'est la durée de la vie et, dans l'idéal, des années de bonne santé qui l'accompagnent. Les racines viennent du latin *longaevitas* / *longaevus* : "long" (*longus*) + "âge, durée de vie" (*aevum*). En clair : vivre longtemps et bien.

Deux figures qui ont vieilli avec grâce

- Jane Goodall (1934–2025) — scientifique et humaniste, active et lumineuse jusque dans ses 90 ans, elle a continué à transmettre, voyager et inspirer des générations.
- Sir David Attenborough (né en 1926) — conteur du vivant, toujours engagé à un âge avancé, il incarne curiosité, émerveillement et présence.

1

Description

Le pilier le plus important du programme est le bien-être abordé sur un plan chamanique, complété par un élément sur la nutrition avec un accent sur les antioxydants :

a) Bien-être (gestion des émotions & rites)

Vieillir en beauté, c'est savoir traverser les moments charnières : pertes, maladies, changements sans se perdre. On y arrive par une alchimie émotionnelle soutenue par des rituels simples et puissants, guidés par l'énergie de cinq totems (dans cet ordre) : **Condor** (transformation), **Aigle** (élévation), **Ours** (force calme), **Loup** (liens & limites), **Chouette** (lucidité). Au programme : rituels chamaniques, pratiques respiratoires et corporelles douces et cercles de parole.

b) Nutrition (accent antioxydants — sans entrer dans la biomédecine)

Nous resterons concrets et accessibles : plus de couleurs végétales dans l'assiette, des habitudes régulières (eau, sommeil, mouvement), et une prise de conscience de son niveau d'antioxydants grâce à une mesure simple réalisée sur place. Pas besoin de connaître les mécanismes : l'essentiel est de voir où l'on en est, d'ajuster et de suivre ses progrès au fil des semaines.

Bénéfices (version enrichie)

- Transformer les crises en ressources : deuils, transitions, stress → sens, apaisement, cap.
- Maîtriser ses émotions sans les nier : stabilité intérieure, clarté mentale, décisions plus justes.
- Alléger la charge mentale (sommeil + rituels courts) et retrouver de l'énergie au quotidien.
- Renforcer l'estime de soi et des limites saines dans les relations personnelles et pro.
- Ancrer des micro-habitudes réalistes et durables.
- Prendre conscience de son statut antioxydant (mesuré sur place) et suivre l'évolution.
- Peau, regard, posture : gagner en éclat visible en même temps qu'en calme intérieur.
- Communauté bienveillante : avancer avec un groupe porteur, motivant, responsabilisant.

À qui s'adresse ce programme ?

À toutes et tous : jeunes et moins jeunes qui souhaitent avancer en âge en restant agiles de corps et d'esprit, vieillir avec grâce, cultiver santé, beauté, clarté. Idéal si tu veux :

- prévenir ou ralentir l'usure liée au stress ;
- remettre du sens et de la joie dans le quotidien ;
- adopter des changements simples, visibles et tenables dans le temps.

Votre accompagnatrice: Simone Junod, Chamane, Gardienne de la Sagesse et Formatrice



Simone Junod est issue d'une famille d'agriculteurs de neuf enfants dont elle est la cinquième. Elle a une formation d'Economiste en entreprise et un parcours professionnel de plus de trois décennies en tant que Responsable Finance et du Personnel. Ses aptitudes chamaniques et de guérisseuse lui furent révélées par des gardien.nes de la sagesse et chamanes de traditions diverses (Amérique du Nord et du Sud, Mongolie et Nouvelle-Zélande), avec qui elle a travaillé pendant plusieurs années. Et elle poursuit encore ses formations aujourd'hui.

En plus des séminaires, elle offre des soins de bien-être et de coaching, notamment ses propres méthodes énergétiques et chamaniques **777-regenerative-healing®** et **777-shamanic-coaching®**, qu'elle pratique tant virtuellement qu'en présence.

Méthodes :

Nous pratiquerons des méthodes énergétiques et chamaniques et travaillerons également dans et avec la nature. Ce sont des méthodes qui font appel tant aux facultés intellectuelles que celles du corps et donc à votre sagesse intérieure.

Organisation et inscription :

- **A prendre avec soi** : couverture/s, vêtements chauds, de quoi se coucher de manière confortable. Tambour et hochet, si disponibles.
- **Lieu** : Salle de paroisse, 2736 Sorvilier (en face de la gare), places de parc disponibles
- **Début et fin** : les deux jours de 10h à 17.00.
- **Inscription** : à envoyer à simone@simonejunod.com; elle est effective à réception du versement
- **Compensation énergétique par séminaire** : CHF 333.00
- **Païement** : UBS SA, 2560 Nidau, IBAN : CH18 0027 2272 3105 8840 J, Simone Junod, Route de Bâle 13, 2805 Soyhières