



# Mon Carnet Bien-être de SuccessCreativewoman !



Mon Chemin Créatif et Spirituel

Année .....

Œuvre originale réalisée par Stéphanie Labarre, auteure du site/blog

[SuccessCreativewoman](http://SuccessCreativewoman)



*A toutes les Femmes, d'hier,  
d'aujourd'hui et de demain*

*"On assiste à l'effondrement de ces vieilles histoires qui guident la civilisation occidentale depuis quelques siècles, ces histoires de progrès infini, de croissance illimitée, de la séparation des humains et de la nature et de leur domination sur le monde. Ce sont les histoires du patriarcat. Plus que toujours, je crois que les histoires dont nous avons besoin pour remplacer ces contes destructeurs jailliront de la source de sagesse créative et régénérante qui émane du féminin."*

SHARON BLACKIE



## SOMMAIRE

Introduction .....	8
Ton histoire de SuccessCreativeWoman : .....	12
La Roue de l'année .....	14
Les Cycles Lunaires : .....	16
<b>Janvier</b> .....	18
Mon objectif du mois : .....	19
La liste de mes envies : .....	20
Le Renard : .....	21
Les dates importantes du MOIS : .....	22
La Lune de Janvier : .....	24
Mon Moment Bien-être.....	26
Mon Cercle de Femmes .....	27
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	28
Bilan de fin du mois de Janvier : .....	29
<b>Février</b> .....	30
Mon objectif du mois : .....	31
La liste de mes envies.....	32
Le Tamia (ou Chipmunk).....	33
Les dates importantes du MOIS.....	34
La Lune de Février : .....	36
Mon Moment Bien-être.....	38
Mon Cercle de Femmes .....	39
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	40
Bilan de fin du mois de Février : .....	41
<b>Mars</b> .....	42
Mon objectif du mois : .....	43
La liste de mes envies : .....	44
Le Zèbre : .....	45
Les dates importantes du MOIS : .....	46
La Lune de Mars : .....	48
Mon Moment Bien-être.....	50



Mon Cercle de Femmes .....	51
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	52
Bilan de fin du mois de Mars :.....	53
<b>Avril</b> .....	54
Mon objectif du mois :.....	55
La liste de mes envies :.....	56
La Panthère .....	57
Les dates importantes du MOIS :.....	58
La Lune d'Avril :.....	60
Mon Moment Bien-être.....	62
Mon Cercle de Femmes .....	63
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	64
Bilan de fin du mois d'Avril :.....	65
<b>Mai</b> .....	66
Mon objectif du mois :.....	67
La liste de mes envies :.....	68
Le Lapin.....	69
Les dates importantes du MOIS :.....	70
La Lune de Mai :.....	72
Mon Moment Bien-être.....	74
Mon Cercle de Femmes .....	75
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	76
Bilan de fin du mois de Mai :.....	77
<b>Juin</b> .....	78
Mon objectif du mois :.....	79
La liste de mes envies :.....	80
La Pie.....	81
Les dates importantes du MOIS :.....	82
La Lune de Juin :.....	84
Mon Moment Bien-être.....	86
Mon Cercle de Femmes .....	87
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	88



Bilan de fin du mois de Juin :.....	89
<b>Juillet</b> .....	90
Mon objectif du mois :.....	91
La liste de mes envies :.....	92
Le colibri.....	93
Les dates importantes du MOIS :.....	94
La Lune de Juillet :.....	96
Mon Moment Bien-être.....	98
Mon Cercle de Femmes.....	99
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	100
Bilan de fin du mois de Juillet :.....	101
<b>Août</b> .....	102
Mon objectif du mois :.....	103
La liste de mes envies :.....	104
L'orycterope (cochon de terre).....	105
Les dates importantes du MOIS :.....	106
La Lune d'Août :.....	108
Mon Moment Bien-être.....	110
Mon Cercle de Femmes.....	111
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	112
Bilan de fin du mois d'Août :.....	113
<b>Septembre</b> .....	114
Mon objectif du mois :.....	115
La liste de mes envies :.....	116
Le chameau.....	117
Les dates importantes du MOIS :.....	118
La Lune de Septembre :.....	120
Mon Moment Bien-être.....	122
Mon Cercle de Femmes.....	123
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	124
Bilan de fin du mois de Septembre :.....	125
<b>octobre</b> .....	126



Mon objectif du mois :.....	127
La liste de mes envies :.....	128
L'araignée.....	129
Les dates importantes du MOIS :.....	130
La Lune d'octobre :.....	132
Mon Moment Bien-être.....	134
Mon Cercle de Femmes.....	135
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	136
Bilan de fin du mois d'octobre :.....	137
<b>Novembre</b> .....	<b>138</b>
Mon objectif du mois :.....	139
La liste de mes envies :.....	140
Le Couguar.....	141
Les dates importantes du MOIS :.....	142
La Lune de Novembre :.....	144
Mon Moment Bien-être.....	146
Mon Cercle de Femmes.....	147
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	148
Bilan de fin du mois de Novembre :.....	149
<b>Décembre</b> .....	<b>150</b>
Mon objectif du mois :.....	151
La liste de mes envies :.....	152
La Tortue.....	153
Les dates importantes du MOIS :.....	154
La Lune de Décembre :.....	156
Mon Moment Bien-être.....	158
Mon Cercle de Femmes.....	159
Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci.....	160
Bilan de fin du mois de Décembre :.....	161
<b>La Lune Bleue</b> .....	<b>162</b>
Bilan de mon Année ..... :	163
Les Bulles d'énergie :.....	164



Mon petit mot de la fin : ..... 165



# INTRODUCTION

Bonjour chère SuccessCreativewoman,

Tu tiens en main, le Carnet Bien-être de la SuccessCreativewoman qui est en toi !

Ce Carnet va t'aider durant une année entière à **prendre du recul et à te connecter à ton propre pouvoir guérisseur**. Il contient entre autres, une représentation de la Roue de l'Année avec les différentes Lunes, les fêtes des Sabbats ainsi que les saisons.

Je t'invite au travers de ce carnet à **prendre soin de toi et à retrouver ton rythme naturel**. Peut être qu'il suivra le rythme des saisons, peut être pas. Peut être que tu n'en as pas encore conscience mais ce Rythme est cyclique. Tantôt, tu peux te sentir plein d'énergie, tantôt, tu peux avoir l'impression que tout t'échappe. Apprendre à se comprendre et s'aimer au travers des saisons et des lunaisons est un très joli que tu vas te faire à toi-même durant toute cette année.

J'ai créé ce carnet pour être le compagnon de route des ateliers créatifs, défis créatifs et parcours de développement personnel que je propose sur mon blog <https://successcreativewoman.be/boutique/>. Tu trouveras d'ailleurs des propositions d'ateliers / défis au fur et à mesure dans carnet. Mais il peut être en réalité utilisé dans bien d'autres contextes que cela. Il est là pour te poser des questions, pour t'ouvrir les yeux, pour t'ouvrir à quelque chose que peut être tu n'as pas conscience.

En réalité, ce carnet je l'ai d'abord écrit pour moi car j'avais envie de me créer un document "fil conducteur" qui m'aiderait à voir mon évolution, à m'accompagner durant toute l'année. C'est important pour moi de tracer mon passé pour ne plus faire les mêmes erreurs et pour reprendre des projets laissés de côté.

Il peut être utilisé comme un agenda intemporel dans lequel tu vivras au gré des mois qui s'écoulent, des saisons qui se succèdent et des lunaisons qui s'éclipsent. Il te permettra de mesurer tes actions et objectifs, de planifier tes rendez vous et de prendre soin de toi.

utilise donc ce carnet comme bon te semble. Mon idée en le créant était de faire un carnet à imprimer et à mettre dans une farde à anneaux. De cette manière, tu peux imprimer chaque feuille séparément autant de fois que tu le souhaites et en plus, chaque mois, si tu participes à une formation, un atelier découverte sur une nouvelle



technique ou si tu fais des rencontres, alors viens ajouter des feuilles pour célébrer cela, là où cela te semble juste dans cette farde. Si tu manques de place pour écrire certaines propositions, tu peux continuer sur une autre feuille et venir la classer dans ton classeur ensuite.

A la fin de l'année, tu auras tissé ton chemin de Femme, pardon de SuccessCreativewoman ! Ne t'effraie pas du mot Success dans ce mot, en réalité, il est là pour te dire que toi aussi, tu peux mener des actions en lien avec tes valeurs humaines. Toi aussi tu peux montrer de manière créative qui tu es et te faire accepter en tant que Femme. Le Succès vient lorsque nos actions, nos pensées et nos paroles sont alignées avec notre Essence profonde (nos valeurs).

Non je ne suis pas féministe, cela ne m'intéresse pas d'être cataloguée ainsi. Par contre, je peux te dire que tout ce que je crée sont des choses que j'ai eu besoin moi pour avancer. En les créant, j'ai colmaté les fissures de mon histoire. J'ai pris conscience que si j'ai réussi à trouver des remèdes dans ma créativité, je me suis dit que tout le monde pouvait le faire. Tout le monde peut reprendre son Pouvoir Guérisseur et s'approprier sa propre médecine.

Car oui, avant d'être là à t'écrire, je me suis pris plusieurs claques. Cela a commencé par le fait de ne pas être acceptée (à l'école comme à la maison) alors que j'étais petite fille. Ma réaction face à ce rejet a été de faire la petite fille bien sage et de bien travailler à l'école malgré les propos déplacés et le dénigrement que je subissais à l'école. Les années sont passées et j'ai pris l'habitude de ne pas me mettre en valeur (c'était trop dangereux!). Cela était au point que je devenais invisible.

Cela m'a fait beaucoup de mal. Puis un jour, je me suis fait virée au travail ! Là j'étais très mal car ma coquille de petite fille bien sage venait de se briser ! Mon système de croyance totalement ébranlé ! Ce qui tournait dans ma tête c'était "Comment peut-on me virer alors que je faisais bien mon travail ?" A cette époque là j'étais effondrée physiquement car j'avais donné beaucoup pour mon travail et en même temps, mes croyances dans lesquelles je croyais profondément venaient de s'envoler en éclat ! (mon travail comptait beaucoup pour moi comme tu pourras le lire dans l'article :

<https://successcreativewoman.be/prendre-place-vie-diagramme-cercle/>

J'ai beaucoup souffert durant cette période là. J'ai rencontré des personnes qui m'ont montré combien j'étais seule et incomprise... Je cherchais la justice là où il n'y en avait



pas, j'ai cherché à être accompagnée et aidée mais j'ai vu que des murs devant moi... Personne ne comprenait ma détresse ! (j'ai compris que ce n'était qu'un miroir de ma propre incompréhension).

Cela m'a pris du temps mais depuis 2022, j'ai enfin compris que **cette faille dans ma carapace de croyances m'a permis de faire rentrer la lumière sur mes ombres**. Je me croyais irréprochable et en fait, j'avais plein d'ombres et de peurs que j'ai dû affronter. J'ai dû digérer rapidement certaines d'entre elles... Ce qui ne fut pas facile mais grâce à ma créativité, j'ai pu trouver des chemins pour littéralement exorciser tout cela là.

Puis, avec le temps j'ai compris **que j'étais la seule responsable de ma vie**. La Vie m'a sauvé en me fracassant la carapace et elle a bien fait ! Aujourd'hui, je ne suis plus du tout la même, j'ai compris que ce que je cherchais était en fait déjà là autour et en moi. Ma petite famille me soutenait comme elle le pouvait. Ma solitude m'a permise de renforcer ma spiritualité. Je continue à faire chaque jour, chaque semaine des découvertes sur moi ce qui me rend curieuse au lever du jour et me motive à vivre mes journées avec plus d'ouverture d'esprit et d'enthousiasme.

voici quelques éléments que j'ai notés comme perle de sagesse (pour moi) et qui sont apparus durant ces dernières années :

- o "Arrête de te mettre en 4 pour les autres, ils sont adultes et assez grands pour se prendre en charge tout seuls"
- o "Cherche toujours une explication positive à ce qui t'arrive. Cherche jusqu'à ce que l'explication te soulage et t'aide à dépasser tes émotions"
- o "Arrête de te plaindre et de te justifier à tout bout de champs"
- o "Tu n'es pas coincée, tu manques juste d'inspiration"
- o "J'ai droit au respect de mon travail."
- o "Arrête de dramatiser quand quelque chose ne va pas comme tu veux !"

Ces quelques phrases ont été pour moi, libératrices. Elles me sont venues lorsque je travaillais dans mes carnets.

Il est important de comprendre que ton chemin est ton chemin. Il ne sera jamais le même qu'une autre SuccessCreativewoman. Ce chemin que tu empruntes par ce Carnet est à protéger, à honorer et à respecter. Il est là pour te rappeler que **TU COMPTES ! TON HISTOIRE COMPTE ! TU VAUX QUELQUE CHOSE !** Pour quelqu'un comme moi qui s'est



toujours adapté aux autres pour faire plaisir, crois moi, ça a été dur de croire à ces deux phrases mais maintenant elles font partie de mon quotidien. Ce n'est pas toujours facile, mais je prends de plus en plus ma place. La preuve, tu as le Carnet entre tes mains. J'ai réussi à aller au bout de mon idée et à faire face à mes petites voix.

Tu souhaites en savoir plus sur mon parcours ? Rendez vous ici :

<https://successcreativewoman.be/parcours-success-creative-woman/>

Qu'en est-il pour toi ? Et si tu prenais le temps d'écrire ton histoire sur la page suivante.

Quels sont les synchronicités, les brèches qui t'ont amené à revoir la vie différemment ?

Partage la moi à [info@successcreativewoman.be](mailto:info@successcreativewoman.be), je te ferai un retour rapidement !

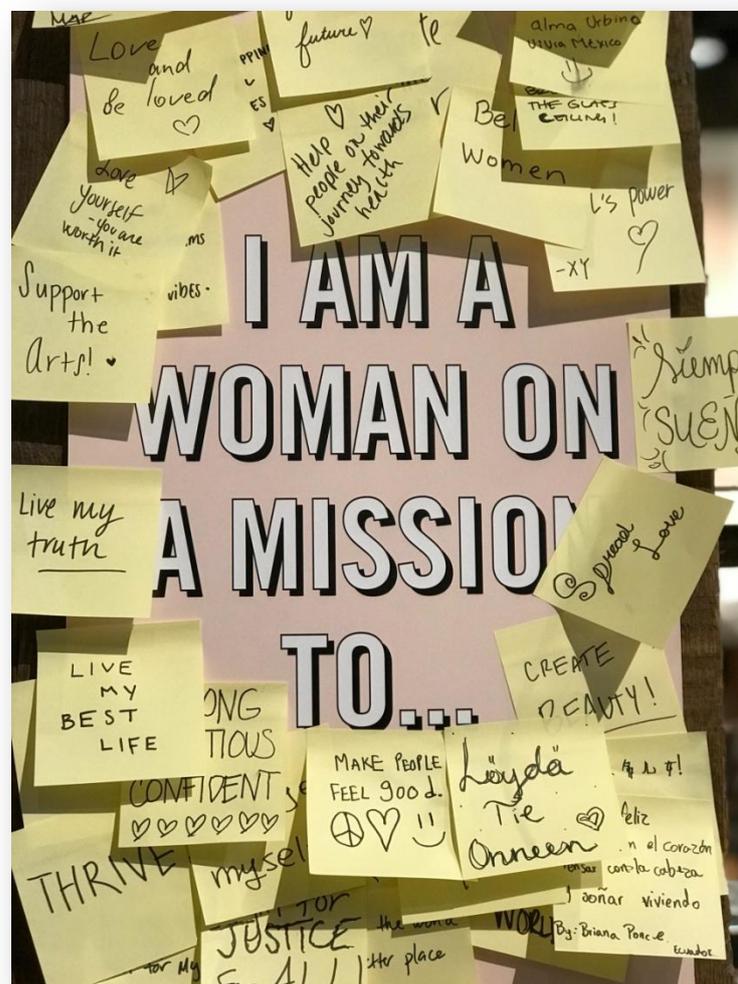


# TON HISTOIRE DE SUCCESSCREATIVEWOMAN :



A présent, je te souhaite de tout cœur de trouver dans ce Carnet les ressources nécessaires pour ton bien-être. Crois moi, le pouvoir guérisseur tu l'as en toi, tu peux tout surmonter et vivre intensément ta vie sans crainte d'être blessée. Prend le temps de travailler avec ta connexion spirituelle chaque jour, elle t'aidera à y voir clair et à ressentir la liberté à laquelle nous avons toutes droit ! Reprend ton pouvoir guérisseur et apprend les techniques qui te guérissent toi ! Une fois que tu auras appris ces techniques, tu pourras les partager avec d'autres et ainsi aider les autres dans leur chemin de guérison et depuis ton propre point de vue et chemin de guérison.

Pour bien commencer, [télécharge le Manifeste de la SuccessCreativeWoman](#) et signe-le si tu y adhères. Si non, adapte-le pour que cela fasse sens à ta propre vie. Quelle SuccessCreativeWoman souhaites-tu être ? Ajoute ensuite ce manifeste après cette page dans votre Carnet et reviens le lire pour te rappeler de la mission dans laquelle tu t'es engagée cette année.

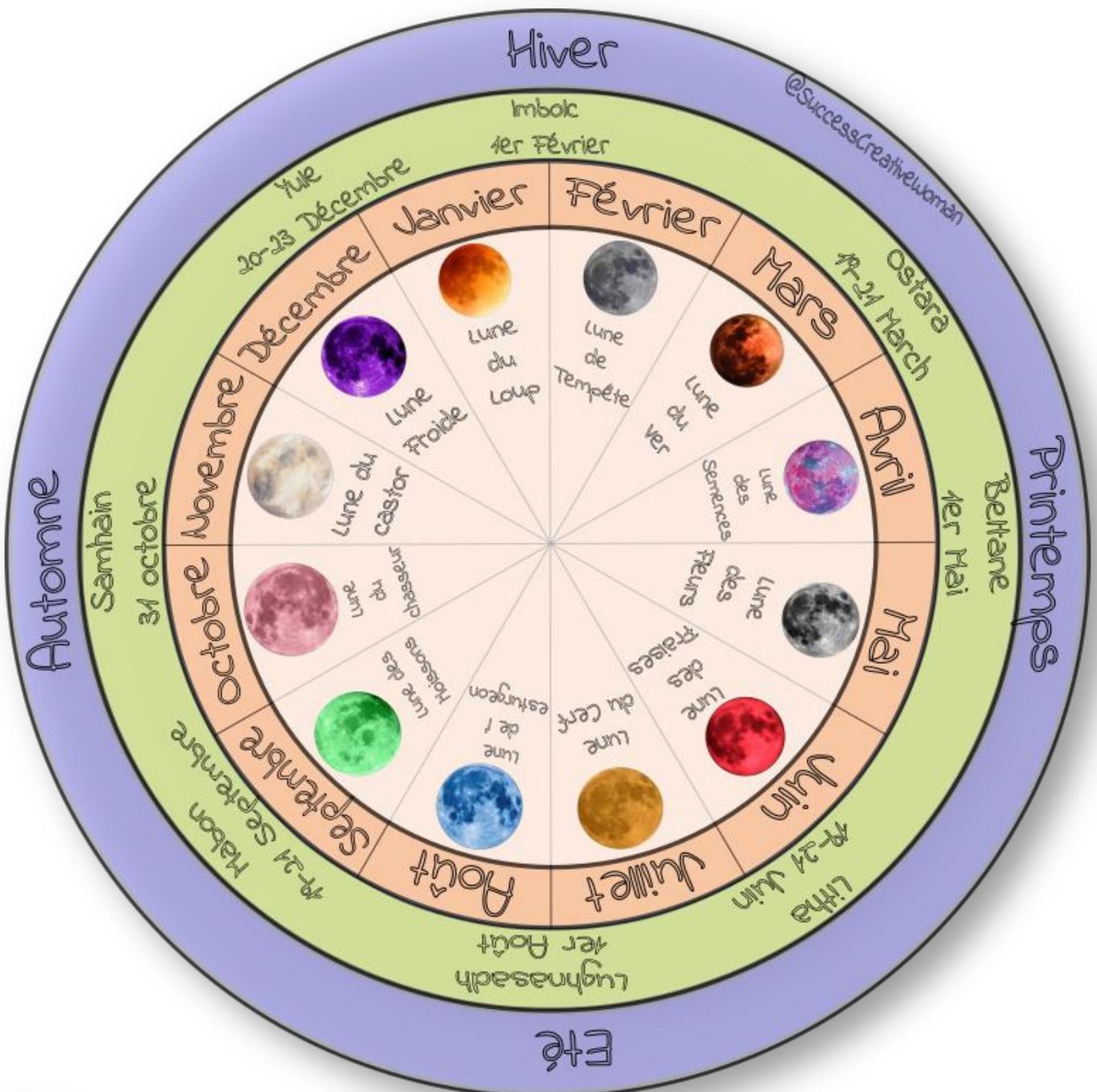


# LA ROUE DE L'ANNÉE

Cette Roue décrit l'ensemble de l'année que tu traverseras à travers les saisons, les lunaisons et les sabbats. Cette Roue est là pour te rappeler de prendre conscience de ton rythme personnel et t'aidera à cheminer dans ce Carnet.

Pour chaque portion, j'ai créé des carnets, défis et des ateliers de manière à ponctuer ton année de mille couleurs ! Si tu souhaites en savoir plus, visite la page :

[https://successcreativewoman.be/ateliers-ligne\\_art\\_coaching/](https://successcreativewoman.be/ateliers-ligne_art_coaching/)





Ce Carnet appartient à



Mes intentions pour cette Nouvelle Roue  
qui commence :



## LES CYCLES LUNAIRES :



Nouvelle Lune : C'est le moment de planter de nouvelles graines, de se fixer de nouveaux objectifs.



Premier Quartier : C'est le moment de confirmer nos nouveaux espoirs et de trouver les ressources en nous et à l'extérieur de nous qui nous aideront à leurs réalisations.



Pleine Lune : C'est le moment où l'énergie lunaire est la plus forte. L'énergie de la vie est à son niveau maximum !



Dernier Quartier : C'est le moment pour relâcher et laisser partir ce dont nous n'avons plus besoin pour la réalisation de nos objectifs.

Durant l'année il arrive qu'un mois compte :

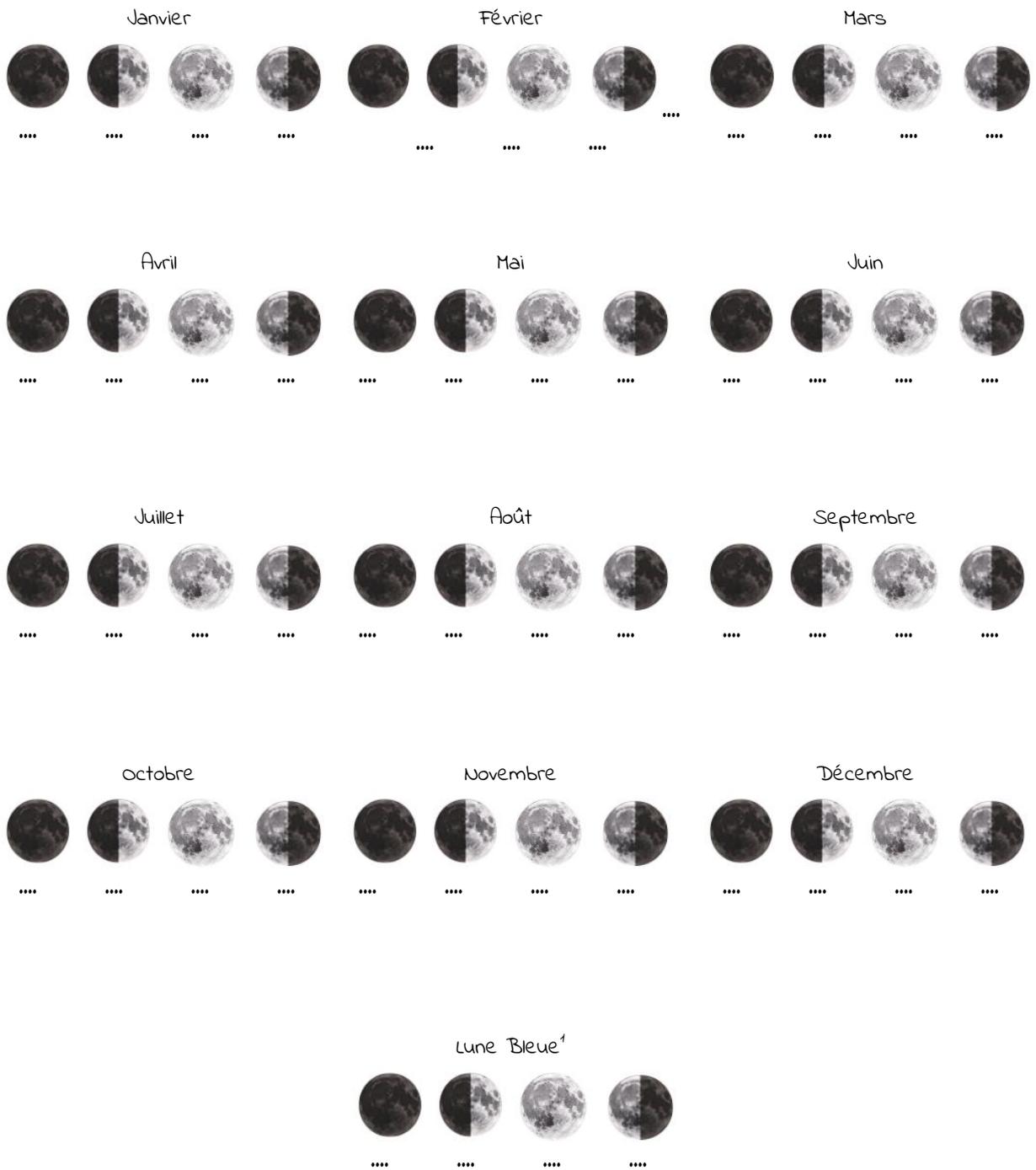


2 Nouvelles Lunes : Cette deuxième Nouvelle Lune est encore plus forte en énergie que la première du mois.



2 Pleines Lunes : La Deuxième Lune s'appelle la Lune Bleue. L'énergie est encore plus intense que la première Pleine Lune.





<sup>1</sup> La Lune Bleue est la deuxième pleine lune qui tombe dans un mois. Les années de 13 Pleines Lunes contiennent une Lune Bleue.





# JANVIER

Affirmation du mois :

"Je réveille mes dons et mes talents  
endormis"



# MON OBJECTIF DU MOIS :

...

## Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

## Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Je dépasse  
le cadre en  
toute  
sécurité



## LE RENARD :



Que risques-tu à enfin faire UN avec le monde qui t'entoure?

Qu'observerais-tu ?

Que comprendrais-tu ?<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois de Janvier, nous explorons entre autre la Médecine du Renard.



## LES DATES IMPORTANTES DU MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>3</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>3</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

31 :

Note :



## LA LUNE DE JANVIER :

La Lune de Janvier est connue sous le nom de la "Lune du Loup". Elle est appelée ainsi car c'est la période où les loups affamés rôdaient autour des villages. On l'appelle aussi "Lune Froide" ou "Lune après Yule" car elle est associée à la Mort et à la désolation : La Nature "semble" endormie durant cette période de l'année. Cette Lune nous apporte protection et vous offre la possibilité d'éliminer nos peurs. Elle est l'incarnation de notre intuition qui nous guide au fond de nous et nous encourage à écouter notre petite voix intérieure tous les jours.



Cette période de l'année invite à l'introspection. C'est le moment de retourner en nous même, d'écouter ce qui bouillonne en nous, de se connecter à votre pouvoir spirituel et de commencer à penser aux saisons de croissance et de moussons qui arrivent.

Qu'aimerais-tu voir fleurir dans ta vie ? Que souhaites-tu accomplir ? Que souhaites-tu inviter dans ta vie ? Qu'est ce que tu es prête à laisser partir ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...

---

<sup>4</sup> Yule est le 2<sup>ème</sup> Sabbat de l'année wicca (des sorcières et sorciers). Elle est fêtée entre le 20 et le 23 décembre de chaque année calendrier. Mon programme ["Je développe ma créativité au travers des Sabbats"](#) vous aidera à y voir plus clair.



Je laisse partir ....

Ce mois-ci, je suis prête à ...



## MON MOMENT BIEN-ÊTRE

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à :

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>5</sup>
- o Recevoir un massage / soin énergétique
- o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai ressenti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>5</sup> Et si tu venais réaliser [un atelier créatif](#) sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## MON CERCLE DE FEMMES

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>6</sup> de ....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



---

<sup>6</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Janvier [sur les Enseignements de la Mère originelle de Janvier.](#)



## LES PERSONNES QUE J'AI RENCONTRÉES CE MOIS-CI

Ce mois-ci j'ai rencontré les personnes citées  
ci dessous. Elles m'ont toutes appris, apporté,  
donné quelque chose. En échange, je leur ai  
aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## BILAN DE FIN DU MOIS DE JANVIER :

Je termine ce mois de Janvier et j'ai appris sur moi que ....

J'aime ....

Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# FÉVRIER

Affirmation du mois :

"Je me nettoie et j'avance à nouveau  
légère, sereine et confiante "



# MON OBJECTIF DU MOIS :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4



## La Liste de mes envies:

Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Je suis  
précieuse



## LE TAMIA (ou CHIPMUNK)



Que risques-tu à prendre de la hauteur pour  
comprendre le Point de vue des autres ?

Qu'apprendrais-tu ?

Que ressentirais-tu ?<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois de Février, nous explorons entre autre la Médecine du Tamia.



## Les dates importantes du MOIS:

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>8</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>8</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

Note :



## LA LUNE DE FÉVRIER :

La Lune de Février est connue sous le nom de la "Lune des Grands vents et de la neige". Elle aide à affronter les épreuves de la vie. C'est la saison d'Imbolc<sup>9</sup> qui nous invite à balayer le passé, à nous débarrasser des énergies toxiques et énergivores en nous et autour de nous. Elle nous encourage à mettre en pause les projets qui tardent à se réaliser pour mieux méditer sur une issue possible.



Elle est donc bénéfique à la purification et aux changements que nous souhaitons mettre dans nos vies. Elle nous encourage à faire des rituels de purification et à accepter les événements du passé.

Elle nous invite à être prévoyantes pour notre avenir et nous demande de nous consacrer qu'aux projets qui nous apportent de l'énergie.

Qu'aimerais-tu faire partir définitivement de ta vie ? Qu'est ce qui te pollue l'esprit ? Qu'est ce qui te met dans l'énergie de lutte ? Que laisserais tu s'envoler dans les grands vents ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...

---

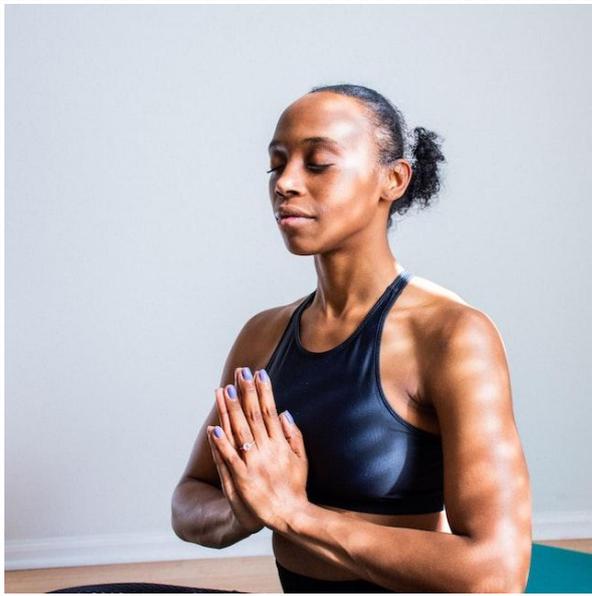
<sup>9</sup> Imbolc est le 3<sup>ème</sup> Sabbat de l'année wicca (des sorcières et sorciers). Elle est fêtée le 1er février de chaque année calendrier. Mon programme ["Je développe ma créativité au travers des Sabbats"](#) t'aidera à y voir plus clair.



Je laisse partir ....

Ce mois-ci, je suis prête à ...





## Mon Moment Bien-être

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à :

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>10</sup>
- o Recevoir un massage / soin énergétique
- o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai ressenti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>10</sup> Et si tu venais réaliser [un atelier créatif](#) sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## MON CERCLE DE FEMMES

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>11</sup> de ....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



---

<sup>11</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Février [sur les Enseignements de la Mère originelle de Février.](#)



## LES PERSONNES QUE J'AI RENCONTRÉES CE MOIS-CI

Ce mois-ci j'ai rencontré les  
personnes citées ci dessous. Elles  
m'ont toutes appris, apporté, donné  
quelque chose. En échange, je leur ai  
aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## BILAN DE FIN DU MOIS DE FÉVRIER :

Je termine ce mois de Février et j'ai appris sur moi que ....

J'aime ....

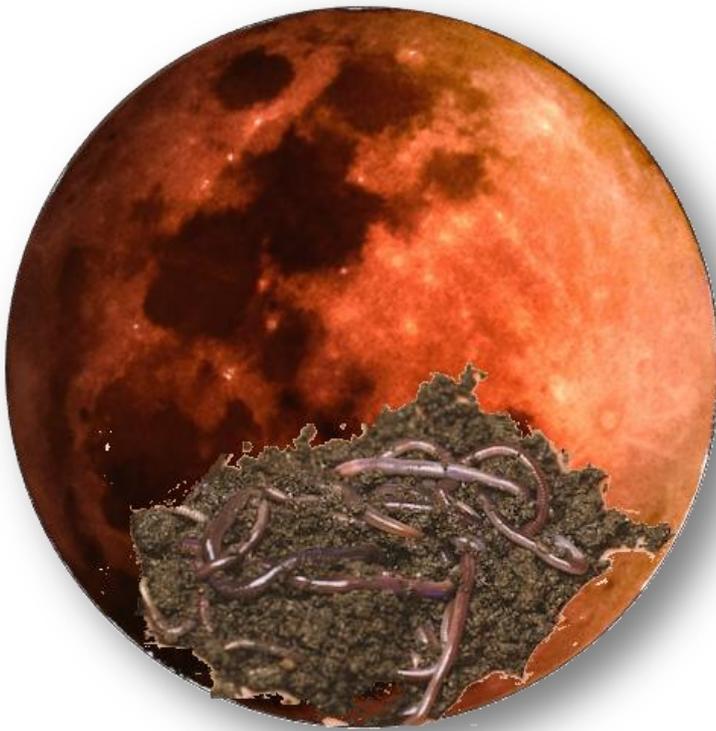
Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# MARS

Affirmation du mois :

"Je me prépare aux changements,  
nouveaux départs et prochains cycles  
qui arrivent "



# MON OBJECTIF DU MOIS :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Je suis  
capable et  
puissante



## LE ZÈBRE :



Que risques-tu à voir les choses de manière plus souple ?

Et si tout n'était ni tout noir, ni tout blanc, comment serait ta vie ?<sup>12</sup>

---

<sup>12</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois de Mars, nous explorons entre autre la Médecine du zèbre.



## LES DATES IMPORTANTES DU MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>13</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>13</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

31 :

Note :



## LA LUNE DE MARS :

La Lune de Mars est aussi appelée la "Lune de la Sève et du ver de Terre". Le sol commence à se ramollir pour permettre aux vers de terre de réapparaître. Leur rôle est très important dans le cycle des cultures. En effet, ils décomposent la matière organique en augmentant ainsi la valeur nutritive au du sol. En creusant des galeries, ils aèrent la terre et facilite la germination des graines.



En cette Lune, la Sève des Arbres monte et c'est aussi à cette période qu'est récoltée la célèbre sève d'érable. Ajouté à du sucre, elle nous offre donne le délicieux goût du sirop d'érable. Elle nous encourage à nous aussi faire monter en nous le désir de nous réaliser, de manifester notre élan vital et à nous remuer dans nos projets. Elle nous encourage aussi à ne pas nous laisser décourager par l'adversité !

Durant cette période est célébrée Ostara<sup>14</sup>, ouvrant le bal au Printemps. Le mois de Mars est la meilleure période pour commencer à semer au sens littéral comme au sens figuré afin de donner vie à de nouvelles expériences de vie.

Quelles premières actions vas-tu mettre en place ? Qu'est ce qui te décourage ? Comment passer par dessus cela ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...

---

<sup>14</sup> ostara est le 4<sup>ème</sup> Sabbat de l'année wicca (des sorcières et sorciers). Elle est fêtée du 19 au 22 mars de chaque année calendrier. Mon programme ["Je développe ma créativité au travers des Sabbats"](#) t'aidera à y voir plus clair.



Je laisse partir ....

Ce mois-ci, je suis prête à ...





## MON MOMENT BIEN-ÊTRE

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à :

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>15</sup>
- o Recevoir un massage / soin énergétique
- o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai ressenti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>15</sup> Et si tu venais réaliser [un atelier créatif](#) sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## MON CERCLE DE FEMMES

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>16</sup> de .....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



---

<sup>16</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Mars [sur les Enseignements de la Mère originelle de Mars.](#)



## LES PERSONNES QUE J'AI RENCONTRÉES CE MOIS-CI

Ce mois-ci j'ai rencontré les personnes citées ci dessous. Elles m'ont toutes appris, apporté, donné quelque chose. En échange, je leur ai aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## BILAN DE FIN DU MOIS DE MARS :

Je termine ce mois de Mars et j'ai appris sur moi que ....

J'aime ....

Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# AVRIL

Affirmation du mois :

"Je prends soin de moi et de mes  
ressources et talents"



# MON OBJECTIF DU MOIS :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

Note ci dessous au moins 5 envies que  
tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Je choisis  
le bonheur



## LA PANTHÈRE



Que risques-tu à sauter bravement dans l'ombre de  
l'inconnu, seule ?

Qu'est ce qui ressortirait de cette expérience ?<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois d'Avril, nous explorons entre autre la Médecine de la Panthère Noire.



## LES DATES IMPORTANTES DU MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>18</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>18</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

Note :



## LA LUNE D'AVRIL :

La Lune d'Avril est connue aussi sous le nom de Lune Rose en référence aux premières fleurs qui fleurissent (on les appelle les phlox sauvage en forme d'étoile de couleurs roses). Aussi appelée Lune des Semences, elle signale que le moment est propice pour tout projet demandant croissance, fertilité et sagesse.



Cette Lune nous aide à faire de grands changements dans notre vie. Elle nous encourage à faire passer notre bien-être en premier et à prendre soin de nous et de nos aspirations profondes. Si vous recherchez l'amour, c'est une période propice à de belles rencontres.

Qu'est ce que tu n'as pas bien exploré en toi et qui ne demande qu'à être utilisé ? Quelles ressources as-tu oublié dans ta recette du bonheur et du succès ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...



Je laisse partir ....

Ce mois-ci, je suis prête à ...





## MON MOMENT BIEN-ÊTRE

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à :

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>49</sup>
- o Recevoir un massage / soin

énergétique

- o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai ressenti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>49</sup> Et si tu venais réaliser un atelier créatif sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## MON CERCLE DE FEMMES

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>20</sup> de .....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



---

<sup>20</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Avril [sur les Enseignements de la Mère originelle d'Avril](#).



## LES PERSONNES QUE J'AI RENCONTRÉES CE MOIS-CI

Ce mois-ci j'ai rencontré les personnes citées ci dessous. Elles m'ont toutes appris, apporté, donné quelque chose. En échange, je leur ai aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## BILAN DE FIN DU MOIS D'AVRIL :

Je termine ce mois d'Avril et j'ai appris sur moi que ....

J'aime ....

Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





MAI

Affirmation du mois :

"L'abondance est tout autour de moi,  
tout est là devant moi. Je peux  
compter sur ce que j'ai en moi et à  
l'extérieur de moi"



# MON OBJECTIF DU MOIS :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

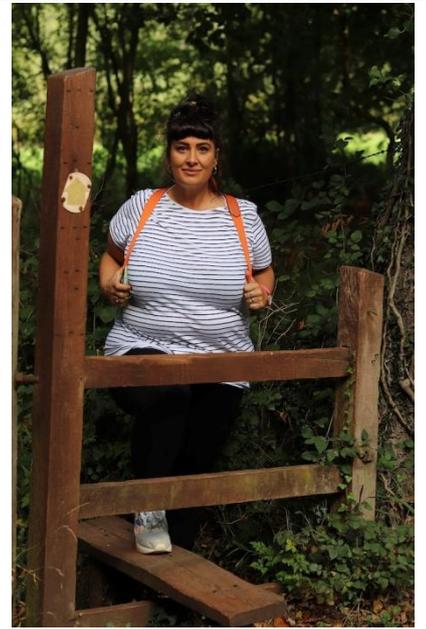
Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Je grandis et  
apprends  
chaque jour



## LE LAPIN



Que risques-tu à lâcher tes peurs irrationnelles ?

A écouter en toi et à ne suivre que ce qui te  
fait plaisir ?<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup>Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois de Mai, nous explorons entre autre la Médecine du Lapin.



## LES DATES IMPORTANTES DU MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>22</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>22</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

31 :

Note :



## LA LUNE DE MAI :

La Lune de Mai est connue aussi sous le nom de "Lune des Fleurs". C'est la saison de Beltane<sup>23</sup> et le bon moment de prendre conscience de l'abondance et de l'énergie créatrice qu'il y a autour de nous. C'est le moment aussi de faire le point sur votre vie professionnelle, relationnelle et votre bien-être et de vérifier que les graines que vous avez plantées sont bien en train de croître et de prospérer. Cette lune nous encourage à protéger notre jardin intérieur et à matérialiser les rêves que nous avons si longtemps caressés. Un pas à la fois, à la hauteur de nos compétences.



Dans quel domaine, souhaites-tu prospérer le plus ? où vas-tu puiser ton courage, ton énergie ? Quels sont les choses qui t'enthousiasment le plus ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...

---

<sup>23</sup> Beltane est le 5<sup>ème</sup> Sabbat de l'année wicca (des sorcières et sorciers). Elle est fêtée le 1er Mai de chaque année calendrier. Mon programme ["Je développe ma créativité au travers des Sabbats"](#) vous aidera à y voir plus clair.



Je laisse partir ....

Ce mois-ci, je suis prête à ...





## MON MOMENT BIEN-ÊTRE

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à :

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>24</sup>
- o Recevoir un massage / soin énergétique

o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai senti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>24</sup> Et si tu venais réaliser [un atelier créatif](#) sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## MON CERCLE DE FEMMES

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>25</sup> de ....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



---

<sup>25</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Mai [sur les Enseignements de la Mère originelle de Mai.](#)



# Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci

Ce mois-ci j'ai rencontré les  
personnes citées ci dessous. Elles  
m'ont toutes appris, apporté,  
donné quelque chose. En échange, je  
leur ai aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## Bilan de fin du mois de Mai :

Je termine ce mois de Mai et j'ai appris sur moi que ...

J'aime ....

Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# JUIN

Affirmation du mois :

"Je profite de la Nature pour me ressourcer et prendre soin de mon Jardin Secret"



Mon objectif du mois :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

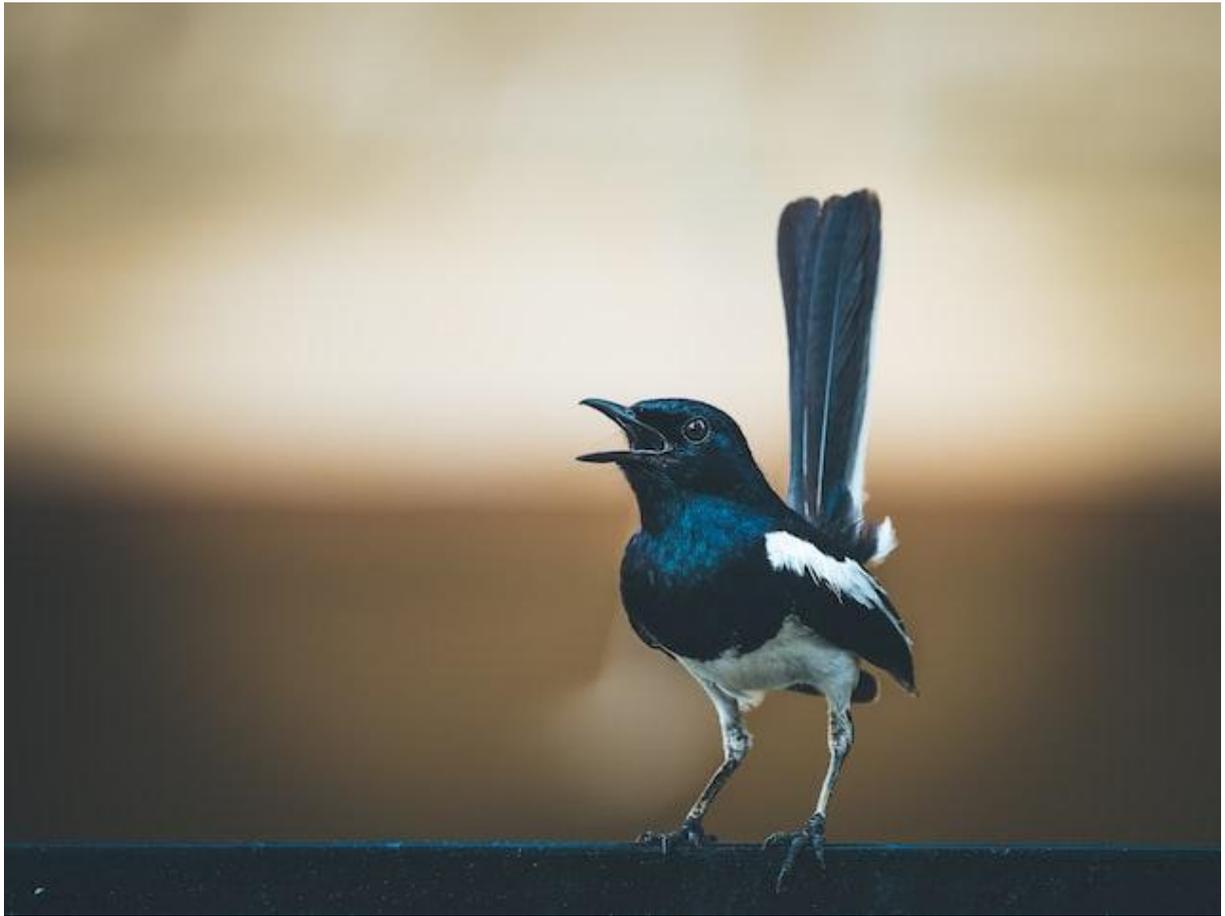
Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Je suis  
guidée



## La Pie



Et si tu utilisais ton histoire pour soulager les autres ?

Et si tu t'autorisais enfin à briller ?<sup>26</sup>

---

<sup>26</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois de Juin, nous explorons entre autre la Médecine de la Pie



## Les dates importantes du MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>27</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>27</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

Note :



## La Lune de Juin :

La Lune de Juin est connue aussi sous le nom de "Lune des Fraises" ou "Lune de Miel". En effet, c'est durant ce mois-ci que beaucoup de cérémonies de mariage étaient célébrées anciennement. La Lune de Miel désignait à l'époque le moment dans l'année où les amoureux convoiaient juste après leur mariage.



Elle est aussi appelée la Lune des Fraises car c'est le moment de l'année où les fraises apparaissent dans nos jardins.

En Juin est célébré Litha<sup>28</sup> durant laquelle nous fêtons l'équinoxe d'été. Prend le temps d'aller dehors, de profiter des longues journées et des rayons abondants du Soleil pour faire le plein de Soleil, de te reconstruire et de faire la paix avec toi-même. Adopte une attitude plus ouverte et généreuse avec l'entourage et la vie en général.

Qui pourrait t'aider dans ton projet ? Qu'est ce qui t'empêche de trouver la paix en toi ? Qu'est ce qui te coupe du flow de la vie ? Es tu déjà entourée d'amour ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...

---

<sup>28</sup>Litha est le 6<sup>ème</sup> Sabbat de l'année wicca (des sorcières et sorciers). Elle est fêtée entre le 19 et le 23 Juin de chaque année calendrier. Mon programme ["Je développe ma créativité au travers des Sabbats"](#) vous aidera à y voir plus clair.



Je laisse partir ...

Ce mois-ci, je suis prête à ...





## Mon Moment Bien-être

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>29</sup>
- o Recevoir un massage / soin

énergétique

- o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai ressenti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>29</sup> Et si tu venais réaliser un atelier créatif sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## Mon Cercle de Femmes

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>30</sup> de .....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



---

<sup>30</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Juin [sur les Enseignements de la Mère originelle de Juin.](#)



# Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci

Ce mois-ci j'ai rencontré les  
personnes citées ci dessous. Elles  
m'ont toutes appris, apporté, donné  
quelque chose. En échange, je leur ai  
aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## Bilan de fin du mois de Juin :

Je termine ce mois de Juin et j'ai appris sur moi que ....

J'aime ....

Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# JUILLET

Affirmation du mois :

"J'observe le changement en moi et  
autour de moi. La Magie est là autour  
de moi !"



Mon objectif du mois :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

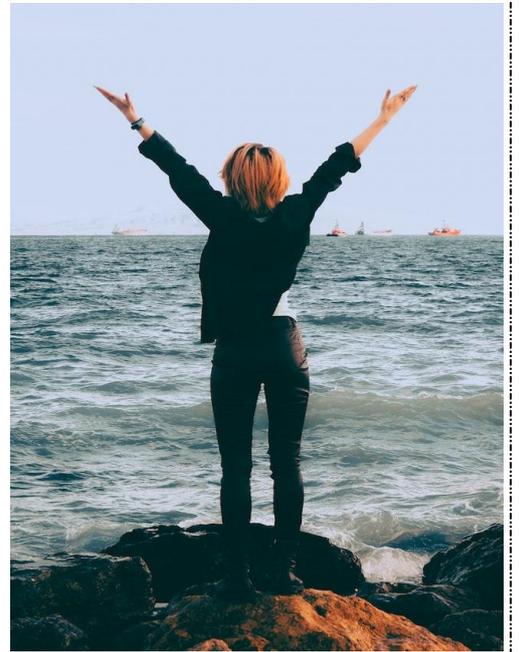
Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

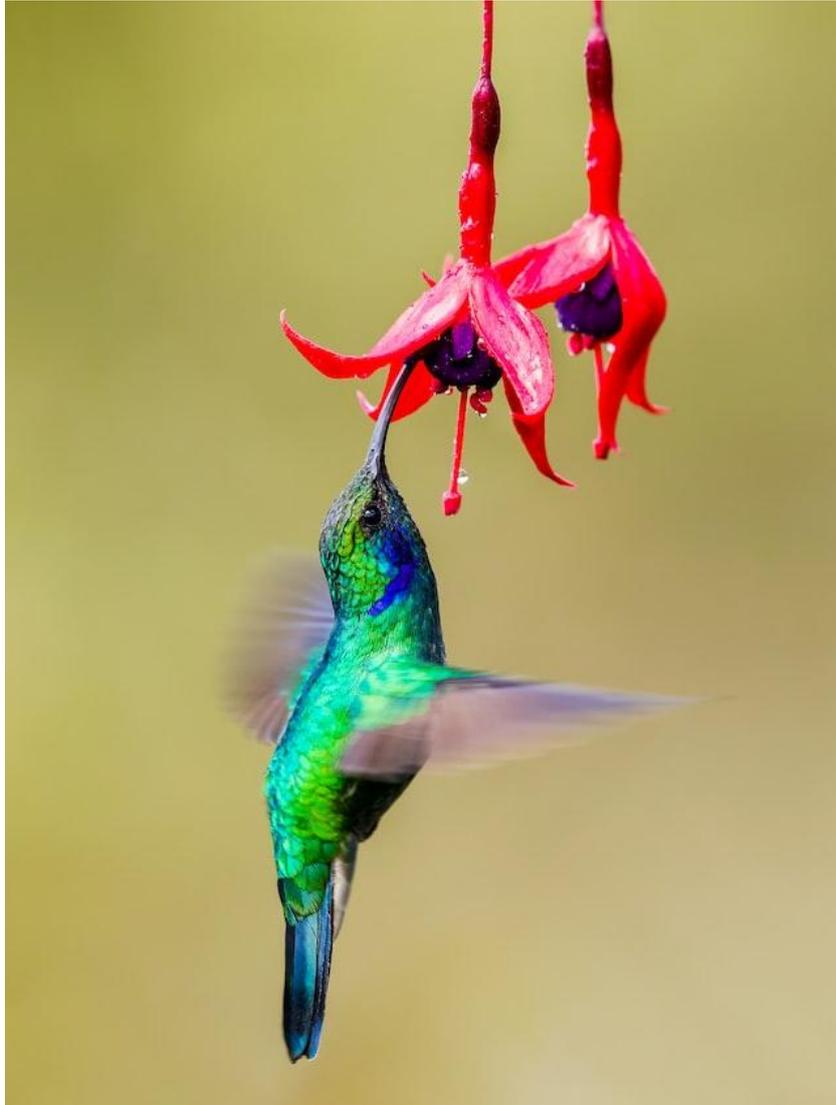
Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Ici tout est  
calme et  
délicieux



## Le colibri



N'est il pas temps d'aimer les reflets de qui tu es et ce  
que tu es ?

D'apprendre à aimer et à t'aimer sans condition ?<sup>31</sup>

---

<sup>31</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois de Juillet, nous explorons entre autre la Médecine du Colibri.



## Les dates importantes du MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>32</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>32</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

31 :

Note :



## La Lune de Juillet :

La Lune de Juillet est connue aussi sous le nom de "Lune du Cerf" car c'est la période où les Bois des Cerfs repoussent.

Juillet est traditionnellement le mois le plus chaud de l'année pour l'hémisphère nord. C'est le moment idéal pour se détendre, méditer et réfléchir à votre vie. Cette Lune nous invite à prendre nos responsabilités et à cesser de nous prendre pour des victimes des autres. Elle nous montre comment séduire et être séduite par la vie.

C'est aussi le bon moment pour penser aux choses qui rendent la vie belle, positive et pétillante ! Eveillons nos sens, ressentons les choses au plus profond de nous et jouons de notre Rayonnement pour éveiller la pétillance chez notre entourage !

Qu'est ce qui bloque ce mois -ci et que tu estimes être indépendant de ta volonté ?  
Comment pourrais-tu désamorcer le blocage ? Et si tu t'appuyais sur ton entourage ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...



Je laisse partir ....

Ce mois-ci, je suis prête à ...





## Mon Moment Bien-être

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à :

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>33</sup>
- o Recevoir un massage / soin énergétique

o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai senti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>33</sup> Et si tu venais réaliser [un atelier créatif](#) sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## Mon Cercle de Femmes

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>34</sup> de .....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange

:



---

<sup>34</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Juillet [sur les Enseignements de la Mère originelle de Juillet](#)



## Les personnes que j'ai rencontrées ce mois-ci

Ce mois-ci j'ai rencontré les personnes citées ci dessous. Elles m'ont toutes appris, apporté, donné quelque chose. En échange, je leur ai aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## BILAN DE FIN DU MOIS DE JUILLET :

Je termine ce mois de juillet et j'ai appris sur moi que ....

J'aime ....

Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# Août

Affirmation du mois :

"Je suis une femme positive et créative. Je m'ouvre intensément à la vie qu'il y a en moi et à l'extérieur de moi !"



# MON OBJECTIF DU MOIS :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

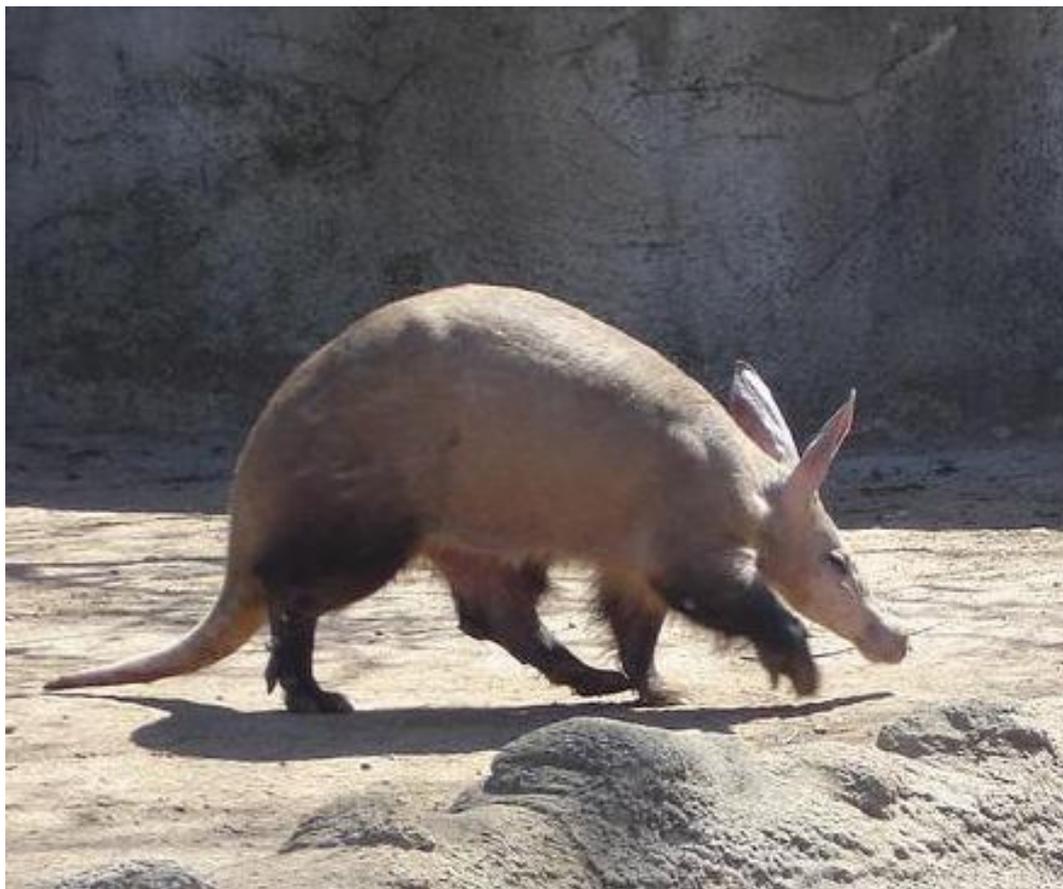
Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Je mérite  
être en  
paix



## L'ORYCTEROPE (COCHON DE TERRE)



Quelles sont tes techniques pour te soigner ? Pour soigner ton entourage ?<sup>35</sup>

---

<sup>35</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois d'août, nous explorons entre autre la Médecine du Cochon de Terre.



## LES DATES IMPORTANTES DU MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>36</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>36</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

31 :

Note :



## LA LUNE D'AOÛT :

La Lune d'août est aussi connue sous le nom de la Lune de l'Esturgeon en lien avec ce poisson dont la femelle déploie une extraordinaire fécondité et dont le mâle représente la fidélité conjugale. Cette Lune nous invite à goûter intensément à la vie. Elle nous encourage à ne pas prendre espoir et à nous rappeler que nous sommes des êtres créatives par définition (nous pouvons donner naissance à un enfant, nous pouvons écrire, dessiner, jouer...



C'est en août qu'est célébrer Lughnasadh<sup>37</sup> en lien avec les premières récoltes de l'année. Nous récoltons ce que nous avons semé.

As-tu semé des pensées positives ces derniers temps ? ont-elles apportées de l'oxygène à tes projets ? ou au contraire les as tu asphyxié ? Avez-vous été au bout des choses ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...

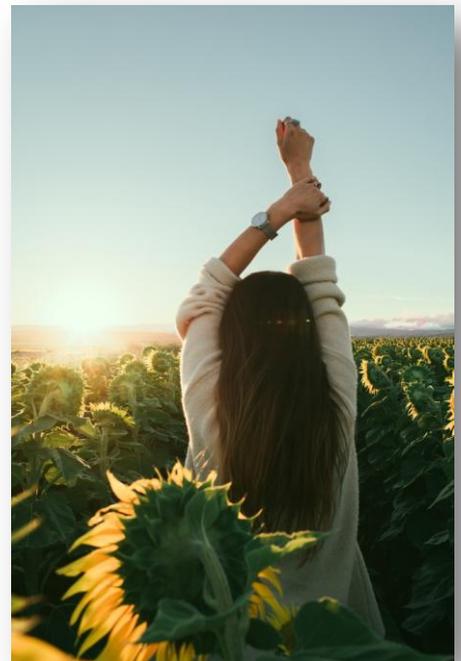
---

<sup>37</sup>Lughnasadh est le 7<sup>ème</sup> Sabbat de l'année wicca (des sorcières et sorciers). Elle est fêtée entre le 1er août de chaque année calendrier. Mon programme ["Je développe ma créativité au travers des Sabbats"](#) vous aidera à y voir plus clair.



Je laisse partir ....

Ce mois-ci, je suis prête à ...





## MON MOMENT BIEN-ÊTRE

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>38</sup>
- o Recevoir un massage / soin énergétique
- o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai senti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>38</sup> Et si tu venais réaliser [un atelier créatif](#) sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## MON CERCLE DE FEMMES

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>39</sup> de ....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



---

<sup>39</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Août [sur les Enseignements de la Mère originelle d'Août.](#)



## LES PERSONNES QUE J'AI RENCONTRÉES

### CE MOIS-CI

Ce mois-ci j'ai rencontré les personnes citées ci dessous.  
Elles m'ont toutes appris, apporté, donné quelque chose. En échange, je leur ai aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## BILAN DE FIN DU MOIS D'AÔÛT :

Je termine ce mois d'août et j'ai appris sur moi que ....

J'aime ....

Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# SEPTEMBRE

Affirmation du mois :

"J'équilibre mon côté masculin et féminin. J'apporte et je partage mes vérités personnelles à la Lumière du Jour"



# MON OBJECTIF DU MOIS :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Mon  
histoire  
compte



## LE CHAMEAU



Conserve-tu correctement tes ressources ?

Les utilises-tu correctement, en lien avec tes propres  
valeurs humaines ?<sup>40</sup>

---

<sup>40</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois de Septembre, nous explorons entre autre la Médecine du Chameau.



## LES DATES IMPORTANTES DU MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>41</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>41</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

Note :



## LA LUNE DE SEPTEMBRE :

La Lune de Septembre est aussi appelée la Lune de Maïs ou d'orge. C'est le temps de la deuxième récolte de l'année. Cette lune nous invite à récolter les fruits de notre labeur, au sens propre comme au sens figuré. Cette lune influence l'abondance de manière générale (abondance de récolte des produits de la Terre-Mère, abondance d'amour, un nouveau travail, une nouvelle vie... )



Septembre célèbre Mabon<sup>42</sup> qui sonne le début de la phase d'introspection pour nous. C'est le moment de lâcher pour de bon votre passé, de laisser la vie faire son chemin et de ne plus être dans la lutte...

Qu'est ce qui continue à te ronger de l'intérieur ? où cherches-tu absolument avoir justice ?  
ou dans ton corps ne te sens tu pas en harmonie ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...

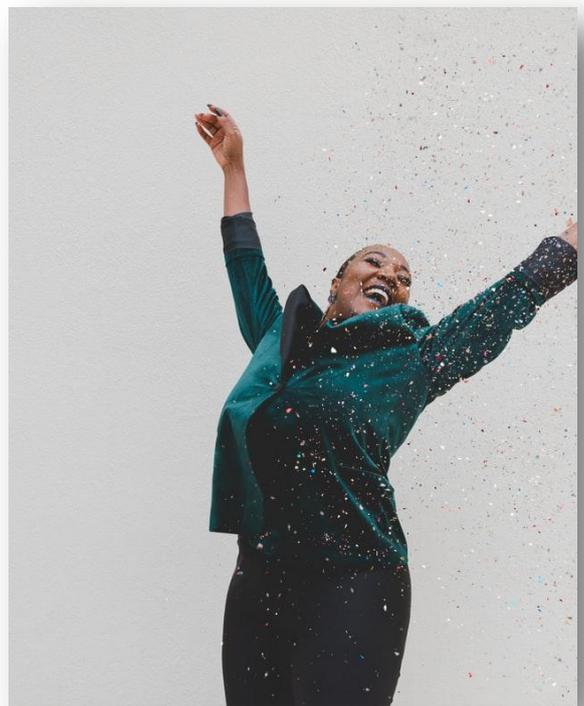
---

<sup>42</sup> Mabon est le 8<sup>ème</sup> Sabbat de l'année wicca (des sorcières et sorciers). Elle est fêtée entre le 21 et le 24 septembre de chaque année calendrier. Mon programme ["Je développe ma créativité au travers des Sabbats"](#) vous aidera à y voir plus clair.



Je laisse partir ....

Ce mois-ci, je suis prête à ...





## MON MOMENT BIEN-ÊTRE

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à

- Participer à un atelier/défi créatif<sup>43</sup>
- Recevoir un massage / soin énergétique
- Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai senti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>43</sup> Et si tu venais réaliser [un atelier créatif](#) sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## MON CERCLE DE FEMMES

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>44</sup> de .....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



---

<sup>44</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Septembre [sur les Enseignements de la Mère originelle de Septembre.](#)



## LES PERSONNES QUE J'AI RENCONTRÉES CE MOIS-CI

Ce mois-ci j'ai rencontré les  
personnes citées ci dessous. Elles  
m'ont toutes appris, apporté, donné  
quelque chose. En échange, je leur ai  
aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## BILAN DE FIN DU MOIS DE SEPTEMBRE :

Je termine ce mois de septembre et j'ai appris sur moi que ...

J'aime ...

Je refuse à présent ...

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# OCTOBRE

Affirmation du mois :

"J'exprime mon Art et mon Potentiel  
au reste du monde !"



# MON OBJECTIF DU MOIS :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Mon  
histoire  
compte



## L'ARAIGNÉE



Te fais tu suffisamment confiance ? Prends tu en considération les ressources dont tu disposes autour de et en toi ? <sup>45</sup>

---

<sup>45</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois d'octobre, nous explorons entre autre la Médecine de l'Araignée.



## LES DATES IMPORTANTES DU MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>46</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>46</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

31 :

Note :



## LA LUNE D'OCTOBRE :

La lune d'octobre est aussi appelée la "Lune du Chasseur" ou la "Lune de Sang". Elle nous encourage à faire le bilan sérieux de notre vie. Par l'introspection, elle nous invite attirer des leçons du passé et à revoir nos objectifs. Dans cette lunaison, tout devient magique. Tout comme le chasseur, elle nous invite à être à l'affût du moindre signe provenant du ciel ou de la vie, des imprévus ou des coïncidences. C'est le 31 octobre est fêté la fin de l'année wicca (Samhain<sup>47</sup>) et le 1er Novembre, le début d'une nouvelle année.



Que souhaiterais-tu vivre de nouveau dans ta vie ? Que cherches-tu depuis longtemps et que tu souhaites enfin que cela se réalise ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...

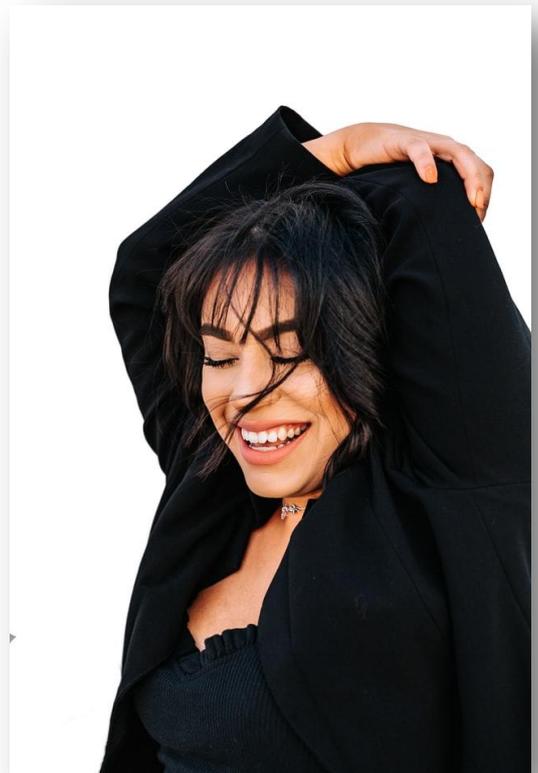
---

<sup>47</sup> Samhain est le 1<sup>er</sup> Sabbat de l'année wicca (des sorcières et sorciers). Elle est fêtée le 31 octobre et le 1<sup>er</sup> Novembre de chaque année calendrier. Mon programme ["Je développe ma créativité au travers des Sabbats"](#) vous aidera à y voir plus clair.



Je laisse partir ....

Ce mois-ci, je suis prête à ...





## MON MOMENT BIEN-ÊTRE

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>48</sup>
- o Recevoir un massage / soin énergétique
- o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai senti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>48</sup> Et si tu venais réaliser [un atelier créatif](#) sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## MON CERCLE DE FEMMES

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>49</sup> de .....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



---

<sup>49</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en octobre [sur les Enseignements de la Mère originelle d'octobre.](#)



## LES PERSONNES QUE J'AI RENCONTRÉES

### CE MOIS-CI

Ce mois-ci j'ai rencontré les personnes citées ci dessous.  
Elles m'ont toutes appris, apporté, donné quelque chose. En échange, je leur ai aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## BILAN DE FIN DU MOIS D'OCTOBRE :

Je termine ce mois d'octobre et j'ai appris sur moi que ....

J'aime ....

Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# NOVEMBRE

Affirmation du mois :

"Je montre l'exemple aux personnes  
autour de moi donc il est important  
que je me respecte et que je prenne  
soin de moi"



# MON OBJECTIF DU MOIS :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Je suis  
guidée par  
ma  
créativité



## LE COUGUAR



Continues à guider mais ne juges pas les faiblesses des autres.  
Rappelle toi que toi aussi tu es humaine...

Prends soin de toi, toi aussi tu as des limites à ne pas  
dépasser...<sup>50</sup>

---

<sup>50</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois de Janvier, nous explorons entre autre la Médecine de la Cougar.



## LES DATES IMPORTANTES DU MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>51</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>51</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

Note :



## LA LUNE DE NOVEMBRE :

La Lune de Novembre est aussi appelée la Lune du Castor. A son image, c'est une Lune qui nous invite à faire preuve d'ingéniosité, à construire et à créer une nid douillet où tu pourras te sentir en sécurité dans les prochains mois d'automne et d'hiver. Cette Lune symbolise la réceptivité, l'ouverture à tout ce qui pourrait arriver, l'organisation, la structure et la consolidation des liens avec les personnes que nous aimons, ainsi que de notre propre espace personnel.



Dans quel domaine de ta vie, tu ne ressens pas la sécurité ? Que pourrais-tu construire pour t'y sentir mieux ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...

Je laisse partir ....



Ce mois-ci, je suis prête à ...



## MON MOMENT BIEN-ÊTRE

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>52</sup>
- o Recevoir un massage / soin énergétique
- o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :



Après ce moment bien-être, j'ai senti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>52</sup> Et si tu venais réaliser [un atelier créatif](#) sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## MON CERCLE DE FEMMES

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>53</sup> de .....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



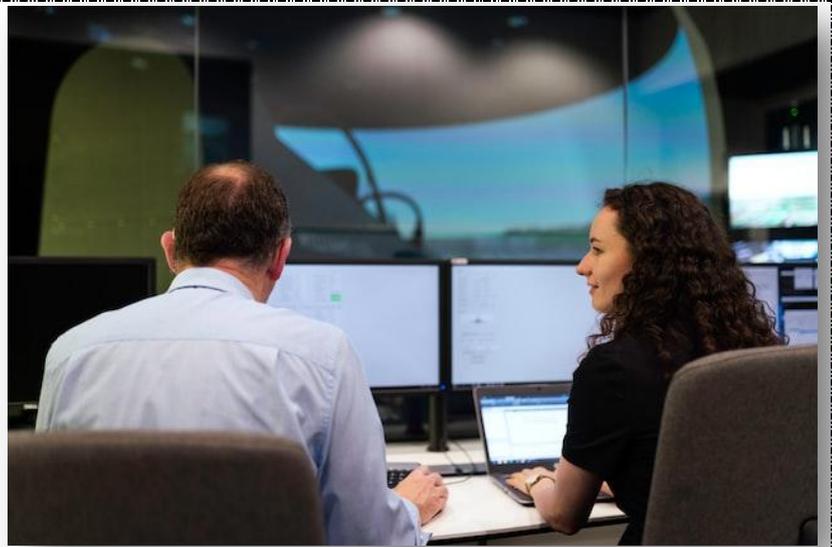
---

<sup>53</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Novembre [sur les Enseignements de la Mère originelle de Novembre.](#)



LES PERSONNES QUE  
J'AI RENCONTRÉES CE  
MOIS-CI

Ce mois-ci j'ai rencontré les  
personnes citées ci dessous.  
Elles m'ont toutes appris, apporté,  
donné quelque chose. En échange,  
je leur ai aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## BILAN DE FIN DU MOIS DE NOVEMBRE :

Je termine ce mois de novembre et j'ai appris sur moi que ....

J'aime ....

Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# DÉCEMBRE

Affirmation du mois :

"Je célèbre en moi et autour de moi  
ce qui compte vraiment ! Je suis  
pleine de gratitude pour mon chemin  
de cette année."



# MON OBJECTIF DU MOIS :

...

Mes petits objectifs :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Actions à prendre :

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Semaine 1

Semaine 2

Semaine 3

Semaine 4



## LA LISTE DE MES ENVIES :

Note ci dessous au moins 5 envies que tu souhaites réaliser ce mois-ci :



Je suis  
suffisante



## LA TORTUE



Tout à un cycle, un début et une fin. Tout peut renaître,  
tout peut recommencer.

As tu trouvé ton Rythme cette année en traversant chaque  
écaille de ma carapace ? Et si tu donnais l'espoir à quelque  
chose de nouveau dans ta vie, ça serait quoi ?<sup>54</sup>

---

<sup>54</sup> Réflexion en lien avec [le Parcours des 13 Lunes](#). Durant le mois de Décembre, nous explorons entre autre la Médecine de la Tortue.



## LES DATES IMPORTANTES DU MOIS :

Note ci dessous toutes les rendez-vous importants de ton mois<sup>55</sup>

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

13 :

14 :

15 :

---

<sup>55</sup> ou utilise cette partie comme tracker de créativité. Quelles actions en lien avec ta créativité et tes valeurs as-tu fait aujourd'hui? Et si tu participais à un [défi créatif](#) pour apprendre à poser chaque jour un pas vers la SuccessCreativewoman que tu es ?



16 :

17 :

18 :

19 :

20 :

21 :

22 :

23 :

24 :

25 :

26 :

27 :

28 :

29 :

30 :

31 :

Note :



## LA LUNE DE DÉCEMBRE :

La Lune de Décembre est connue aussi sous le nom de la Lune du Temps Froid en lien avec les gelées nocturnes. Cette Lune nous invite à continuer notre introspection, à continuer à rêver. C'est une période propice pour rendre grâce pour ce que nous avons. C'est durant ce moment de l'année, vers Yule<sup>56</sup> que les premières visions viennent à nous. Il faudra en prendre soin et les faire mûrir pour mieux les explorer l'année prochaine !



Quelle vision as-tu de ta vie dans 1 an ? Qu'aurais-tu à remercier ?

Durant ce mois-ci, j'attire à moi ...

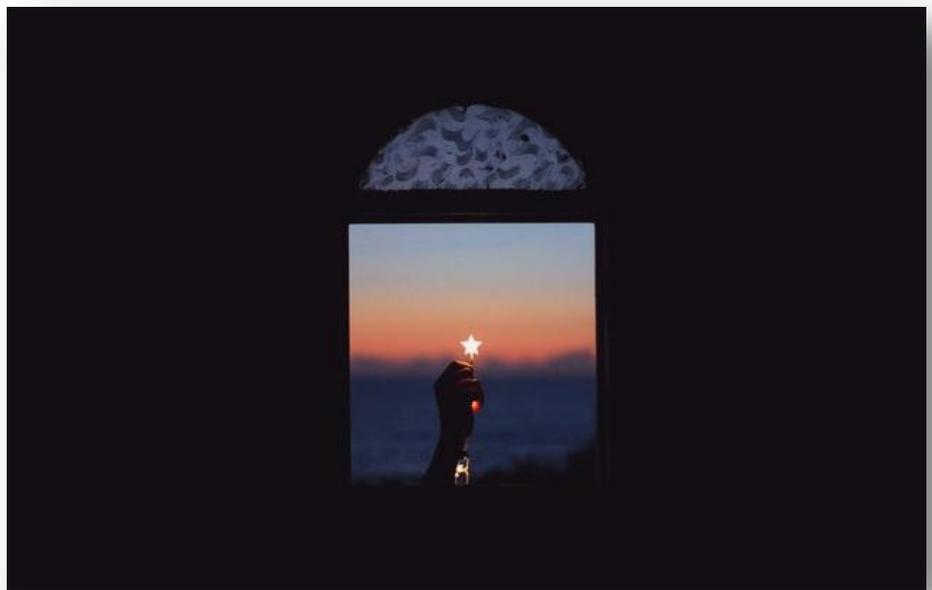
---

<sup>56</sup> Yule est le 2<sup>ème</sup> Sabbat de l'année wicca (des sorcières et sorciers). Elle est fêtée entre le 20 et le 23 décembre de chaque année calendrier. Mon programme ["Je développe ma créativité au travers des Sabbats"](#) vous aidera à y voir plus clair.



Je laisse partir ....

Ce mois-ci, je suis prête à ...





## MON MOMENT BIEN-ÊTRE

Ce mois-ci je prends le temps pour moi à

- o Participer à un atelier/défi créatif<sup>57</sup>
- o Recevoir un massage / soin énergétique
- o Autres :

Avant ce moment bien-être, je ressentais :

Après ce moment bien-être, j'ai senti :

Message reçu durant cet échange :

---

<sup>57</sup> Et si tu venais réaliser [un atelier créatif](#) sur un thème qui te touche particulièrement en ce moment ?



## MON CERCLE DE FEMMES

Ce mois-ci j'ai participé à un cercle de Femmes sur le thème<sup>58</sup> de .....

Je suis allée à ce cercle parce que ....

J'ai rencontré ...

J'ai appris ....

Message reçu durant cet échange :



---

<sup>58</sup> Chaque Cercle de Femmes a un thème comme par exemple celui que je propose en Décembre [sur les Enseignements de la Mère originelle de Décembre.](#)



## LES PERSONNES QUE J'AI RENCONTRÉES CE MOIS-CI

Ce mois-ci j'ai rencontré les personnes citées ci dessous. Elles m'ont toutes appris, apporté, donné quelque chose. En échange, je leur ai aussi apporté quelque chose.



Qui ?

Ce qu'elle m'a apporté

Ce que je lui ai apporté



## BILAN DE FIN DU MOIS DE DÉCEMBRE :

Je termine ce mois de Décembre et j'ai appris sur moi que ....

J'aime ....

Je refuse à présent ....

Je me sens merveilleusement bien quand ...

J'ai envie de montrer au monde que...

As-tu  
réalisé tes  
désirs ?





# LA LUNE BLEUE

Affirmation<sup>59</sup> :

"Je reprends mon pouvoir personnel et  
deviens la Femme Créative et  
Talentueuse dont j'ai toujours rêvé !"

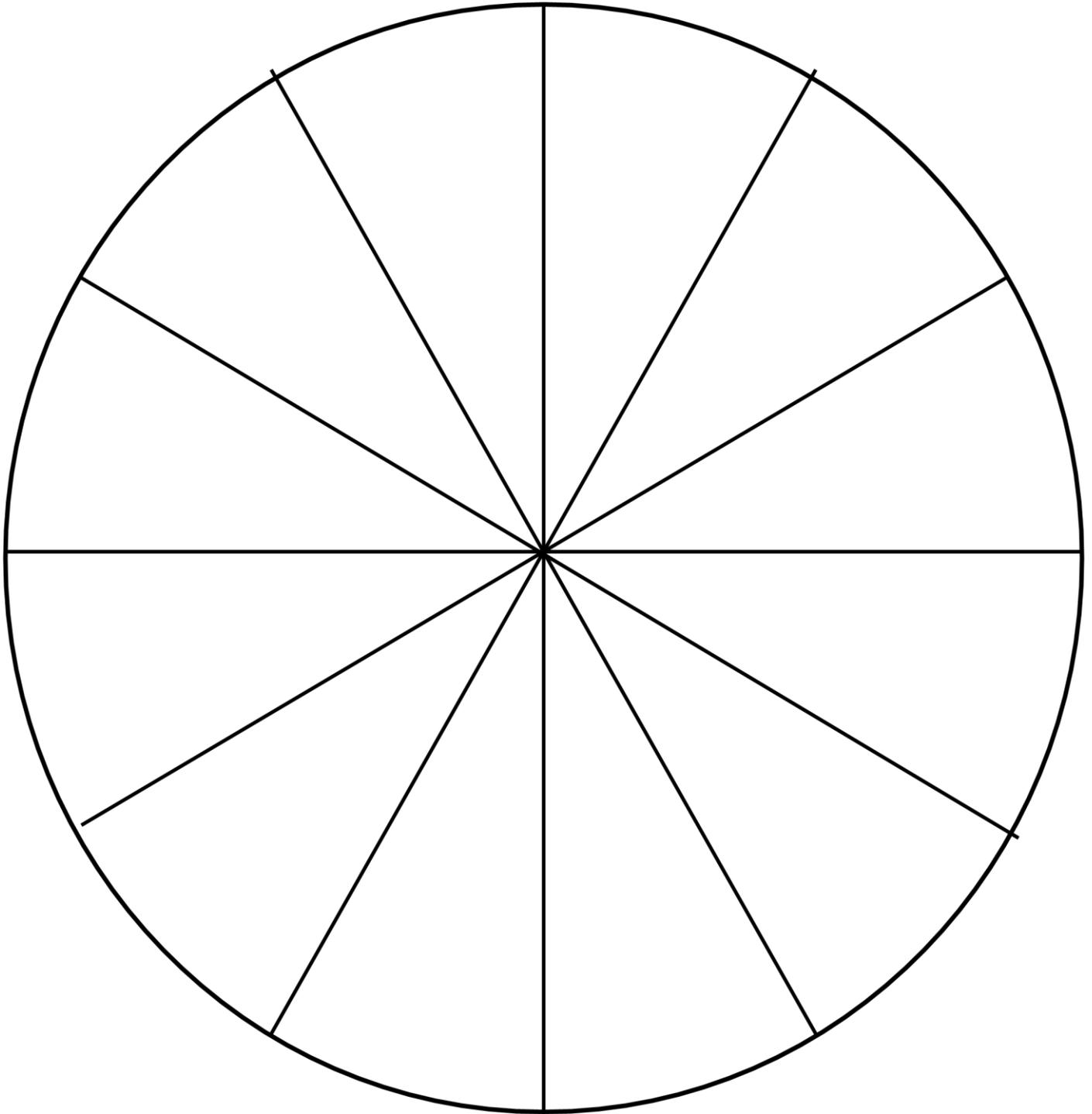
---

<sup>59</sup> Un cercle de Femmes associé est organisé sur le thème [des enseignements de la Treizième Mère.](#)



# BILAN DE MON ANNÉE ..... :

Dans chaque part du mandala ci-dessous, dessine, colore ou écris un mot, une phrase, une image, un symbole qui résume chaque mois.

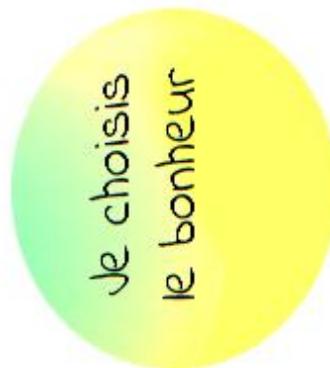


Mon Année ..... se termine par un mot :



## LES BULLES D'ÉNERGIE :

A découper et à coller à volonté dans votre Journal ou sur vos créations pour y ajouter un petit plus !



@SuccessCreativeWoman



## MON PETIT MOT DE LA FIN :

Pour celles qui ne me connaissent pas encore, je suis Stéphanie Labarre, auteure du site SuccessCreativewoman. Sur ce site, je propose différents ateliers, parcours créatifs et accompagnements tant personnel que professionnel.

Ma raison d'être là est qu'il me semble important de vivre une vie heureuse en toute liberté d'être Soi et en paix avec Soi. C'est dans cette optique que j'ai créé bon nombre de mes ateliers et parcours de développement personnel.

Je crois profondément en la citation de SHARON BLACKIE :

*"On assiste à l'effondrement de ces vieilles histoires qui guident la civilisation occidentale depuis quelques siècles, ces histoires de progrès infini, de croissance illimitée, de la séparation des humains et de la nature et de leur domination sur le monde. Ce sont les histoires du patriarcat. Plus que toujours, je crois que les histoires dont nous avons besoin pour remplacer ces contes destructeurs jailliront de la source de sagesse créative et régénérante qui émane du féminin."*

Vous avez ce potentiel en vous, vous pouvez aider à faire changer le monde, moi j'ai déjà commencé à le faire avec de magnifiques femmes de tout âge et de tout horizon, pourquoi pas vous ?

Comprenez par là que je crois en l'équilibre HOMME - FEMME, masculin - féminin. Je crois à la douceur et à la force, à la vie et à la mort, à la beauté et au brouillon... Je crois que tout a un sens et je vois dans les créations qui me sont partagées lors d'atelier qu'il y a toujours une histoire qui s'y cache, celle d'une Femme blessée, celle d'une Femme créative, celle d'une Femme amoureuse.

Jusqu'à votre dernier souffle, vous avez le potentiel de créer, de partager, de conter, d'ouvrir vos yeux et donner l'exemple aux autres... Alors ne laissez pas ce potentiel s'affaiblir, se briser...

Vous aussi vous pouvez être une SuccessCreativewoman !

En tout cas, j'espère que ce défi vous a plu (tout autant que moi quand je l'ai réalisé !), qu'il vous a émue, qu'il a su faire pétiller la Puissante et Créative Dame qui se sommeille en vous.

J'espère vous retrouver bientôt [dans un autre défi, un autre atelier ou parcours de développement personnel](#)... En tout cas, j'en serai ravie de compter parmi nous une nouvelle SuccessCreativewoman ! Merci et à très bientôt !

Stéphanie ♥

