



# À la rencontre de Laetitia BARRUCAND



*Enchantée de vous rencontrer ! Je me présente, Laetitia BARRUCAND, psycho-énergéticienne, formatrice et également auteure de livres pour enfants. J'exerce à Annecy-le-Vieux depuis mars 2018.*

Ma passion pour les contacts humains ne pouvait que me conduire à ce qui suit...

Tout a commencé avec mes études en BTS Esthétique, jusqu'à diriger un institut de beauté.

Au fil des soins pratiqués et de l'écoute de mes clients, je me suis bien vite rendue compte qu'il existait une relation corps-esprit.

De plus, il se passait quelque chose sous mes mains ; en massage elles étaient "chaudes" et pour apaiser une épilation elles "coupaient le feu." Ce qui m'a intriguée, puis poussée à découvrir et à me former à diverses techniques énergétiques.

J'ai ensuite enseigné ma passion ; j'ai été formatrice et membre du jury en école d'esthétique ; cette expérience fut très enrichissante mais je manquais un peu de liberté d'action. À l'époque, ce n'était pas très bien vu de commencer un travail scolaire par un exercice de sophrologie...

Cette expérience m'a été cependant très utile pour la création de mes formations et ateliers.

Puis, à la naissance de mon second enfant, j'ai passé mon CAP Petite Enfance, ce qui est un atout dans mes consultations avec les enfants. C'est d'ailleurs pour eux que j'écris.

Depuis quelques années, je suis revenue à ma première vocation : aider les autres à se sentir mieux.

Pour cela, j'accompagne de différentes manières :

- en séances individuelles : réflexologie énergétique crânienne, magnétisme, hypnose ericksonienne, thème de naissance...
- avec des formations : tarot de Marseille, transmission vibratoire, LaHoChi...
- dans des ateliers : chakra dance, mandala, CRÉA journal, écriture intuitive...

Plutôt que de vous détailler les outils utilisés, je préfère vous expliquer comment je travaille.

En général, 3 séances à 21 jours d'intervalle sont nécessaires.

Avant la première rencontre, je demande toujours la date de naissance, car grâce à un calcul tarologique, je peux

déjà établir votre thème de naissance simplifié, et ainsi découvrir votre principal blocage et surtout vos potentiels !

Ce qui fait qu'après la première séance, vous repartez déjà avec une clef vers votre bien-être, en toute autonomie. Cette première séance permet de faire connaissance, d'éliminer ce qui ne vous appartient pas (vieilles mémoires, fausses croyances...). Votre corps DÉCOUVRE.

À la deuxième séance, il est possible d'aller plus loin dans la résolution de votre problème. Par exemple, s'il s'agit d'une peur, nous la travaillerons en hypnose ; un détachement des traumatismes sera plus adapté pour un événement traumatisant ; si ce sont des douleurs récurrentes, nous ferons une séance de LaHoChi...

J'adapte vraiment mes techniques au service du corps et de l'esprit, selon les besoins de chaque personne, car chaque être est unique. Pour illustrer mon propos, imaginez que nous sommes devant une palette de couleurs et que vous choisissez celle dont vous avez besoin maintenant. À la deuxième séance, le corps RECONNAÎT.

Et à la troisième séance, le corps INTÈGRE. Le consultant repart ainsi avec de nouvelles bases et de nouveaux outils (un exercice de respiration, un acte libérateur à effectuer, une eau de couleur à respirer...). Ensuite, le consultant est libre de revenir lorsqu'il en ressent le besoin.



Certaines personnes désirent venir de manière mensuelle, d'autres chaque trimestre... c'est important que chacun se sente libre et acteur de son mieux-être.

Je précise que lorsque l'on me demande une séance pour un enfant ou un adolescent, je préfère avoir reçu la maman au préalable. Elle va pouvoir évoquer l'accouchement, si cet enfant était désiré ou non, toutes ces choses qu'elle ne peut pas forcément exprimer devant l'enfant et qui ont pourtant leur importance pour le suivi de celui-ci.

Dans quelles circonstances puis-je vous aider ?

J'accompagne :

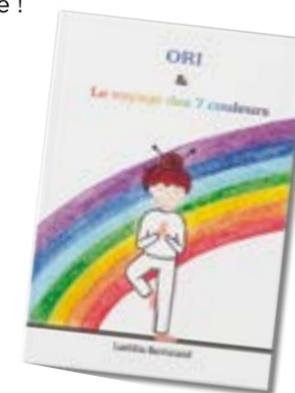
- les transitions : deuil, séparation, burn out, changement de travail, arrivée d'un enfant, préparation à la retraite...
- les peurs, les troubles alimentaires, les traumatismes (agressions, événements douloureux...)
- les troubles de l'attention, l'hyperactivité, la préparation aux examens...
- et, bien sûr, toutes les personnes en recherche de leur véritable essence !

Pour les formations et les ateliers, je privilégie les petits groupes afin que chaque personne trouve l'occasion de s'exprimer, de poser des questions, et puisse repartir ainsi avec des bases solides. Les participants sont des professionnels désireux d'ajouter un outil à leur pratique, mais également des parents soucieux de maîtriser une technique pour apporter eux-mêmes du mieux-être à leurs enfants.

Pour conclure sur le côté psycho-énergétique, moi qui, plus jeune, désirais ardemment devenir professeur ou psychologue, j'ai trouvé un moyen détourné pour exercer un peu des deux. Et quel bonheur de me lever chaque matin pour exercer un métier sur mesure, qui m'épanouit pleinement ; toutes ces rencontres, ces histoires de vie... et surtout le plaisir d'observer l'évolution des personnes au fil des séances.

Enfin, pour dévoiler un peu plus mon côté créatif, je vous écris dans ma présentation que je suis également auteure de livres pour enfants.

Ils se présentent tous de la même manière : d'un côté l'histoire, et en prenant le livre à l'envers, on retrouve des activités comme des coloriages, des points à relier... afin que l'enfant participe ! Et ainsi, chaque lecteur obtient un exemplaire unique !



C'est dans le même esprit que j'ai créé mon jeu de cartes **Le jeu des 7 couleurs**, qui se présente sous la forme d'un jeu des 7 familles et dont 2 familles sont à créer.

Il me sert de support dans mes consultations, car on peut réaliser un tirage émotionnel, ou encore découvrir quel chakra est bloqué...

Dans ce jeu, une grande partie de ma pratique y est condensée ! Vous retrouverez des phrases inspirantes, des exercices de respiration, les couleurs que j'utilise lors de mes séances.

Je pourrais vous écrire un livre sur ma pratique et mes passions, mais je préfère vous dire ce que je répète souvent aux participants de mes formations :

"Ne me croyez pas sur parole, mais EXPÉRIMENTEZ !"

**Laetitia BARRUCAND**

## Témoignages

"Laetitia est une super praticienne et formatrice en soins énergétiques. Elle vous apporte douceur, écoute, réconfort et ses soins sont source de bien-être et vous redonnent force et énergie."  
Florence

"Un super moment ! Laetitia est vraiment incroyable et bienveillante. Je recommande vivement !"  
Priscilla

"Comme un moment à part dans sa vie, une parenthèse qui fait du bien... À très vite !"  
Sandrine

"Reconnaissance et Gratitude pour tout ce que tu m'as fait découvrir sur moi-même !"  
Françoise