

[Voir la version en ligne](#)



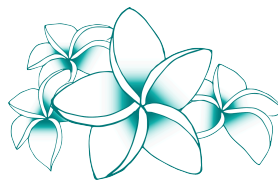
Cordon, Haute-Savoie, Novembre 2024

Chères voyageuses, chers voyageurs !

Oui, me revoilà !

Après plus de 2 ans d'absence des Nouvelles de l'ESCALE, je suis de retour !

La dernière newsletter remonte à Août 2022, c'était la 10ème. J'avais bien démarré un brouillon de celle d'après, mais je ne l'ai jamais finalisée ni envoyée ! La fatigue, je crois, d'essayer de faire **décoller mon entreprise** alors que je n'étais pas réellement prête... Encore de trop nombreux sujets que je n'avais pas assez regardé. En effet, j'avais besoin de continuer à prendre **des ESCALES en Moi** sur de nombreuses thématiques pour mieux avancer vers la **réussite** pleine et entière de mon entreprise
Une ESCALE en Vous !



- Me connaître

Depuis le début, j'avais envie d'**une entreprise qui me ressemble**. Mais, cela demandait que je me connaisse au préalable ! Alors, j'ai pris du **temps** pour savoir ce que j'aimais, connaître mes qualités, mes domaines d'expertise, mes goûts, mes envies profondes. J'ai cherché les pourquoi, les parce-que, le sens et la cohérence. J'ai dû comprendre que je pouvais faire "à ma manière", que c'était à moi de poser qui j'étais, que je devais suivre mes intuitions et ne pas écouter ceux qui allaient à l'encontre de mes idées. J'ai eu besoin de me réautoriser la joie et le plaisir : tous ces sujets positifs qui avaient bien pris du plomb dans l'aile. Oui, j'avais envie d'**être heureuse** dans ma

vie et dans mon entreprise, de **m'amuser** vraiment ! J'avais envie aussi que mon entreprise puisse me faire vivre **ma vie de rêve**, sinon, à quoi bon ? Si je n'étais pas la première à être heureuse de ce que j'allais vous proposer, comment alliez-vous avoir envie de vous faire accompagner par moi et vivre votre vie et votre entreprise de rêve à votre tour ?



- Les bagages du passé

Il a fallu que je prenne du **temps** également pour regarder : mon parcours personnel scolaire, familial, mes relations sentimentales, certaines expériences professionnelles, mes traumatismes petits et grands, mes mémoires familiales et transgénérationnelles liées notamment à l'argent et à la faillite, à la noblesse et au travail, et de nombreuses autres choses.

Je devais guérir tous les **nœuds**, les **blocages**, les **freins**, les **peurs**, les **croyances limitantes** et les **mécanismes d'auto-sabotage** que ces sujets avaient entraîné avec eux et **qui m'empêchaient d'avancer comme je le souhaitais**.



D'ailleurs, en parlant de **bagages du passé**, il y en avait un spécial dans la catégorie "**Traumatisme**" qui portait une étiquette rouge : "**Attention fragile**" ! Au comptoir d'embarquement, celui-là a malheureusement été envoyé directement en soute parce qu'il pesait plus de 23kg alors que, s'il était si fragile que cela, il aurait été préférable qu'il reste avec moi en cabine pour que j'en prenne soin ! Une fois en soute, je ne suis malheureusement pas allée le rechercher. Cette grosse valise est restée figée dans un coin de ma soute à bagages pendant 10 ans !

C'était, en réalité, un énorme bagage qu'il fallait que je récupère et que je réouvre pour regarder ce qu'il y avait à l'intérieur, sans quoi, mon entreprise Une ESCALE en Vous était vouée à l'échec.

Il y a 10 ans, en 2014, lorsque j'habitais à Rio de Janeiro, au Brésil, j'ai malheureusement vécu : **un braquage à mains armées**. Un soir, alors que je conduisais pour rentrer d'une soirée d'anniversaire, avec mon copain de l'époque et une amie, au feu rouge, un homme cagoulé muni d'une arme à feu est sorti de la voiture de devant en m'ordonnant sèchement en criant et en braquant son arme dans notre direction : d'ouvrir ma portière et de sortir de ma voiture ! On est tous sortis. Il a récupéré mon sac à main et celui de mon amie. Un autre braqueur est entré côté passager. J'ai dû tendre les clés de ma voiture pour qu'ils puissent démarrer. Ils sont partis.

Ca a duré 30 secondes.

Trente secondes, c'est peu.

**Mais une arme, des visages masqués et des cris,
c'est très très très traumatisant.**

Je ne me suis malheureusement pas faite accompagner psychologiquement, ni juste après le choc, ni quelques mois après. Sur le moment, mon corps a mis en place un système de protection. Le lendemain, j'ai enchaîné ma vie. Je suis repartie comme avant ! 10 ans ont passé comme cela. Je parlais de mon braquage lorsque l'on me questionnait sur le Brésil, mais presque comme quelque de "banal" qui m'était arrivé, sans émotions particulières.

Un jour de février 2023, le directeur de l'hôtel dans lequel je travaillais à l'époque s'est adressé à moi de manière directive et sèche. Cela ne m'a pas plus du tout !!! Le soir, je faisais un cauchemar avec des armes. La manière de parler du directeur de l'hôtel venait de s'entrechoquer avec la manière dont le braqueur m'avait parlé cette nuit-là. C'est dire s'il y a des progrès à faire sur **la manière de communiquer** dans les entreprises, n'est-ce pas ? Ce jour-là, mon traumatisme a ressurgi dans ma vie. Ma soute débordait.

A partir de là, je n'avais plus vraiment le choix. La vie m'a forcée à aller **regarder** et **prendre soin** de ce bagage fragile de 23kg qui occupait une grosse partie de ma soute intérieure. Alors, j'ai ouvert la valise, et j'ai tout sorti un par un.



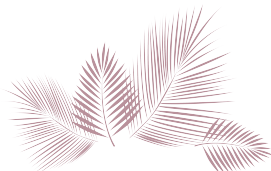
J'ai mis plus d'un an et demi à guérir cet énorme traumatisme.

Ça a été long et très dur.

J'ai dû **nommer** et **extérioriser** tout ce que je portais en moi à propos de ce choc. J'ai dû vivre et traverser toutes les **émotions** que je n'avais pas vécues à l'époque. J'ai dû regarder toutes les **conditions** dans lesquelles la situation s'était passée et **défiger** tout ce cela avait engendré et **engrammé** comme conséquences négatives dans la suite de ma vie et de mon entreprise.

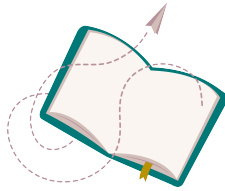
Ce traumatisme a modifié complètement **la trajectoire** de mon chemin. Je n'ai plus pu continuer ma vie comme je le voulais. Mon couple s'est cassé, mes rêves se sont brisés, je suis rentrée en France plus tôt que prévu, le corps couvert d'eczéma. Cela a même engendré une très grande difficulté matérielle et financière qui a été très dure à vivre pour moi ces 3 dernières années.

Heureusement, j'ai pu m'en sortir. Grâce à beaucoup d'**aide** et de **soutien**. Pour cette partie **matérielle et financière**, j'ai pu compter sur mes parents, ma soeur et des amies. Sur la partie **psychologique**, j'ai vraiment pu guérir ce traumatisme - et de très nombreuses autres choses - grâce à **ma sœur Christelle**. Avec ses 3 casquettes, identiques aux miennes, de **thérapeute**, de **coach** et d'**énergéticienne**, elle m'a permis de guérir **en profondeur**. Je la remercie du fond du cœur.



- Être entrepreneur

C'est également une grande thématique avec de nombreux aspects qu'il m'a fallu regarder de plus près. Me lancer à mon compte, en tant que femme, élaborer des offres, donner une valeur à mon travail, me montrer, parler de moi, communiquer, faire du moi, suivre mes envies, mes idées, mes intuitions, m'écouter, m'autoriser pleinement, prendre ma place, avoir de l'estime de moi, me sentir à l'aise dans le rapport à l'argent, à la dette, aux résultats, aux enjeux, avoir confiance en moi et tellement d'autres sujets qu'il serait trop long de citer ici : ce sont autant de notions qu'il m'a fallu **réapprendre, travailler, nettoyer dans mon corps et libérer énergétiquement** pour les **incarner** vraiment. Même en ayant fait une grande école de commerce, tout cela n'était pas du gâteau ! Cela m'a demandé de très nombreuses **ESCALES** sur tous ces sujets que je peux maintenant accompagner à mon tour pour vous.



Toutes **ces ESCALES en moi** pour mieux me connaître, libérer les blocages du passé et lancer une entreprise et la faire passer à des paliers supérieurs, c'était en fait :

du coaching et d'autres types d'accompagnement !

Oui, c'est grâce au coaching, à des séances avec des thérapeutes et des énergéticiens et tout le coaching extrêmement intense que l'on a fait avec ma sœur que j'ai pu avancer autant.

Et pourtant, ce n'était pas gagné !

Pourquoi ? Parce que l'on m'appelait "**Madame Toute Seule**" quand j'étais petite ! C'est vous dire ! Alors me faire accompagner, cela n'a pas toujours été facile pour moi.

Mais sans le coaching, je n'en serai pas là aujourd'hui !

Ni dans ma vie personnelle, ni dans mon entreprise !

Sans aide, j'aurai peut-être mis 10 ans de plus à arriver là où je suis arrivée.

Je n'y serai peut-être pas arrivée du tout, au vu de la gravité de ce que j'ai traversé.

Avec Christelle, je peux vous dire que l'on n'a pas fait semblant ! Ça n'a pas été facile tout le temps, mais on l'a fait ! Sur 5 ans, on s'est coachées l'une l'autre pendant

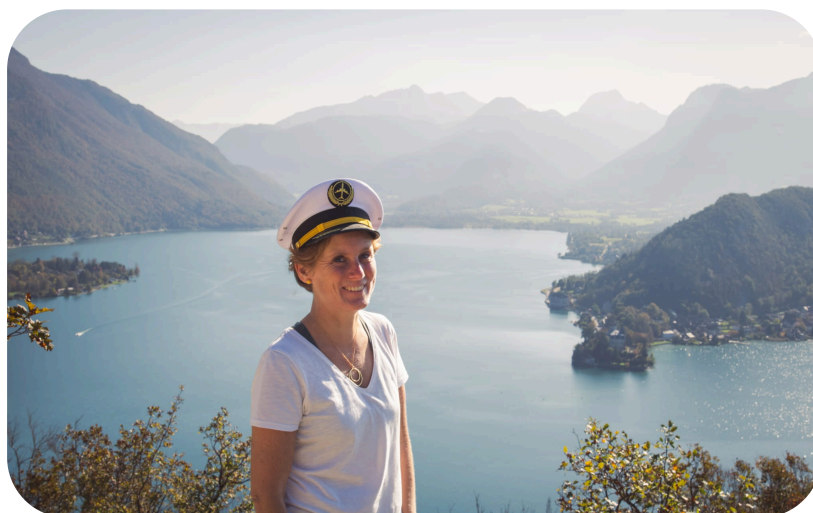
environ 3000 heures : soit 4h en moyenne tous les 2 jours ! On a TOUT regardé. Tout ce qui se présentait à nous, chaque jour, sur notre chemin et qui nous empêchait d'avancer. On a décortiqué les sujets en mode **360 degrés**. On a cherché et on a trouvé les **racines** des nœuds. On a libéré **nos têtes**, **nos corps** et **l'énergétique** qui allait avec. On a réalisé, chacune, **une guérison intérieure profonde et complète**.

C'est grâce à tous ces **temps de recul** - ces **ESCALES** en moi - **que je suis arrivée jusqu'ici**. J'en suis tellement heureuse. Je partais de très loin. J'ai fait un sacré chemin ! Après des années d'eczéma, ma peau flambant neuve d'aujourd'hui me permet de voir les avancées spectaculaires que j'ai réalisées.

Aujourd'hui, je me sens tellement mieux !

Je me sens libérée, délivrée !

Qu'est-ce que ça fait du bien !



Cette newsletter - que j'ai souhaité la plus authentique et sincère possible - que je vous envoie aujourd'hui m'aura fait **cheminer** et **finaliser** ce chemin de guérison si intense pour moi. Il m'aura fallu plus de 2 mois pour terminer de l'écrire. Alors si vous la lisez maintenant, c'est que j'ai appuyé sur le bouton "Envoyer" parce que je me suis sentie **prête** pour démarrer **une nouvelle étape du grand voyage** de ma vie et de mon entreprise !

Pour ma vie, je vais enfin pouvoir reconstruire des bases solides à partir de "la nouvelle moi" et, pour mon entreprise, j'ai l'impression que les 5 premières années depuis son lancement en 2019 correspondaient à la phase de "**décollage**", et

qu'aujourd'hui, j'effectue avec vous la **basculé** vers l'étape suivante du vol : la phase de "**croisière**". J'en suis tellement heureuse !

A partir de maintenant, je suis pleinement là pour vous aider à retrouver, à votre tour, **l'apaisement, la légèreté et l'harmonie** dans vos vies et dans vos entreprises grâce à de belles **ESCALES** en VOUS !

Je suis aussi vraiment contente d'avoir pris autant d'**ESCALES** en Moi pour mon bien-être à moi car : **plus je me développe, mieux je peux vous accompagner** ! Les deux sont liés. Une excellente nouvelle, n'est-ce pas ?

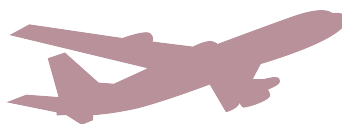
En plus, grâce à tout ce coaching intensif que nous avons effectué avec ma sœur, j'ai énormément mûri **ma pratique de coaching**. Je me sens aujourd'hui **solide, confiante** et **stable** pour vous faire vivre des accompagnements **puissants** et **transformateurs**.



Vous êtes les pilotes de vos vies et de vos entreprises !

Je suis votre co-pilote !

Avec du fun dans le sérieux, et du sérieux dans le fun !



DÉCOUVREZ LES ACCOMPAGNEMENTS

sur mon site internet remis à neuf !

Un grand merci à vous d'être là.

Si vous avez envie de m'écrire un petit mot pour me partager ce que à quoi vous avez pensé en me lisant et ce que vous avez ressenti, cela me fera vraiment très plaisir.

Je vous embrasse très fort,

Até breve !



Noémie de Lattre

Coach pour un monde de Paix et
d'Harmonie !

+33 6 98 04 49 35

delattre.noemie@gmail.com

Coach nomade en Région Rhône-Alpes,
en France & à l'international !



www.uneescaleenvous.com



Christelle Clerc-Renaud

Pour découvrir l'univers de ma soeur et ses accompagnements :

christelle.clercrenaud@gmail.com

06 63 32 13 50

Villefranche-sur-Saône (69)



Les Nouvelles de l'ESCALE

Je vous ai envoyé cet e-mail car j'ai eu la chance de vous rencontrer un jour !
Si vous préférez recevoir cette newsletter sur un autre email, envoyez-moi un message.
Si vous avez reçu ce message par un voyageur et que vous souhaitez recevoir, vous aussi,
les Nouvelles de l'ESCALE :

M'inscrire

Si vous ne souhaitez malheureusement pas continuer le voyage ensemble :

[Me désinscrire](#)

