

Vivre avec
LA LUNE

)))))
nappinez

PROGRAMME



PROGRAMME VIVRE AVEC LA LUNE

Nous sommes vraiment ravis de vous accueillir dans cette formation !

Ce programme vous présente les grandes lignes de ce qui vous attend ces 34 prochains jours. Nous démarrerons par trois journées d'introduction, avant d'aborder le 15 novembre la toute première phase : la nouvelle Lune en Scorpion.

Vous trouverez chaque jour votre leçon lunaire sur le compte Instagram @happinez.vivreaveclalune. Chaque matin, nous partagerons en story la phase de la Lune, son pourcentage de visibilité, son énergie et le mantra correspondant. Vous pouvez déjà découvrir dans ce programme un avant-goût de ce que nous vous avons concocté.

Vous avez des questions ? N'hésitez pas à nous les poser par message sur Instagram ou par e-mail à formation@happinez.fr.

Que la Lune soit avec vous,
Team Happinez

INTRODUCTION



JEUDI 12 NOVEMBRE

Journée d'introduction 1

 Leçon vidéo Instagram IOI : comment utiliser Instagram pendant la formation

Mot de bienvenue de Nathalie Cohen, rédactrice en chef de Happinez

VENDREDI 13 NOVEMBRE

Journée d'introduction 2

 Leçon vidéo Moon Talk par Yasmin Boland : introduction aux huit phases de la Lune

 Leçon vidéo Moon Class IOI : toutes les informations essentielles sur la Lune



SAMEDI 14 NOVEMBRE

Journée d'introduction 3

 **Leçon vidéo Moon Class vœux de la Nouvelle Lune :**
exprimer votre vœu pendant la Nouvelle Lune

 **Rituel de la Nouvelle Lune :** une vidéo pour
pratiquer votre propre rituel lunaire

Pour ce rituel, il vous faut :

- Bougie (chauffe-plat)
- Briquet ou allumettes
- Palo santo, sauge blanche ou encens fin
- Papier
- Coupelle



NOUVELLE LUNE





DIMANCHE 15 NOVEMBRE
Nouvelle lune en Scorpion

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison
Johanna Blok
- Guide des cristaux Nouvelle Lune

 **Leçon vidéo Moon Talk par Yasmin Boland :**
Nouvelle Lune



A vertical photograph of a night sky. The top half shows a dark blue sky with a thin crescent moon in the upper right and several bright stars. The bottom half is filled with soft, white, and grey clouds. The text 'PREMIER CROISSANT' is centered in the middle of the image.

PREMIER CROISSANT

LUNDI 16 NOVEMBRE

Premier croissant en sagittaire

- **Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok**
- **Rituel:** si vous n'avez pas encore effectué le rituel, vous pouvez toujours le faire aujourd'hui



Vidéos Moon Class Constellations :

la Lune et son voyage à travers les signes du zodiaque



MARDI 17 NOVEMBRE

Premier croissant en Sagittaire

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok
- Vous recevrez vos Calendriers lunaires Happeez 2020 et 2021

MERCREDI 18 NOVEMBRE

Premier croissant en Capricorne

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok
- Guide des cristaux premier croissant



Leçon vidéo Moon Talk Yasmin Boland : premier croissant



JEUDI 19 NOVEMBRE

Premier croissant en Capricorne

- **Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok**
- **Exercice** : manifester votre souhait de la Nouvelle Lune

VENDREDI 20 NOVEMBRE

Premier croissant en Verseau

- **Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok**



Méditation lunaire positivité : se connecter à l'énergie lunaire du premier croissant



SAMEDI 21 NOVEMBRE

Premier croissant en Verseau

- **Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok**



- **Rituel premier quartier** : une vidéo pour pratiquer votre propre rituel lunaire.

Pour ce rituel, il vous faut :

Des objets qui vous sont chers tels que : cristaux, bijoux, pierres, coquillages ou pétales de rose. L'important est qu'ils aient une signification spéciale pour vous.



PREMIER QUARTIER





DIMANCHE 22 NOVEMBRE
Premier quartier en Poissons

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok
- Guide des cristaux premier quartier

 Leçon vidéo Moon Talk Yasmin
Boland: premier quartier



A landscape photograph of snow-capped mountains under a twilight sky. The sky is a mix of light blue and soft pink/orange hues. A crescent moon is visible in the upper right, and a shooting star streaks across the sky in the upper left. The mountains are covered in snow, with dark evergreen trees in the foreground.

LUNE GIBBEUSE CROISSANTE

LUNDI 23 NOVEMBRE

Lune gibbeuse croissante en Poissons

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison
Johanna Blok

 Leçon vidéo Moon Class : énergie & émotions pendant le cycle lunaire

MARDI 24 NOVEMBRE

Lune gibbeuse croissante en Poissons

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok
- Exercice : garder la foi dans votre voeu de la Nouvelle Lune

MERCREDI 25 NOVEMBRE

Lune gibbeuse croissante en Bélier

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison
Johanna Blok

•

 Méditation lunaire : pour la confiance



JEUDI 26 NOVEMBRE

Lune gibbeuse croissante en Bélier

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok
- Guide des cristaux Lune gibbeuse croissante



Leçon vidéo Moon Talk par Yasmin Boland :
Lune gibbeuse croissante

VENDREDI 27 NOVEMBRE

Lune gibbeuse croissante en Taureau

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok



Méditation lunaire : pour l'abandon



SAMEDI 28 NOVEMBRE

Lune gibbeuse croissante en Taureau

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok

 Méditation lunaire : pour le sommeil

 Leçon vidéo Moon Class : dormir pendant la pleine Lune

DIMANCHE 29 NOVEMBRE

Lune gibbeuse croissante en Taureau

- Horoscope lunaire par notre astrologue maison Johanna Blok

 Rituel de la pleine Lune : une vidéo pratique pour votre propre rituel lunaire

Pour ce rituel, il vous faut :

- Bol ou assiette creuse
- Les ingrédients de votre choix pour votre eau de massage : pétales de rose, sel de l'Himalaya, thé, huile parfumée ou huile de bain
- Cristal, coquillage ou pierre
- Serviette





PLEINE LUNE





LUNDI 30 NOVEMBRE
Pleine Lune en Gémeaux



Leçon vidéo Moon•talk par Yasmin Boland :
Pleine Lune

- **Horoscope lunaire** par notre astrologue maison Johanna Blok
- **Guide des cristaux Pleine Lune**
- **Rituel de la pleine lune:** si vous n'avez pas encore effectué le rituel, vous pouvez toujours le faire aujourd'hui





LUNE GIBBEUSE DÉCROISSANTE





MARDI 1 DÉCEMBRE

Lune gibbeuse décroissante en Gémeaux

- Horoscope lunaire par notre astrologue Johanna Blok
- Exercice : réflexion sur les souhaits de la Nouvelle Lune

MERCREDI 2 DÉCEMBRE

Lune gibbeuse décroissante en Cancer

- Horoscope lunaire par notre astrologue Johanna Blok
- Méditation lunaire : pour la gratitude



JEUDI 3 DÉCEMBRE

Lune gibbeuse décroissante en Cancer

- Horoscope lunaire par notre astrologue Johanna Blok
- Guide des cristaux Lune gibbeuse décroissante



Leçon vidéo Moon•talk Yasmin Boland : Lune gibbeuse décroissante

VENDREDI 4 DÉCEMBRE

Lune gibbeuse décroissante en Lion

- Horoscope lunaire par notre astrologue Johanna Blok



Leçon vidéo Moon•class : la Lune et la femme



SAMEDI 5 DÉCEMBRE

Lune gibbeuse décroissante en Lion

- Horoscope lunaire par notre astrologue Johanna Blok

 Méditation lunaire : pour l'intuition

DIMANCHE 6 DÉCEMBRE

Lune gibbeuse décroissante en Lion

- Horoscope lunaire par notre astrologue Johanna Blok

 Leçon vidéo Moon•class : signe astrologique lunaire



LUNDI 7 DÉCEMBRE

Lune gibbeuse décroissante en Lion

- Horoscope lunaire par notre astrologue
Johanna Blok

-  Rituel dernier quartier : une vidéo pratique pour votre propre rituel lunaire.

Pour ce rituel, il vous faut :

- Trois bougies chauffe-plat
- Briquet ou allumettes
- Papier et crayon
- Coupelle





DERNIER QUARTIER



MARDI 8 DÉCEMBRE

Dernier quartier en Vierge

- Horoscope lunaire par notre astrologue
Johanna Blok
- Guide des cristaux dernier quartier

 Leçon vidéo Moon•talk Yasmin
Boland : dernier quartier





DERNIER CROISSANT



MERCREDI 9 DÉCEMBRE

Dernier croissant en Balance

- Horoscope lunaire par notre astrologue Johanna Blok
- Exercice : conserver ou abandonner les souhaits de la Nouvelle Lune

JEUDI 10 DÉCEMBRE

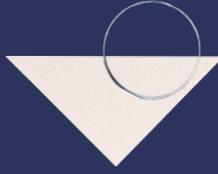
Dernier croissant en Balance

- Horoscope lunaire par notre astrologue Johanna Blok
 - Guide des cristaux dernier croissant
-  Leçon vidéo Moon•talk Yasmin Boland :
la lune cendrée



The background of the image is a deep, dark blue sky. Scattered throughout are wispy, ethereal clouds that appear to be glowing with a vibrant red or magenta light. The clouds are most prominent in the lower half and middle sections, creating a dramatic, atmospheric effect. The overall mood is mysterious and celestial.

NOUVELLE LUNE



LUNDI 14 DÉCEMBRE

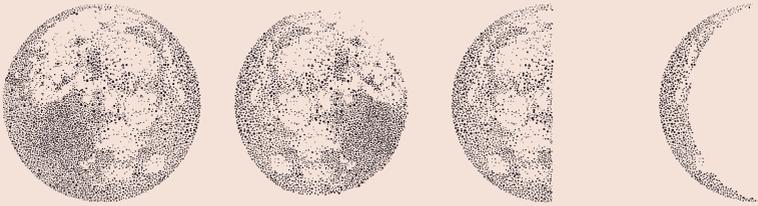
Nouvelle Lune en Sagittaire

- Horoscope lunaire par notre astrologue Johanna Blok
- 🎬 Rituel de la Nouvelle Lune : une vidéo pratique pour votre propre rituel lunaire

Pour ce rituel, il vous faut :

- Bougie (chauffe-plat)
- Briquet ou allumettes
- Palo santo, sauge blanche ou encens fin
- Papier
- Coupelle





Vivre avec
LA LUNE

