

FLORENTINE HENNON

COACH & ECRIVAIN



Chers vous,

Bienvenue à l'année 2026.

Cette première année d'un nouveau cycle universel de 9 ans arrive avec une énergie qui invite à rebondir, à recommencer, à repartir sur des bases plus justes. Le nombre 1, c'est aussi l'élan de la décision : laisser derrière soi les hésitations pour choisir sa direction, en conscience.

Après une année 2025 tournée vers le bilan, l'introspection et la préparation de la suite, 2026 vient comme un renouveau. C'est le moment d'initier un cycle inédit, porté par une énergie fertile, créative, où les idées prennent racine et où les projets trouvent enfin un terrain propice pour éclore.

Au fil des mois, ce qui n'était encore qu'intuition ou désir deviendra plus concret. Les avancées se feront sentir, les transformations s'ancreront en profondeur. Envie de participer à cet élan individuel et collectif en partant d'un bon pied vers ces 9 prochaines années ? J'ai quelques idées pour vous...

1 - Découvrir votre année personnelle en numérologie



L'introduction de cette lettre vous parlait d'une vibration au niveau universel, mais vous-même, à un niveau personnel allez vivre cette année de façon différente, en fonction de votre date de naissance.

L'**année universelle**, reflète l'**énergie globale** qui influence toute l'humanité : elle agit comme une toile de fond collective sur laquelle vient se dessiner votre **vécu personnel**.

En conscientisant **la vibration de votre année personnelle, alliée à celle de l'année universelle**, vous appréhendez 2026 de manière plus sereine et constructive.

Et pour connaître la vibration de chaque année, lisez le récapitulatif que je vous offre ci-dessous.

Pour calculer votre année personnelle : Additionnez votre jour, mois de naissance et l'année en cours, 2026 .

Ex: Je suis née le 16/05.

16+5+2026=2047 2+0+4+7 =13 1+3=4

Mon année pro est 4.

À vous de jouer...

Année personnelle 1

Une année 1, ça ne chuchote pas.

Ça pousse.

Ça appelle.

Ça met en mouvement.

C'est une énergie de démarrage, de renouveau, de recentrage.

Comme une boussole qui revient doucement vers l'essentiel :

« Où est-ce que je veux aller, moi ? »

C'est souvent une année où certaines choses se règlent avec l'autorité : le patron, le père, l'administration, les cadres, les structures...

Comme si la vie nous demandait : « Tu te places où, toi, face à ça ? »

Année pour gagner en autonomie. Pour s'individualiser. Pour arrêter de vivre à travers les attentes des autres.

C'est le moment des projets qui naissent, des idées qui émergent, des élans qu'on n'a plus envie d'étouffer.

Une année yang.

Une année de tête, de décision, d'action.

Une année qui vient réveiller le pionnier en nous, le leader intérieur, celui ou celle qui sait, au fond, qu'il est temps d'y aller.

C'est une année de positionnement.

Une année où l'on cesse peu à peu de flotter.

Une année où l'on commence à se choisir.

Année personnelle 2

Une année qui ne pousse pas...

Elle invite.

Elle accueille.

Elle féconde en silence.

C'est une période d'intégration, de maturation, de gestation.

On n'est plus dans l'élan du départ...

On est dans l'écoute de ce qui veut naître.

Une année très liée au féminin, à l'intuition, au cœur.

Une année pour affiner sa réceptivité, pour ouvrir ses perceptions subtiles.

Les relations à la mère, aux figures nourricières, aux thérapeutes, aux soignants peuvent être mises en lumière.

Comme si la vie demandait :

« Comment est-ce que tu reçois ? Comment est-ce que tu donnes ? »

C'est une période propice aux partenariats, aux collaborations, aux liens authentiques.

On s'ouvre davantage à l'autre.

On devient plus disponible, plus sensible, plus présent.

Année yin.

Année d'eau.

Année du cœur.

Une année pour réunifier ses parts intérieures, apprivoiser ses émotions, aller à la rencontre de sa féminité profonde.

Le 1 a semé.

Le 2 laisse reposer la terre.

Il observe l'ombre.

Il prépare la germination.

Année personnelle 3

Une année qui demande à se montrer.

À parler.

À oser.

C'est le temps de la mise en lumière.

Celui où l'on affine son image, où l'on explore de nouvelles facettes de soi.

Les rencontres se multiplient.

Les sollicitations aussi.

On est invité à sortir de sa coquille.

C'est une année idéale pour communiquer, partager, enseigner, créer, publier, exposer.

Pour laisser l'enfant intérieur jouer à nouveau.

Mais une question demeure en filigrane :

« Suis-je encore dépendant du regard des autres ? »

Année yang, vibrante, expressive.

Une année pour rayonner sans se trahir.

Année personnelle 4

Une année très concrète. Terre à terre. Structurante.

On remet de l'ordre. On recadre. On retrousse ses manches.

C'est l'année où l'on peut réellement concrétiser ce qui a été initié en 1, nourri en 2, exprimé en 3.

On fait les comptes. Matériels. Affectifs. Intérieurs.

C'est aussi une période où l'on regarde ses peurs, ses blocages, ses auto-sabotages.

Ne plus se raconter d'histoires, de contes....

Année pour s'ancrer. Trouver sa maison intérieure. S'incarner davantage.

Apprendre à compter sur soi. Y voir plus clair dans les schémas familiaux.

Tout ce qui concerne les reproductions familiales et programmes

inhibiteurs.

Trouver sa terre, son lieu... s'occuper de sa maison, se préoccuper de son corps.

Travailler sur les peurs (nourriture) liées à de vieux interdits : Les traverser pour rencontrer ses désirs ; sur ses racines, sur ses antériorités biologiques et psychologiques.

Reconsidérer ses doutes ainsi que leurs structures d'auto sabotage matériel et physique (somatisations).

Année pour tracer sa route et mieux se construire dans sa vraie identité (incarnation du divin en soi).

Accueillir l'abondance.

Année personnelle 5

Une année de changements.

Petits ou grands.

Voulus ou inattendus.

Une année qui invite à changer de regard sur sa vie.

Sur ses choix.

Sur ses relations.

Sur soi.

C'est le temps des déplacements, des voyages, des déménagements parfois.

Des découvertes.

Des nouvelles expériences.

Une année pour oser.

Oser vivre différemment.

Oser dire non.

Oser explorer de nouveaux territoires, intérieurs comme extérieurs.

C'est aussi une étape importante sur le chemin de l'individuation :

apprendre à se séparer sans se couper,

à s'éloigner sans se perdre,

à devenir pleinement soi.

Année personnelle 6

Une année pour revenir au cœur.

Au corps.

À l'essentiel.

L'amour devient central.

Le couple, la famille, les liens affectifs prennent une place majeure.

C'est une période qui invite à ralentir,

à se poser,

à ressentir,
à s'écouter profondément.
Prendre soin de son corps.
De sa sensibilité.
De ses besoins réels.
Apprendre le lâcher-prise.
Faire confiance à la vie.
Se laisser porter par ce qui est juste.
Une année pour guérir.
Apaiser.
Réconcilier.
À l'intérieur comme à l'extérieur.

Année personnelle 7

Une année de recul.
De questionnements.
De tri intérieur.
On entre dans une phase plus profonde, plus exigeante.
Moins tournée vers l'extérieur.
Plus tournée vers l'essentiel.
C'est le temps de l'introspection, de la méditation, du bilan.
Le temps de faire le ménage dans ses croyances, ses schémas, ses loyautés invisibles.
On peut ressentir le besoin de solitude,
de silence,
de lenteur.
Non comme un vide...
mais comme un espace nécessaire pour entendre la voix intérieure.
Une année pour rencontrer son maître intérieur.
Celui qui sait.
Celui qui guide sans bruit.

Année personnelle 8

Une année de récolte.
De bilan.
De confrontation à sa puissance.
On regarde ce que l'on a construit.
Ce que l'on a osé.
Ce que l'on n'a pas osé.
C'est une période qui demande lucidité, courage, responsabilité.
Elle peut confronter aux thèmes de l'argent, du pouvoir, des rapports de

force.

Mais c'est aussi une année profondément transformatrice.

Une alchimie intérieure.

Une mue.

On meurt à certaines versions de soi.

On renaît à une posture plus alignée, plus incarnée, plus consciente.

Une année pour choisir le juste.

Pour affirmer sa force sans violence.

Pour bâtir sur des bases plus vraies.

Année personnelle 9

Une année de clôture.

De bilan.

De libération.

On y laisse partir beaucoup de choses.

Des relations.

Des rôles.

Des identités.

Des attachements.

C'est une grande phase de nettoyage intérieur.

Un ménage de l'âme.

On récolte aussi.

Les fruits de neuf années de cheminement.

La conscience acquise.

La sagesse gagnée.

L'intuition est forte.

Les synchronicités nombreuses.

Les messages subtils se multiplient.

C'est une année profondément spirituelle.

Une année pour faire confiance au courant.

Pour se laisser porter.

Pour écouter la vague plutôt que lutter contre elle.

Quelque chose se termine.

Quelque chose se prépare.

Dans le silence, un nouveau cycle prend déjà forme.

**Vous souhaitez cheminer en vous appuyant sur la numérologie ?
C'est l'un de mes outils préférés. Je l'utilise dans chacun de mes
accompagnements individuels. Pour en savoir plus, contactez-
moi.**

2 - Vivre un Cercle de Femmes



La philosophie des cercles E.T.R.E (Espace-Temps de Ressourcement et Ecoute de soi) FEMME c'est :

Être femme

Recontacter notre nature et notre puissance féminine.

Retrouver cette puissance créatrice qui fait de nous des magiciennes de la vie.

Développer notre instinct et notre créativité

Célébrer la force et le privilège d'être femme.

Sentir la beauté, la sienne, celle des autres.

Être libre

Aller vers plus de liberté.

Alléger, déposer ce dont on n'a plus besoin

Libérer de la place pour l'amour, de soi et de ce et ceux qui nous entourent.

Oser lâcher prise. Oser être soi. Se détacher du regard des autres.

Être Amour

Faire scintiller notre lumière intérieure.

Prendre soin de soi, se faire le cadeau de présence à soi.

Commencer ou approfondir un chemin spirituel.

Sentir la vie en soi, autour de soi.

Être Ensemble

Vivre des moments de joie et d'Émotion ensemble.

Allier légèreté et profondeur en groupe.

Rencontrer, échanger, s'inspirer entre femmes.

Partager avec d'autres femmes le plaisir d'être femme.

Célébrer notre « sororité »

Les deux prochains cercles E.T.R.E FEMME auront lieu le **vendredi 13 mars** et **vendredi 5 juin de 14h00 à 17h30**, Il y a 12 places . Je vous invite à **vous inscrire rapidement** par **sms** ou **mail** si vous avez envie de vivre cette belle expérience.



En savoir plus et s'inscrire

3 - Participer à des Constellations Familiales en groupe



Pourquoi faire une Constellation familiale?

On porte souvent bien plus que ce que l'on croit... Les blessures, les secrets et les schémas transmis de génération en génération influencent nos choix, nos relations et même notre bien-être, parfois sans que l'on en ait conscience.

La constellation familiale est une approche douce et puissante qui permet de mettre en lumière ces mémoires cachées. Elle aide à comprendre les dynamiques invisibles de notre histoire familiale, à libérer les blocages et à transformer les répétitions qui nous freinent.

Les bienfaits ?

Apaiser les blessures du passé

Se libérer de schémas répétitifs

Retrouver confiance et équilibre

Favoriser la réconciliation et la paix intérieure

Poser des choix plus alignés pour l'avenir

*Un véritable voyage intérieur qui ouvre la voie à une vie plus sereine,
plus consciente et plus épanouie*

Et si vous osiez offrir à votre lignée – et à vous-même – une nouvelle liberté pour ce nouveau début qui nous attend en 2026 ?



Comment ça se passe ?

Une constellations en groupe représente de manière spatiale et dynamique l'arbre généalogique de la personne. Ce sont les autres participants qui deviennent les incarnations des membres de la famille et de l'entourage du Constellé. Cette mise en place grandeur nature permet au constellé de se mettre en position meta et de prendre conscience de la structure de son problème, puis de la travailler et de l'amener à évoluer vers une résolution dans l'espace physique.

L'énergie du groupe permet d'avancer rapidement pour le constellé, mais aussi pour les représentants par effet miroir.

Pourquoi s'inscrire comme représentant ?

TENIR LE RÔLE DE REPRÉSENTANT.E EST AUSSI UN TRAVAIL THERAPEUTIQUE SUR SOI-MÊME

EN PRENANT LE RÔLE DE QUELQU'UN D'AUTRE, IL SE JOUE TRÈS SOUVENT UNE RÉSONANCE AVEC NOTRE PROPRE HISTOIRE. CELA NOUS PERMET D'AVANCER CONSIDÉRABLEMENT SUR NOTRE PROPRE CHEMIN.

La meilleure façon d'appréhender les constellations est de les vivre.

L'inscription en tant que Constellé est de 150 euros (elle comprend une séance individuelle et préparatoire en visio, une séance de groupe en tant que constellé et une invitation à une séance de groupe en tant que représentant).

L'inscription en tant que représentant seul est de 30 euros.



En savoir plus



Jeudi 5 février

9h-13h



Jeudi 5 mars

9h-13h



Jeudi 17 mars

9h-13h

4 - Se faire accompagner en coaching et thérapie



Pour faire de cette année un catalyseur vers l'accomplissement d'un rêve, le succès d'un projet, l'avancement vers un idéal ou simplement la rencontre avec celle ou celui que vous êtes vraiment, encore faut-il savoir quelle est la direction à suivre.

C'est le moment de mettre au clair vos ressources, vos valeurs, vos besoins, vos désirs, mais aussi ce qui peut vous bloquer dans votre réalisation (peurs, croyances négatives, blessures, traumas, hérités familiales...) .

Je vous propose un accompagnement complet (thérapeutique et en coaching) afin de vous aider à vous libérer de vos empêchements pour vous déployer dans votre véritable nature et être créateur.ice de votre vie.

En procédant à un examen réaliste de ce qui a été ou non accompli jusqu'ici, vous pourrez ensuite en faire un facteur de motivation puissant sur la suite et non plus la preuve de votre inaptitude.

Il est temps de développer joie, confiance en soi, assurance, indépendance pour se donner les moyens de passer à l'action, de poser des actes, et de mettre en route les transformations de votre vie.

Grâce à des outils puissants et efficaces comme l'Ennéagramme, les Constellations familiales, la numérologie... , je vous propose

de créer un discours intérieur positif pour retrouver une foi profonde en vous et en l'avenir.

Où ça se passe ?

Je vous reçois dans mon cabinet au [centre Be Mom 34 rue Faidherbe à Wasquehal](#)

Prenez RDV sur [Résalib.fr](#)

Prendre Rendez-vous

5 - S'offrir des romans qui parlent de femmes qui deviennent héroïnes de leurs vies



[MARDI 7 AOÛT](#)

Je commande avec une
dédicace



[VIVRE AILLEURS](#)

Je commande avec une
dédicace



[COUP-PURE](#)

Je commande avec une
dédicace

Le récap de toutes les dates.

Les prochaines DATES ATELIERS E.T.R.E



CONSTELLATIONS FAMILIALES

Se LIBÉRER des souffrances héritées

En petits groupes (7 pers max).

2 constellations par séance.



Jeudi 5 février 9h-13h

Jeudi 5 mars 9h-13h

Mardi 17 mars 9h-13h

Jeudi 2 avril 9h-13h

Mercredi 15 avril 14h-18h

Mercredi 27 mai 14h-18h

Jeudi 11 juin 9h-13h

Inscription
sur
resalib.fr



ou au
06 37 40 85 43

Dans mon cabinet, 24 rue Faidherbe à Wasquehal

CERCLE E.T.R.E FEMME

En groupe de 8-12 femmes

Cet espace-temps est ouvert à toutes celles qui ont à cœur de prendre soin de leur leadership au féminin. Ré-enchanter et se ré-appropriier notre vraie nature de femme:

Cycles de vie, énergie, sororité, intuition, créativité...

Vendredi 13 mars 14h00-17h30

Vendredi 5 juin 14h00-17h30



Dans le VIEUX-LILLE. Inscriptions au 06 37 40 85 43

Rejoignez-moi sur l'une ou plusieurs de ces ateliers

Contactez-moi

Avec toute mon affection

Florentine



Florentine HENNON

hello@florentinehennon.com - [06.37.40.85.43](tel:06.37.40.85.43)

Cet email a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous l'avez reçu car vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Afficher dans le navigateur](#) | [Se désinscrire](#)

