

LA PRESSE EN PARLE

Happinez

Couverture du magazine



Soufflez, décollez

Article consacré aux méditations Décollage

SOUFFLEZ, DÉCOLLEZ

Durant les 30 années qu'elle a parcouru le ciel en tant qu'hôtesse de l'air, Claudia Javaud a rencontré bon nombre de personnes angoissées, voire terrorisées, par le fait de prendre l'avion. Au fil du temps, elle a appris comment calmer ces passagers anxieux. Aujourd'hui thérapeute et formatrice en soins énergétiques, Claudia n'oublie pas ses anciens protégés. Pour les apaiser durant les redoutés trajets, elle a posé sa voix sur six méditations à écouter à chaque étape (avant le vol, lors de l'embarquement, au décollage, pendant les éventuelles turbulences et à l'atterrissage). Un programme approuvé par les compagnies Air France et Corsair qui le proposent sur les écrans individuels de leurs avions.

Pour des voyages sous le signe de la sérénité.

www.claudia-javaud.com/decollage/