

Magazine **La Vie**

L'Art de se dépouiller

Quand les feuilles tombent, la vérité se révèle.

Série spéciale

CHROMATHÉRAPIE

10 couleurs pour soigner l'âme

**12 Escales pour
respirer l'humain**

◆ Un souffle chaque mois
Une nouvelle série

Mon histoire, ma fertilité

Édition

39

Octobre 2025

Brouillard de confusion

Fuir la guerre,
renaître à soi
Des récits humains,
bruts et sincères

Congrès Univers Holistique

Universholistique.ca



HOTEL DU JARDIN

1400 BD DU JARDIN

SAINT-FÉLICIEN: QC G8K 2N8

14, 15, 16 NOVEMBRE 2025



COMPOSITION DE MUSIQUE RELAXANTE

Des voyages dans des paysages musicaux aux styles variés, propices au rêve, à la détente, à la méditation, mais aussi au réveil de l'énergie fougueuse qui est en vous, trouvez l'épanouissement par la synergie sonore, et devenez aussi pur(e) et rare qu'une edelweiss !

Vous trouverez une large palette de styles musicaux, chaque musique reflète une émotion associée qui fera résonance en vous d'une certaine manière qui vous est propre.

Certains titres sont en écoute et en téléchargement libre, [la liste ici](#)



 Annoncez dans La VIE
– Faites rayonner votre projet

Tu es entrepreneur, thérapeute, créateur ou porteur d'un projet qui résonne avec les valeurs humaines, naturelles et conscientes du Magazine La VIE ?

Nous t'offrons des espaces publicitaires adaptés, visibles et vibrants – dans le magazine ET sur notre site web.



Bannière simple

Image non cliquable dans le magazine + site web

→ **20 \$ / mois + taxes**



Bannière cliquable

Lien direct vers ton site ou ta page

→ **30 \$ / mois + taxes**



Deux bannières

Deux emplacements différents cliquables

→ **50 \$ / mois + taxes**

★ 6 mois = 1 mois offert

★ 12 mois = 2 mois offerts + mention sur le site



Pleine page publicitaire

Audio, vidéo, texte et visuel cliquable dans La VIE

→ **79 \$ / édition + taxes**



Création de la pub en supplément

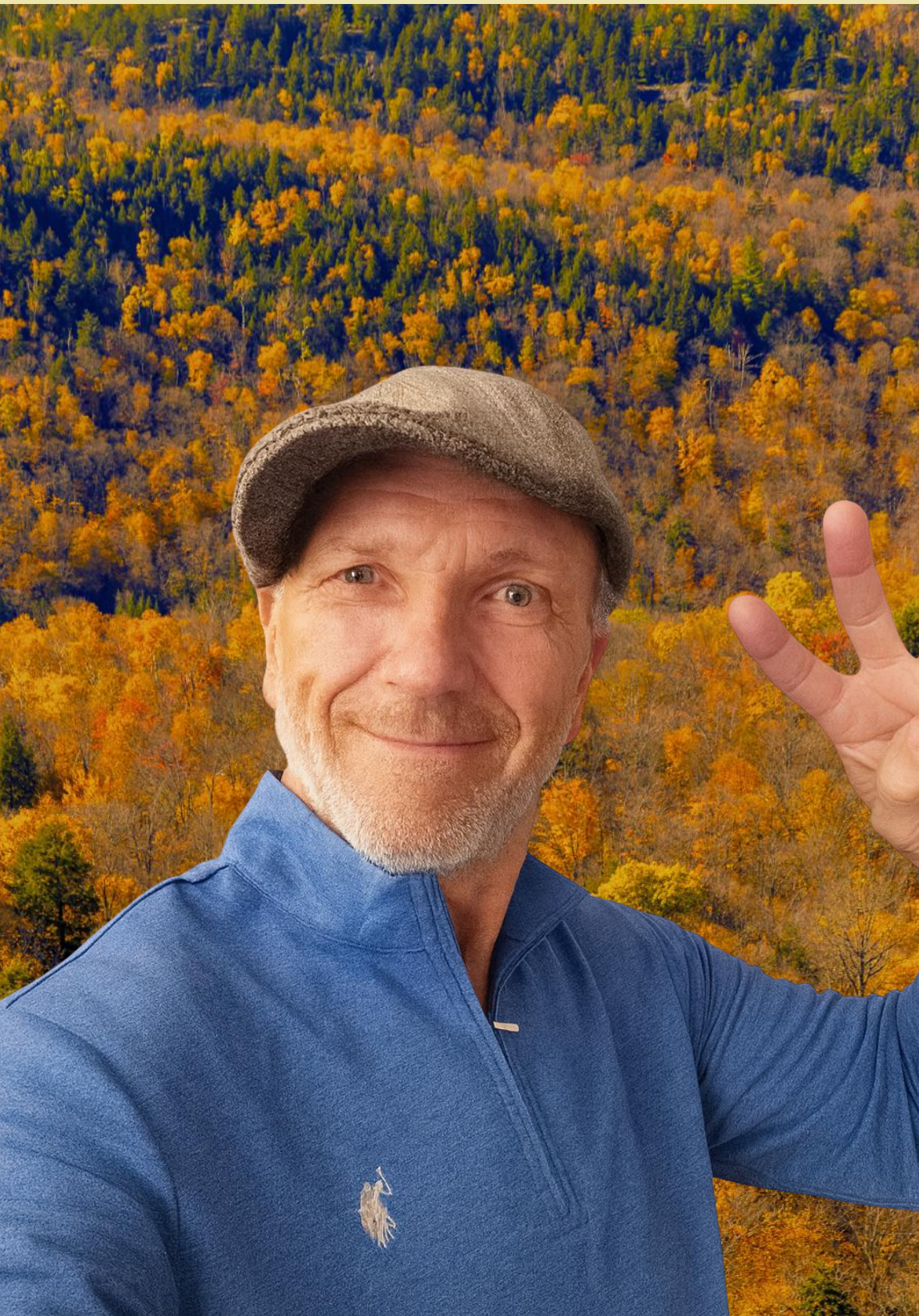
webmagazinelavie@gmail.com

Objet message: Annoncez dans La VIE

OCTOBRE — L'ART DE SE DÉPOUILLER



...là où les couleurs s'enflamment une dernière fois avant le grand retour vers l'intérieur. Un mois pour dire adieu, mais avec grâce. Pour danser encore, mais les pieds nus. Pour ne plus tricher avec soi-même.



☀ En octobre, il ne s'agit pas d'accumuler... mais de laisser aller.

Là où les feuilles se détachent sans effort, la vérité nue se dévoile, prête à respirer autrement.

🌿 Ce numéro t'invite à t'alléger, à écouter le silence entre deux battements, à accueillir ce qui tombe comme un don, et non comme une perte.

🌿 Que chaque page soit une offrande, une invitation à revenir à l'essentiel.

✨ Que chaque mot en toi rallume la confiance du dépouillement, et la beauté simple de ce qui demeure.



Concours d'Octobre –



Trouve les citrouilles!

Dans cette édition d'Octobre 2025, de petites citrouilles se sont cachées dans les pages du magazine...

Saurez-vous toutes les retrouver ?

Comptez le nombre exact de citrouilles facilement identifiables (exemple: 18).

Pour participer, envoyez votre réponse à:

webmagazinelavie@gmail.com

avec la mention: Concours Octobre

et indiquez vos nom, prénom

ainsi que le nombre de citrouilles trouvé.

Parmi toutes les bonnes réponses,

2 lecteurs recevront un certificat-cadeau

ou bien un cadeau



d'une valeur 50 \$, échangeable

chez l'un de nos partenaires !



RADIO
ODYSSÉE

Réglément:

**Vous avez jusqu'au 31 octobre
à 23h59 Qc pour participer.**

**Toute participation incomplète,
non conforme ou hors délai
sera jugée invalide.**

**Envoyez votre réponse à
webmagazinelavie@gmail.com
Mention Concours Octobre
Inscrire votre Nom et Prénom
Ainsi que le nombre de citrouille.
Celle-là:**



CONTENUS

L'Art de se dépouiller

12

 Mot de l'éditeur
Mario J'm Marchand

13

Chanson Octobre en Feu
Odysée-Créative Jm



14

Quand L'automne nous...
WMLV

17

Mon histoire, ma fertilité
Meagan

28

L'art de tomber
sans se briser
Mario Jm

36

Fuir la guerre
Dany Levesque

39

La carte du mois d'octobre
Carte 26 Dualité



Radio Odysée - La Radio du Vivant

CONTENUS

40

Renaître à soi
Annie Poitras

48 Série spéciale Chromothérapie
10 couleurs pour soigner l'âme
Nicole Scott

56

L'empathie et le business,
c'est encore possible?
Amély Paquet



64

D'un cœur à l'autre
Christine Harmant

66

Le temps qui nous est imparti
Yampa Andrée Baribeau

68

Le Romarin
Christine Harmant

76

Ton pouvoir t'appartient
Nadia Fortin

80

Quand L'Espoir renaît après la
violence
Josée

82

Brouillard de Confusion
Ally

92

Numérologie & Horoscope
MLV

100

12 escales

POUR RESPIRER L'HUMAIN
Mario Jm





PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE

 Mario **J'm** Marchand

– Éditeur, Rédacteur, Création Graphique

Nicole Scott

Coordonnatrice des collaborations et de la communication

 **Christine Harmant**

– Correctrice, Révisseure

Nous sommes une équipe passionnée qui met tout son cœur et son énergie dans la création de ce magazine unique. Notre mission ? Inspirer, éveiller et partager des contenus qui résonnent avec votre âme.

Nous croyons en une information libre et vibrante, en une conscience élargie, et surtout en la beauté de chaque cheminement.

 Un immense merci à nos contributeurs qui enrichissent chaque édition de leur savoir et de leur créativité.

 Contact & Soumissions

 webmagazinelavie@gmail.com

 [Magazine La VIE – Site Web](#)

 Envie de contribuer à la prochaine édition ?
Partagez votre article, témoignage ou projet avec nous !

MENTIONS LÉGALES

- ◆ Le contenu du Magazine La VIE ne peut être utilisé ou reproduit sans autorisation écrite.
 - ◆ Les opinions exprimées dans ce magazine appartiennent à leurs auteurs et n'engagent pas la responsabilité de l'équipe éditoriale.
 - ◆ Les informations fournies dans nos articles et chroniques sont destinées à l'inspiration et à l'exploration personnelle. Elles ne remplacent en aucun cas un avis médical, thérapeutique ou professionnel.
 - ◆ Nous encourageons chacun à faire ses propres recherches et à consulter les experts appropriés selon ses besoins.
- 🌱 Merci de faire partie de cette aventure et de nourrir ensemble cet espace d'éveil et de partage.



Accueil

Faire les pas vers La réalisation de soi À propos
Emission « L'Académie ouvre ses portes »
L'Académie Nicole Scott, dirigée par Nicole [...]

 L'académie Nicole Scott /



Mot de l'éditeur

Mario J'm Marchand

L'instant n'est pas à la course, mais à l'offrande.
Il y a des mois où l'on reconstruit,
et d'autres où l'on s'abandonne au feu.

Octobre, pour moi, c'est ce moment exact où les masques
tombent sans bruit.
Où la nature s'allège avec panache.
Où la beauté n'a plus besoin d'effort.

J'ai longtemps cru qu'il fallait tout porter, tout réparer, tout
garder vivant.

Mais je découvre qu'il est parfois plus sage de laisser
tomber les feuilles mortes — pas parce qu'elles sont inutiles,
mais parce qu'elles ont déjà tout donné.



Accueil

Bienvenue dans un espace où les voix portent des
vérités, où la musique soigne, et où chaque mot
reconnecte. Tu es au cœur d'un monde libre,...

WIX Radio Odyssée

Octobre en Feu

by @lapprentis_sage_jm



Couplet 1 :

Sous les feuilles qui tombent
ent en silence,
Un feu discret ravive la
danse.

MADE WITH SUNO

Quand l'automne nous invite à brûler le faux



Il y a dans l'air d'octobre une magie incandescente. Un feu discret, qui ne fait pas de bruit, mais qui transforme tout.

Les branches se dénudent avec élégance. Les fruits tombent sans regret. Et sous nos pas, les feuilles craquent comme des souvenirs qu'on laisse aller.

Et si nous faisons pareil ?
Et si nous laissons tomber ce qui ne nous ressemble plus ?
Les habitudes trop serrées,
les attentes muettes,
les personnages qu'on joue sans conviction.

Un moment pour
se recentrer,
se reconnaître,
se rechoisir.

***L'automne n'est pas une fin.
C'est un espace de vérité.***

Dans les pages qui suivent, chaque texte est un éclat de cette sagesse végétale.

Chaque mot a été semé avec soin, par des jardiniers du vivant. Et chaque lecture pourrait bien réveiller en toi... ce petit feu doux qui murmure :

*Tu peux t'alléger maintenant.
Tu as le droit de respirer autrement.
Tu n'as rien à prouver à personne.*

Bienvenue dans ce magazine qui ne cherche pas à plaire, mais à réveiller ce qui palpite en toi.





Sonia Milliard

FONDATRICE ET ORGANISATRICE
DU CONGRÈS
UNIVERS HOLISTIQUE

HOTEL DU JARDIN
1400 BD DU JARDIN
SAINT-FÉLICIEN: QC G8K 2N8
14, 15, 16 NOVEMBRE 2025

Universholistique.ca



INFO

 **Tous les jeudis à 11h,**
Nicole vous donne rendez-vous sur Radio Odyssée

Une radio d'âme à âme, où chaque collaborateur est une
vibration unique.

 **Comme un glacier infini de saveurs énergétiques, à savourer**
sans modération.



DEVIENS ANIMATEUR RADIO ODYSSEE

Radio Odyssée – La Voix du Vivant t'ouvre ses ondes.
Une radio libre, humaine, vibrante... où chaque voix compte.

- ▣ Tu rêves d'animer une émission?
 - ▣ Tu veux partager ton expertise, ton art, ta vérité ?
- C'est le moment.

Radio Odyssée recherche de nouveaux animateurs passionnés pour des émissions régulières ou spéciales.

✓ Forfaits accessibles (dès 30 \$ / heure)

Diffusion web, mobile, Alexa,

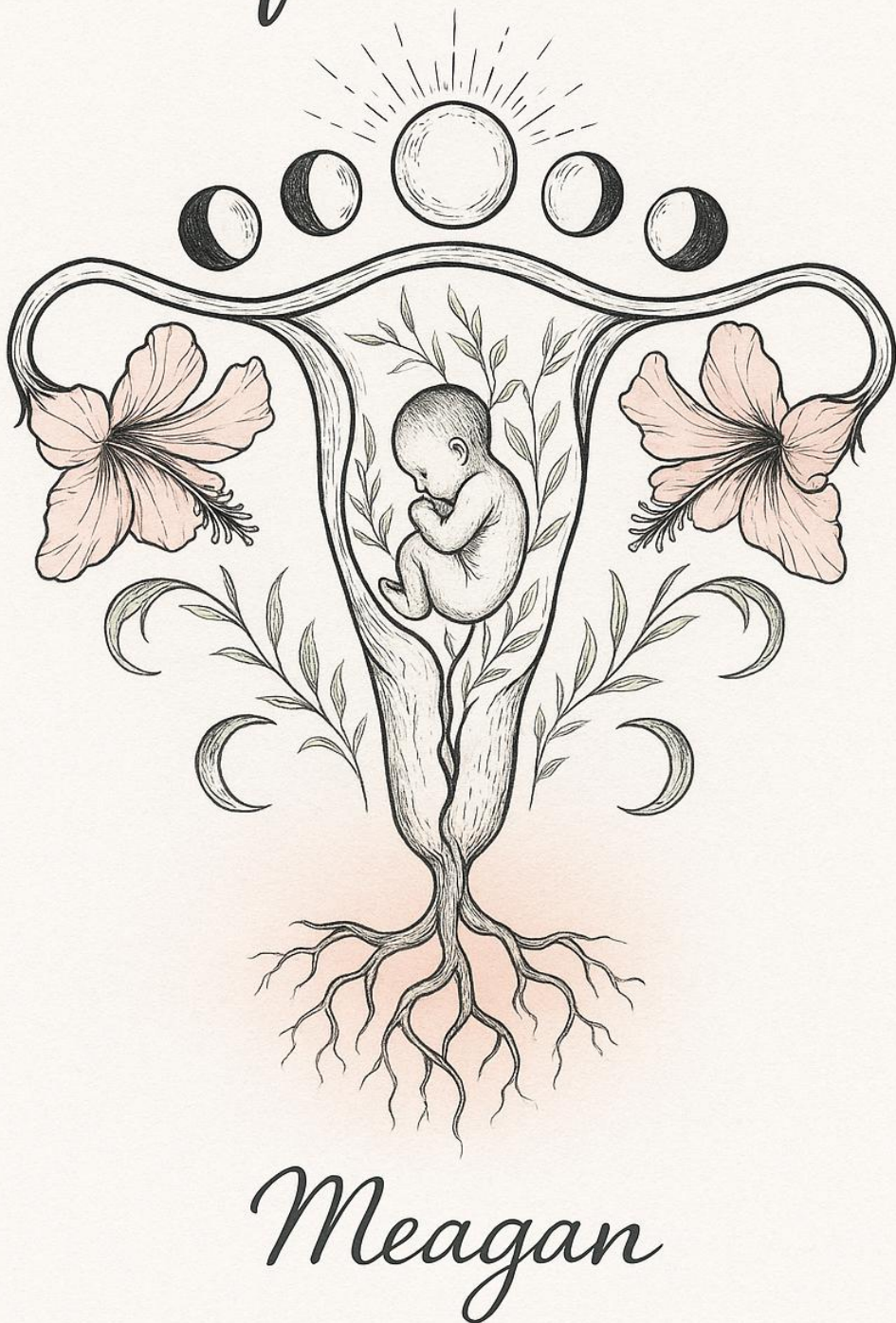
✓ Équipe éditoriale pour t'accompagner

Pose ta voix sur un média en pleine expansion.

info@radioodyssee.com

(Objet Animateur Radio Odyssée)

Mon histoire, ma fertilité



Tout a commencé la semaine du 4 novembre 2024, un doute s'est semé en moi. Je n'arrivais plus à me souvenir quand étaient mes dernières règles menstruelles. Je savais au fond de moi que j'étais enceinte, mais avec un bébé de 9 mois, j'ai été prise de peur. J'ai vécu dans le déni jusqu'au 14 novembre 2024 alors que le test de grossesse était positif. Même qu'il révélait plus de 5 semaines de grossesse.

Malgré que j'avais peur de sa réaction car rien n'était prévu. J'ai révélé à mon conjoint la petite surprise qui a décidé de se loger en moi. Nous étions plus qu'heureux de voir que nous serions parents une deuxième fois.

Le 17 novembre 2024 soit 3 jours après les tests de grossesse positifs, j'ai ressenti des crampes au ventre. Des crampes qui pouvaient être confondues avec une envie d'aller à la selle car nous savons que la constipation est un symptôme de grossesse. Les crampes ont fini par partir. Cependant le lendemain, je me réveille, je vais chercher mon bébé dans son lit et les crampes sont de nouveau présentes. Elles étaient pires que la veille. J'ai eu le temps de monter mon bébé en haut, je me suis écrasée sur le divan et j'ai appelé ma belle-mère qui habite à 5 maisons de chez moi.

À son arrivée, on convient qu'elle m'apporte à l'hôpital. Sur le trajet, j'ai pu informer mon conjoint et j'ai demandé à ma sœur de venir me rejoindre le temps qu'il arrive.

À l'hôpital, je suis demandé de rentrer dans une salle pour voir le médecin. Il mentionne sur un ton confiant que c'est impossible que je sois enceinte, je prenais la pilule et que j'allais.

Je vous laisse imaginer tout ce qui a pu me passer par la tête à ce moment-là... Il demande à ce que je passe tout de même une prise de sang, un test d'urine et une échographie. Le temps passe et la douleur est toujours présente.



On me demande en échographie. Après plusieurs minutes de silence, le radiologue mentionne ne pas trouver le bébé, mais que mes prises de sang sont positives pour une grossesse. Pour être certain, il mentionne que nous allons faire une échographie vaginale et toujours rien.

À ce moment, mon monde s'effondre, mais j'étais loin de savoir comment tout allait se terminer. Désolé, le professionnel nous renvoie à l'urgence pour rencontrer le médecin.



De retour dans la salle d'urgence, on me demande de nouveau dans la salle avec le médecin. Le Dr rentre mal à l'aise sachant ce qu'il m'avait dit plutôt. Il me dit « on a trouvé ce qu'on ne voulait pas trouver » et que je devrais voir une chirurgienne. Il me demande si j'ai besoin d'un calmant, j'étais sous le choc et je pleurais tellement. J'étais installé sur une civière et on me préparait à aller au bloc opératoire.

À ce moment, j'ai demandé à mon conjoint d'aller chercher mon bébé! J'avais besoin de voir mon bébé maintenant, avant de me faire opérer. La chirurgienne est arrivée et sans sensibilité elle me dit : on va t'enlever ta trompe. Surprise, j'éclate de nouveau en sanglots. En plus de perdre mon bébé, je devais perdre une partie de moi, mais pourquoi? Entre-temps, mon conjoint arrive avec ma fille et je la serre très fort dans mes bras. La chirurgienne m'explique que ça augmente les chances qu'une nouvelle grossesse se développe dans cette trompe à l'avenir.

5 minutes après l'arrivée de ma fille, on vient me chercher et on m'apporte au bloc opératoire. C'était la première fois que je me faisais opérer. Le silence et la froideur des lieux étaient à s'en glacer le sang.

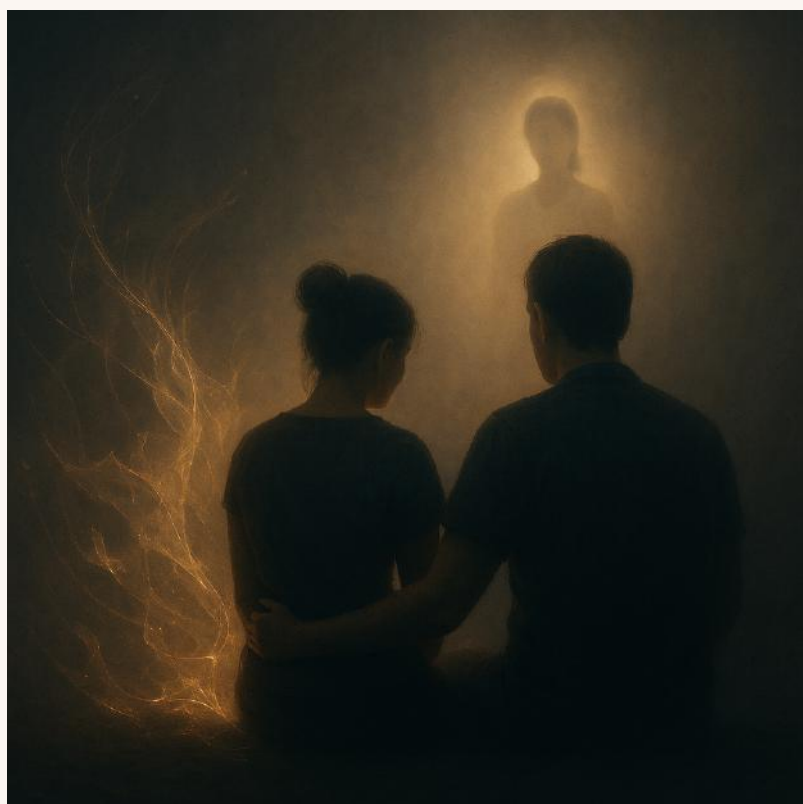
J'attends seule dans un couloir, j'ai froid et je commence à avoir de plus en plus mal. C'est à ce moment qu'on vient me chercher pour le bloc opératoire. Je tremblais tellement qu'on m'a donné un calmant.

Par la suite, je me suis réveillé dans la salle de réveil toute confuse. On m'a apporté dans ma chambre. Le choc que j'ai eu quand je me suis rendu compte que nous étions en SMI (soin Maternité) et qu'il y avait un lit de bébé dans la chambre. Je ne comprenais pas pourquoi on m'obligeait à vivre cette souffrance et pourquoi on ne m'avait pas mis en chirurgie...



Mon conjoint et ma mère sont venus me trouver pour la soirée. Dormir seule dans cette souffrance était insupportable. Tout ce que je voulais, c'était de rentrer chez moi

Le lendemain, j'ai appris que c'était la Dre qui m'avait suivi durant la grossesse de ma fille qui commençait sa garde. J'ai demandé à la voir même si je n'étais pas sa patiente. Elle est venue me voir. Avec sa compassion, elle m'a dit : je vais t'envoyer une requête de prise de sang. Donc, quand tu auras un test de grossesse positif, tu commenceras des prises de sang au 48h pour surveiller l'évolution du B-HCG.



Le but était de se rendre avec un taux d'hormone suffisant pour pouvoir avoir une échographie le plus tôt possible pour valider l'emplacement du fœtus. Par la suite, la chirurgienne est venue me voir en présence de mon conjoint. Elle m'explique qu'elle n'avait pas eu le choix d'enlever ma trompe, elle avait fissuré

Habituellement une trompe peut commencer à fendre à 5 000 de B-HCG et j'étais 11 000. J'aurais pu mourir, j'ai été prise en charge à temps. Si j'avais attendu avant de consulter, je ne sais pas si je serais encore en vie aujourd'hui. La chirurgienne dit que je ne peux pas forcer plus de 10 lbs pendant 1 mois, ce qui veut dire que je ne peux pas m'occuper de mon bébé seule, ni la prendre dans mes bras sans aide. De plus, je devais attendre au moins 2 mois avant de pouvoir essayer d'avoir un autre bébé. J'ai passé 1 mois à alterner entre la maison et chez ma belle-maman qui gardait mon bébé. Je passais mes journées chez elle pour profiter de mon bébé et l'allaiter



Les jours, les semaines et les mois passent et ce vide immense est toujours présent. Le 18 janvier 2025, ma convalescence est terminée et n'ayant plus que 50% de mon système reproducteur, nous choisissons de ne pas utiliser de contraception. De mon côté, la prise de la pilule n'était plus une option après ce que nous venions de vivre.

C'est le 10 mars 2025 qu'une nouvelle histoire commence. Un nouveau test de grossesse positif. Dans ma tête c'était impossible que ça soit aussi rapide. Je commence les prises de sang, les résultats sont corrects et tout se passe bien. Jusqu'au 21 mars 2025. Je me réveille avec une immense douleur au ventre côté gauche qui va jusque dans ma hanche. Je décide d'aller consulter à l'urgence étant enceinte que et que cette douleur ne semble pas normale.

C'est alors à ce moment qu'on m'informe que mon hormone de grossesse a commencé à se diviser au lieu de doubler. Je faisais une fausse couche. Mon monde s'est écroulé une 2e fois.

Pendant une semaine, j'ai dû faire des prises de sang

au 48 h pour . s'assurer que les résidus s'évacuent complètement. Il était important de surveiller, je ne voulais pas de médicaments et que j'avais un antécédent de grossesse ectopique



À partir de cette deuxième perte, j'ai décidé d'aller chercher de l'aide psychologique, j'en avais besoin. Ma mère m'a rappelé que Nicole Scott pouvait en énergie me faire du bien. J'ai pris RDV avec elle et elle m'a invité à rencontrer une autre personne, Nadia Fortin une T.E.S au privé. Les 2 me font énormément de bien à ce moment-là et elles m'aident à comprendre et à cheminer dans ces épreuves.

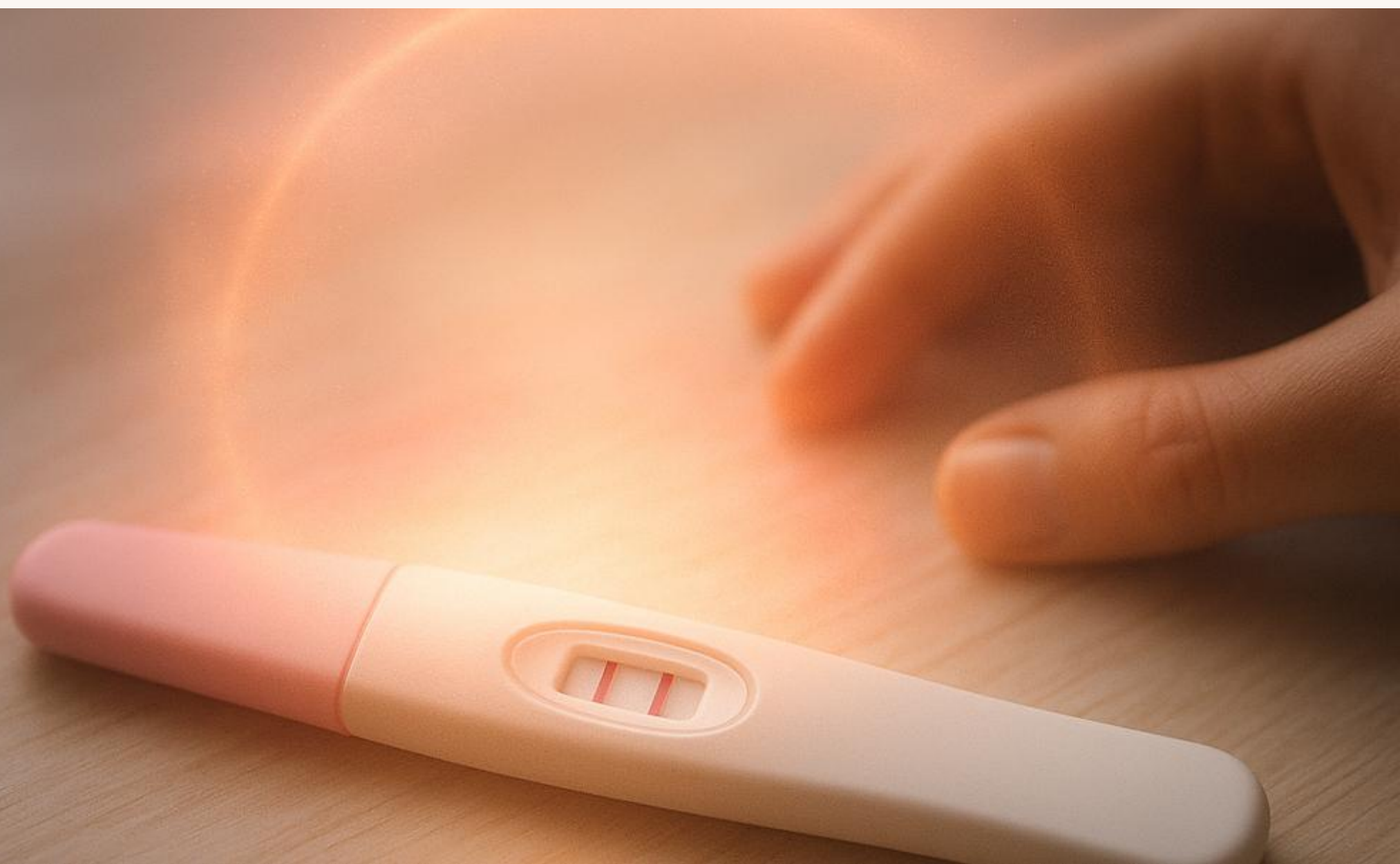




J'ai découvert que j'étais de nouveau enceinte le 4 août 2025 et l'aventure s'est de nouveau terminée le 8 août 2025 avec des pertes de sang. Je ne sais pas pourquoi, mais à ce moment je n'ai pas perdu espoir, ni comparé aux deux dernières fois

Le 22 Août, j'ai vu ma Dre et elle m'a prescrit plusieurs prises de sang, un examen de l'utérus avec produit de contraste et un suivi en fertilité. Il fallait comprendre ce qui s'est passé depuis mon opération. De plus, j'avais une prescription de progestérone intra vaginale pour le prochain test positif. Il fallait comprendre, je suis tombée enceinte d'une petite fille le mois suivant le premier arrêt de ma contraception. Alors pourquoi depuis la chirurgie, mon corps n'y arrive plus? J'ai commencé par les prises de sang et j'allais continuer les autres examens quand tout à coups un miracle s'est produit.

Le 4 septembre 2025, j'avais le feeling de faire un test de grossesse. À peine 25 jours après ma dernière fausse couche. Je me disais que j'étais folle et que c'était impossible d'avoir 2 lignes roses ! Bien imaginez-vous donc, qu'il y avait 2 lignes roses très pâle, mais présente. Nous sommes allés à St-Tite cette fin de semaine-là et le test a été fait le jeudi. J'ai décidé de garder le secret, étant au tout début j'avais beaucoup de chance de faire une fausse couche chimique comme la dernière. Nous sommes parties pour la fin de semaine et j'ai essayé de le cacher de mieux que je pouvais, je ne pouvais pas boire d'alcool. À notre retour le dimanche après-midi, j'ai fait un nouveau test. La 2e ligne était bien là et foncée. J'ai commencé à prendre la progestérone à ce moment pour aider mon bébé à coller. J'ai aussi commencé à faire les prises de sang au 48h. L'hormone augmente plus que la moitié à chaque 48h, ce qui est bon signe. On m'appelle pour me donner un RDV d'échographie pour le 16 septembre 2025. Lors de ce rendez-vous on voit très bien la poche à l'écran qui est placée dans mon utérus.



Une 2e écho sera à prévoir pour pouvoir voir le bébé et un petit cœur qui bat, c'était beaucoup trop tôt. Il reste encore des étapes à franchir, mais aujourd'hui après une année difficile, je suis enceinte de presque 7 semaines.



Encore aujourd'hui, la souffrance de ces pertes est immense et j'ai l'impression d'avoir perdu un mois de mon congé de maternité avec mon premier bébé. Mais un miracle est là, mon bébé arc-en-ciel est prévu pour mai 2026. Il ne faut jamais cesser d'avoir espoir, la vie est belle dans ses imperfections. Je remercie Nicole et Nadia qui m'ont permis de traverser ces tempêtes et qui m'accompagnent dans le beau temps.

L'ART DE TOMBER SANS SE BRISER

OCTOBRE.

Ce mot seul résonne déjà comme un soupir.
Un soupir venu de loin.
De ces lieux intérieurs que l'on visite rarement.
Pas parce qu'on les fuit...
Mais parce qu'ils nous demandent un peu trop de silence.

Il y a dans octobre une invitation à tout ce que l'on remet toujours à
plus tard :
Pleurer ce qui n'est plus.
Dire au revoir à ce qui ne revient pas.
Se regarder dans le miroir sans le masque des "je vais bien".

Et si on disait oui, cette fois ?
Oui à ce rendez-vous avec soi.

CAR IL NE S'AGIT PAS ICI D'UN REPLI.

Mais d'un retour.

Un retour vers cette part de nous qui ne fait pas de bruit.
Celle qui ne cherche pas à convaincre, à séduire, à performer.
Celle qui veut juste respirer.

RESPIRER...
ET SAVOIR QUE C'EST ASSEZ.



LAISSER MOURIR CE QUI N'A PLUS BESOIN DE VIVRE

On vit dans un monde qui glorifie le "plus".

Plus de projets.

Plus de followers.

Plus de visibilité.

Plus d'objectifs.

Plus de résultats.

Mais si octobre venait nous dire l'inverse ?

Et si ce mois-là était un espace sacré pour le "moins" ?

Moins de tout...

Pour enfin, plus de vrai.

On ne se rend pas compte à quel point on traîne des sacs lourds.

Des histoires plus à jour.

Des promesses qu'on ne veut plus tenir.

Des images de nous qu'on essaie de faire durer par habitude.

Par loyauté.

Par peur de décevoir.

Mais à quel prix ?

À QUEL COÛT INTIME VIVONS-NOUS CETTE FIDÉLITÉ AU FAUX ?

Les arbres, eux, n'ont pas ce dilemme.

Ils laissent tomber ce qui doit tomber.

Avec élégance.

Avec confiance.

Ils savent que le dépouillement n'est pas un échec.

C'est une étape.

Un passage.

Un acte de foi.

ET SI ON FAISAIT PAREIL ?

TOMBER, CE N'EST PAS CHUTER.

C'est répondre à l'appel du sol.

Il y a quelque chose de très humble
dans le mouvement de tomber.
C'est un geste sans prétention.
Un geste que l'on ne choisit pas
toujours.

Mais qui, s'il est accueilli, devient une
offrande.

On tombe amoureux.
On tombe malade.
On tombe en extase.
On tombe à genoux.

TOMBER... C'EST SOUVENT L'INSTANT OÙ L'ON CESSE DE TENIR.

Et si ce n'était pas une fin, mais une
forme d'ouverture ?

Quand tu laisses aller une partie de
toi...
Tu ne perds pas.
Tu fais de la place.

Et cette place-là, mon ami, ma sœur,
mon frère...
Elle est précieuse.

DANS CE MOIS QUI S'ENFLAMME, JE TE PROPOSE UNE EXPÉRIENCE.

Pas un défi.
Pas un programme.
Pas une méthode.
Une simple proposition.

Et si, chaque jour d'octobre, tu
choisissais un truc à laisser tomber ?

Un jugement sur toi.
Une vieille promesse.
Une attente.
Un vêtement qui ne te va plus.
Une conversation jamais finie.
Un objet chargé de trop de mémoire.

PAS POUR "FAIRE DU MÉNAGE". MAIS POUR REVENIR À TOI.

Tu n'as pas besoin de te réinventer.
Tu n'as pas besoin de t'améliorer.
Tu as juste à t'écouter.
Et à dire non, quand c'est non.

Oui, c'est une révolution douce.
Oui, ça fait peur.
Mais c'est là que la magie
commence.

LE FEU, CE N'EST PAS QUE DESTRUCTION

On parle souvent du feu comme
d'un élément violent.

Mais as-tu déjà vu un feu sacré ?

Un feu qui réchauffe sans brûler.
Un feu qui éclaire sans aveugler.
Un feu qui invite à la parole vraie.
À la présence.

CE FEU-LÀ, TU L'AS EN TOI.

Il ne crie pas.
Il ne brasse pas.
Il est là, discret.
Et il attend que tu t'arrêtes.

Que tu cesses de courir après ce qui
t'épuise.
Que tu t'asseyes enfin, les deux pieds
bien ancrés.

Et que tu dises : "Je suis là. Juste là.
Et c'est suffisant."



TU N'AS RIEN À PROUVER À PERSONNE

RELIS BIEN ÇA.

Tu n'as rien à prouver à personne.

Ni à ta famille.
Ni à ton audience.
Ni à tes anciens profs.
Ni à ton banquier.
Ni à ton "moi d'hier".

Rien. TU ES DÉJÀ SUFFISANT.

Et c'est précisément parce que tu l'as
oublié que tu souffres.
Parce qu'on t'a appris que ton amour
méritait se gagnait.
Que ta valeur se calculait.
Que ta lumière devait se justifier.

Alors tu t'es mis à performer.
À cacher.
À vouloir "être à la hauteur".

Mais quelle hauteur ?
Et pour qui ?

Octobre vient briser cette illusion.

Il vient te murmurer :

"Regarde l'arbre. Il ne cherche pas à
impressionner. Il est. Et c'est tout."

**ON NE DEVIENT PAS
VRAI.**

ON ARRÊTE JUSTE DE MENTIR.

Ce n'est pas une quête.
Ce n'est pas un combat.
C'est un abandon.

Abandonner les faux-semblants.
Les jeux de rôle.
Les identités qu'on s'est forgées pour survivre.

ET ÇA DEMANDE DU COURAGE.

Oui, ce mot-là, qu'on oublie souvent.
Mais qui est plus nécessaire que jamais.

Car être vrai, c'est souvent perdre des choses.
Des amis.
Des repères.
Des certitudes.

Mais c'est aussi...
Se retrouver.

Et ce moment-là...
Celui où tu te retrouves...
Il vaut mille faux "tout va bien".



LE VIVANT N'ATTEND QUE TOI

Il ne veut pas ton CV.
Ni ton image parfaite.
Ni ton feed cohérent.

LE VIVANT VEUT TON SOUFFLE.

Ton cœur qui bat.
Tes silences habités.
Tes larmes sincères.
Ta présence nue.

Celle qui dit :
"Je n'ai peut-être pas tout compris,
mais je suis là. Et j'ose aimer encore."

C'est ça, l'appel d'octobre.

Un appel sans obligation.
Mais rempli de promesses.



ET SI...

ET SI CE MOIS-CI, TU N'ESSAYAIS PAS D'ALLER MIEUX ?

Mais d'être plus vrai.

Et si tu ne cherchais pas à guérir...
Mais à habiter tes plaies.

Et si tu ne cherchais pas la lumière
au bout du tunnel...
Mais à embrasser l'obscurité comme
un enseignement.

Tu n'es pas perdu.
Tu es en traversée.

Et dans cette traversée, il y a des
éclats de feu.
Des soupirs.
Des "enfin".
Des "je me retrouve".
Des "je ne savais pas que j'avais
encore ça en moi".

C'est tout ça, octobre.
Et c'est pour ça que je l'aime tant.

POUR CONCLURE... OU COMMENCER

Je ne te connais peut-être pas.

Mais je t'honore.

**Parce que si tu lis ces lignes jusqu'au bout,
c'est que quelque chose en toi cherche un vrai contact.**

Alors je te le dis simplement, sans flafla :

Tu es *important*.

Tu es *digne*.

Tu es *prêt*.

Pas pour *performer*.

Pas pour *briller*.

Mais pour *être*.

Et si tu tombes ce mois-ci...

Sache que ce n'est pas la fin.

C'est peut-être juste le moment où tu redeviens sol.

Et que de là, tout est encore possible.

AVEC TENDRESSE, FEU, ET PRÉSENCE,

Mario J'm. L'Apprentis-Sage

MAGAZINE



LA VIE

Édition

38

Septembre 2025



RADIO
ODYSSEE



RADIO
ODYSSEE

agments
d'un Vivant

L'ESSENCE
DES MONDES

Le BLOG
L'ODYSSEE
des MOTS

Pour lire l'édition
complet ici:



MARCHER AVEC LE VIVANT

Fuir la guerre



Un réveil dans la nuit, des éclats de lumières, le bruit assourdissant qui revient.

Fuir la guerre, se cacher sous une porte déjà au sol. Une image, celle de l'insécurité, de l'inconnu qui nous attends.

Fuir cette guerre, voir la souffrance des autres, une souffrance au quotidien qui n'en finit pas, qui nous isole, qui nous blesse intérieurement.



Équilibriste de l'Âme Danny Levesque

Fuir cette guerre, ouvrir notre regard sur le quotidien, le nôtre.
Sommes-nous aussi en guerre avec nous-mêmes.

Faut-il fuir cette guerre en nous, celle qui nous pousse à la colère, à des paroles, des actions qui détruisent l'autre?

Prendre un moment, se centrer, se reconnaître et s'aimer. Notre guerre intérieure s'estompe, s'efface. Cet amour pour soi, c'est ce moment présent où on se retrouve, qu'on se sourit et qu'on ose un regard complaisant vers l'autre. Penser autrement, et laisser émerger que le moment présent. Aucun bagage du passé, que le moment du regard vers soi et vers l'autre.

Une expérience de paix du fond du cœur.

Groupe Réussite

Son but est de te faire connaître comme entrepreneur
Tu es entrepreneur, tu cherches un beau groupe,
un bel endroit ou le réseautage,
le partage et le plaisir est à l'honneur

Découvrir





→ Deviens

Rédacteur-Entrepreneur dans Magazine La VIE



Ta voix mérite d'être lue.

Dans le Magazine La VIE, les articles ne sont pas gratuits : ils sont le fruit d'un engagement réel.

En devenant rédacteur entrepreneur, tu t'offres:

- ✦ Un article de 3 à 4 pages, magnifiquement présenté,
- ✦ L'intégration de ton site web et de 2 à 3 photos,
- ✦ Une visibilité ciblée auprès d'une communauté vibrante,
- ✦ Une diffusion web + flipbook téléchargeable en PDF.

Parce que publier ici, c'est plus qu'une publicité ;

✦ C'est une empreinte vivante, un témoignage authentique.

Contacte Nicole Scott:

webmagazinelavie@gmail.com

(Objet: Rédacteur-Entrepreneur)



La carte du mois d'octobre

L'oracle le mot clé des expériences vécues

Carte 26 Dualité

Une tout première question à se poser d'où vient la dualité. Quelle est l'expérience relié à la dualité ?

L'expérience de la **Dualité** à choisir entre quel travail, je veux ou j'aimerais faire

L'expérience de la **Dualité** envers moi-même

L'expérience de la **Dualité** envers une décision à prendre

L'expérience d'être en **Dualité** avec ...

Un des chakras à travailler en relation avec la dualité



3ième chakra, Manipura

Chakra du Plexus solaire, de l'estime de soi

Siège de la volonté

C'est la honte qui l'obstrue.

Tu veux en savoir plus sur l'Oracle « Le Mot Clé des expériences vécues » Ou tout simplement te le procurer

Tu veux travailler énergétiquement la Dualité

academienicolescott@gmail.com

418-956-6989

Renaître à soi

Par Annie Poitras



La Reconnexion
À soi

Annie Poitras



Accompagnante Renaître à soi

Service de médecine holistique et alternative



(418) 618-2527

poitrasannie29@gmail.com



Par mon histoire, je veux inspirer les gens à retourner à l'être exceptionnel qu'ils sont, de grands créateurs avec des pouvoirs divins. Mon chemin intérieur ne fut pas de tout repos, mais en aucun cas, je ne le ferais différemment. Lorsque je me suis aperçue du diamant brut que je portais en moi avec toutes ses facettes, j'ai pris conscience qu'il y avait des parcelles bien polies, égratignées et d'autres poussiéreuses. C'est au moment que je les ai tous accepté sans jugement que le processus de l'amour de soi à débiter.

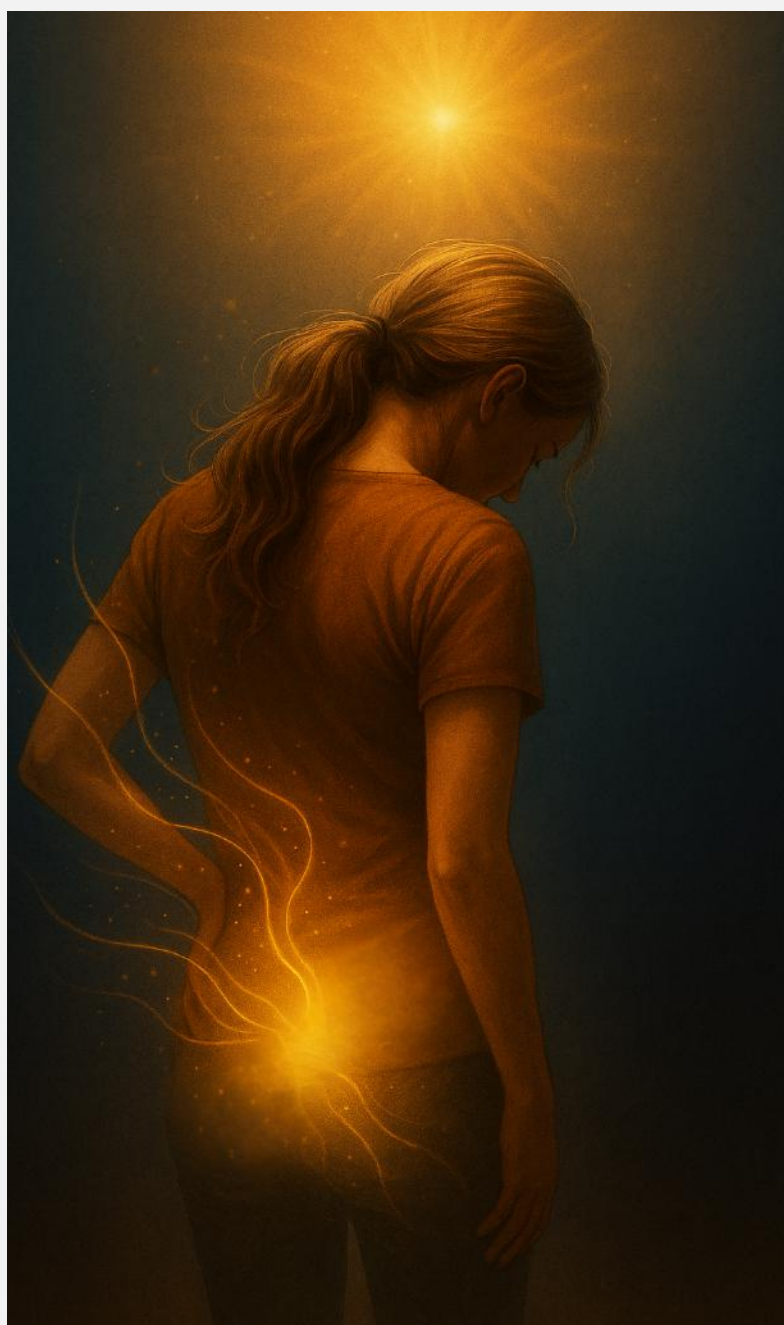


Renaître à soi implique de s'aimer d'un amour inconditionnel.

ASSEZ

Par contre, on ne se lève pas un bon matin et on se dit : « aujourd'hui, je m'aime inconditionnellement. » Lorsque notre vie est belle et magnifique, on suit le courant et on ne se pose aucune question, c'est simple, mais lorsqu'elle nous met à genoux, on la subit et on se demande comment on a fait pour en arriver là. J'ai voulu comprendre et aller polir et dépoussiérer toutes mes parties moins éclairées, ou du moins, quelques-unes. Quand on se dit : « ASSEZ » c'est là que le processus du chemin vers soi commence.

La partie de mon histoire que je vais vous raconter dans cet article, fait seulement référence à ma façon de voir les choses selon mon prisme à moi, selon tout mon être passé, présent et futur, ainsi que toutes mes mémoires, mes programmations et croyances. Chacun est libre de prendre ce qui résonne en lui et chacun à la responsabilité de trouver sa propre clé qui fera en sorte de déverrouiller son monde intérieur.



Mon parcours pour renaître à soi a débuté en janvier 2020. Je venais de terminer mon baccalauréat en sciences infirmières. Je travaillais dans les conditions de la pandémie à l'hôpital et depuis juillet 2019, je trainais une douleur au bas du dos qui me prenait toute mon énergie. Je suis allée consulter mon médecin en janvier 2020 et je me suis effondrée dans son bureau. Je suis en arrêt de travail pour épuisement professionnel et douleur chronique au dos. Après une imagerie par résonance magnétique, le diagnostic est tombé, une hernie discale. Ça m'a pris 10 mois, pour retourner la vapeur et être sur le chemin de l'amour de moi pour renaître à moi.

Les 6 premières semaines, tout ce que je faisais c'était dormir, me bercer et me remettre en question. Tout ce que je voulais, c'était la sainte paix. De toute façon, je ne pouvais pas bouger, la douleur était trop intense et je n'étais presque plus capable de marcher à cause de la hernie. J'étais la victime de ma vie, je la subissais! Un après-midi mon plus jeune fils est arrivé, m'a regardé et il m'a dit, les mots résonnent encore en moi : « maman, ce que je vois, je n'aime pas ça. D'habitude tu es une battante et tu réussis tout ce que tu entreprends, alors trouve un moyen pour sortir de là. » Lorsqu'il a eu terminé de me dire ce qu'il avait à dire, il est sorti. Je me suis mise à pleurer. Il avait raison, mais je fais quoi!



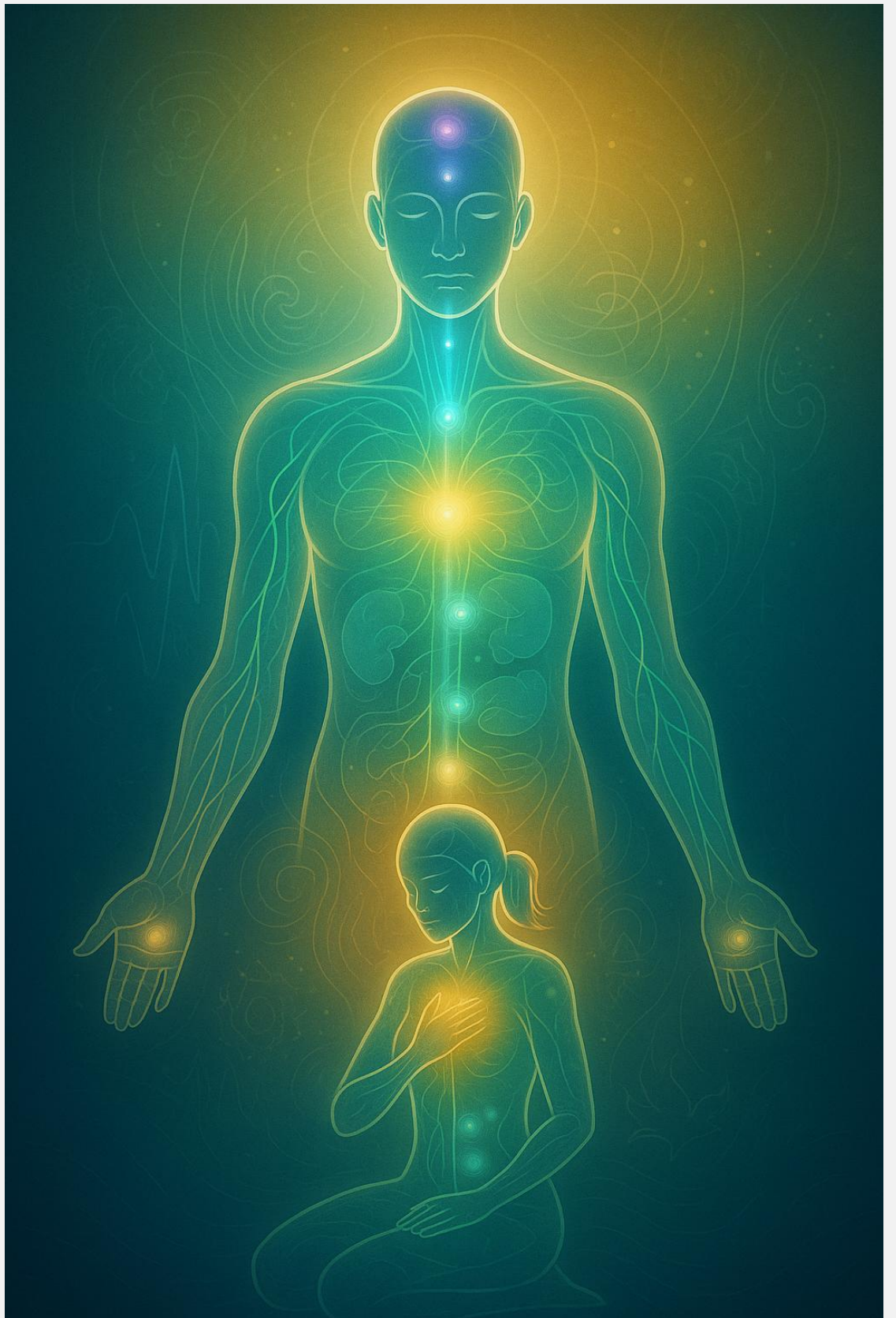
Je ne pouvais pas compter sur le domaine médical, je n'étais pas éligible pour une opération, la hernie était trop petite. En plus, le neurologue que j'ai consulté ne comprenait pas pourquoi j'avais tant de douleur. Tout ce qu'il me restait, c'était de prendre des antidouleurs, de faire de la physiothérapie à toutes les semaines. De plus, le service santé voulait que je retourne au travail, malgré tout. J'ai rentré dans une colère monstre. J'en voulais au monde entier. Si personne ne peut m'aider, qui va le faire! Je me suis tournée sur la seule personne qui pouvait, Moi.



J'ai retourné à la source, le Créateur. Je lui ai demandé qu'est-ce que je dois faire? La réponse qu'Il m'a donnée : « il faut que tu t'aimes. » « Il faut que je m'aime! Ben ça alors! À tous les matins, je me levais avec la douleur, juste marcher est un calvaire et je ne parle pas des nuits où la douleur est tellement intense que j'en pleure et Il veut que je m'aime ! » Est-ce que j'avais à perdre quelque chose? NON. Donc, je lui ai demandé, qu'est-ce que je fais, comment je m'y prends pour m'aimer? Il me dit de visualiser. « Visualiser? » Le message était d'imaginer de transformer la douleur et de m'aimer. C'est ce que j'ai fait! Chaque fois que la douleur se présentait, j'y mettais une couleur et je disais : « Aujourd'hui mon corps, tu me donnes beaucoup de douleur, mais je t'aime. Merci de m'avoir donné deux garçons que j'aime, merci d'avoir fait en sorte de faire mon bac, merci de m'avoir permis d'être infirmière, etc. ».

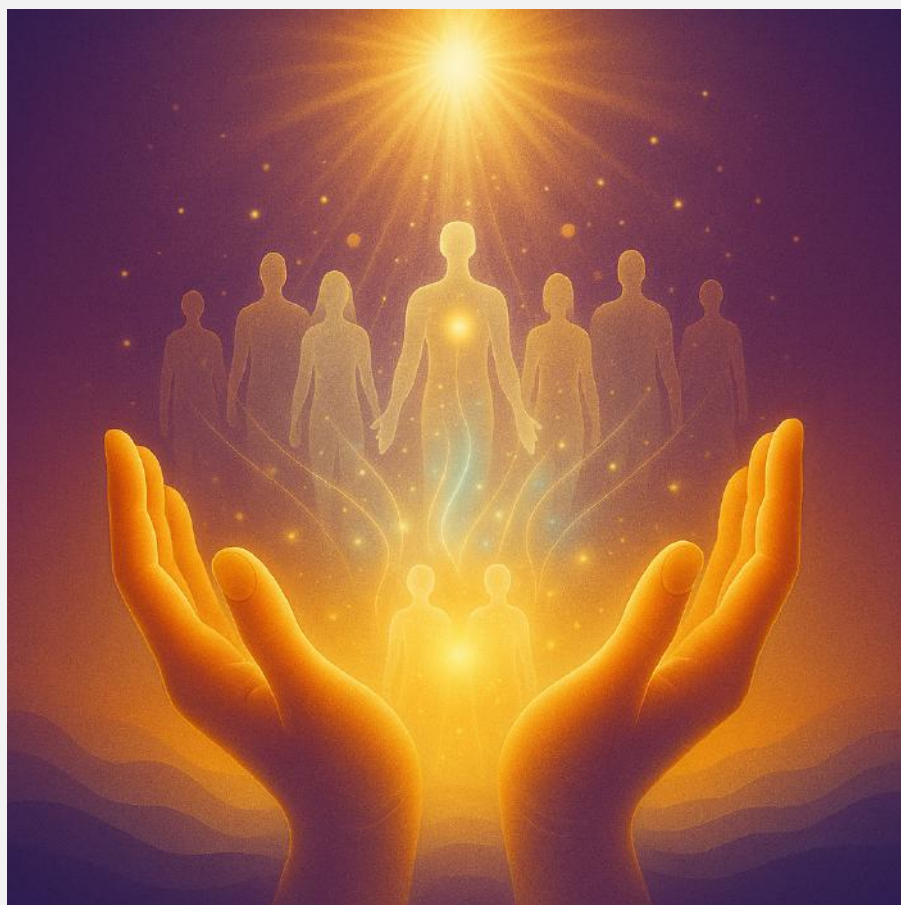
Il ne faut pas oublier dans tout ce processus, c'est de n'avoir aucun doute qu'on va s'en sortir. Il faut croire en une intelligence plus grande que nous. J'avoue que j'ai eu mes moments de colère, de doutes, d'incertitude et de désespoir, mais au fond de moi, je savais que j'étais bien guidée. La vie m'a emmené les bons thérapeutes, au bon moment. On ne fait jamais ça tout seul, la vie se charge de mettre les bonnes personnes sur ta route. Lorsque j'avais une intuition, un élan, une idée ou une parole de quelqu'un et que ça résonnait, je la suivais sans me poser de questions. J'écoutais.

C'est aussi à ce moment de ma vie que la Kinésiologie intégrale est arrivée dans ma vie. J'ai pu m'accompagner et me faire accompagner énergétiquement. C'est là que j'ai pris conscience que le corps a une intelligence et qu'il nous parle, mais qu'on n'écoute pas ce qu'il dit. Dans cette formation, j'ai appris à décoder les messages du corps. Je peux vous dire que j'ai été surprise de ce que j'ai découvert. J'ai su pourquoi que j'ai eu une hernie et je ne m'attendais pas à cette réponse. Lorsque j'ai compris la racine de cette expérience, j'ai pu la dégager, la libérer et la transformer. Je suis certaine d'une chose, on est plus qu'un corps physique.



J'ai repris le travail d'infirmière après 10 mois d'arrêt avec aucune douleur et grandit de toutes les compréhensions que j'ai fait sur la vie et surtout, sur moi. C'est là également que je me suis faite proposer un poste de remplacement en oncologie qui a duré plus de deux ans. En plus, de travailler en temps plein dans cette unité, j'ai étudié l'énergétique et je me suis faite accompagner par des personnes extraordinaires.

Je l'ai dit, mais le redit encore. Mon parcours en oncologie a fait de moi l'accompagnante que je suis maintenant. Les patients m'ont plus aidé que je les ai aidés. Je dis merci à toutes les personnes que j'ai accompagné durant leur maladie. Je vous remercie, je me suis retrouvée, parce que le Créateur m'enseignait à travers vous et Il continue encore avec les rencontres que je fais au niveau énergétique.



Petit à petit, je me suis aimée. J'ai encore des défis. Je suis comme tout le monde, j'ai mes peines, mes doutes, mes incertitudes. Par contre, il y a une chose qu'aujourd'hui, que je peux dire, je me choisis sans jugement, sans culpabilité et surtout, avec amour. Je suis reconnaissante envers mon fils qui a osé dire à sa mère qu'elle n'était pas sur le bon chemin. .

Il m'a donné le coup de pied que j'avais besoin. Je dis merci à mon âme d'avoir choisi d'expérimenter cette situation pour mon évolution, même si jusqu'à ce moment-là, je la rejetais. En conclusion, on est toujours à la bonne place au bon moment et il y a toujours la bonne personne pour nous accompagner.

dyssée Créative

Donne vie à tes projets

Tu as une idée ? Nous avons les outils.



Textes percutants



Visuels 3D



Créations sonores & jingles



Kit média complet (radio-magazine)



Bannières & publicités sur mesure

Nous ne faisons pas que créer.
Nous traduisons ton univers en images,
en sons et en mots.

Parce que ton projet mérite
d'être vu, entendu et ressenti.



odysseecreative777@gmail.com

(Ou rejoins-nous via Radio Odyssée et Magazine La VIE).

CHROMOTHÉRAPIE

Voir la vie en couleurs.

Par Nicole Scott



Série “Lunettes de couleur”
#1 – Rouge : force & ancrage



La couleur, wow, pas de couleur dans la vie, ça serait vraiment monotone. Pour moi, c'est primordial, la couleur est essentielle, du bleu au rouge en passant par le vert, le jaune, l'indigo.

Un beau jour, une personne me parle des bienfaits des couleurs, de ce que ça peut faire sur le cerveau et dans le comportement, il n'en fallait pas plus pour que je sois intéressé à du moins les essayer. J'ai été vraiment surprise des effets que ça pouvait avoir sur moi. Dans le même temps, je me suis inscrite à un voyage en Égypte, quelle belle occasion de faire des expériences !

Comme c'était la première fois que j'allais dans ce pays et ne sachant pas à quoi m'attendre, j'ai regardé les bienfaits de chaque couleur et j'ai choisi la lunette rose et la bleue. La rose pour les bienfaits calmants, relaxants, soulagement du stress, le coupe-faim.



Elle apporte la détente, la paix, le calme, la vitalité, la créativité, la communication, calme le mental.

Tout à fait ce qu'il me fallait pour ce voyage et de fait surtout la lunette rose que j'ai porté le plus souvent. Tsé, lorsque tu embarques dans le transport qui nous apportaient toujours à destination et que tout le monde jasse et que toi, assise tranquille, calme, aucun stress. J'ai beaucoup été dans cet état lors de ce voyage tout le long du voyage. La lunette bleue apporte aussi l'effet calmant. J'ai été très bien accompagné par ces 2 couleurs.

Il y a eu un moment dans ma vie, j'ai vendu de ces lunettes que j'appelle encore aujourd'hui « un outil de bien-être extraordinaire ». Dommage que ce genre d'outil ne soit pas reconnu à sa juste valeur.

J'ai eu l'idée de vendre des lunettes de couleurs pour le bien....
La chromothérapie ou chromothérapie signifie littéralement « Soulagement par les couleurs ».



Déjà employée durant l'Antiquité, la Chromathérapie a pour principe de soulager un mal être, un malaise ou une douleur par l'emploi d'une couleur appropriée. Une séance de chromothérapie consiste à projeter une lumière colorée grâce à la perception visuelle.

Chaque couleur a un effet sur les cellules en modifiant chimiquement la zone d'inconfort, soit dans les yeux s'il s'agit de soulager un malaise plus généralisé.

HOTEL DU JARDIN
1400 BD DU JARDIN
SAINT-FÉLICIEN: QC G8K 2N8
14, 15, 16 NOVEMBRE 2025

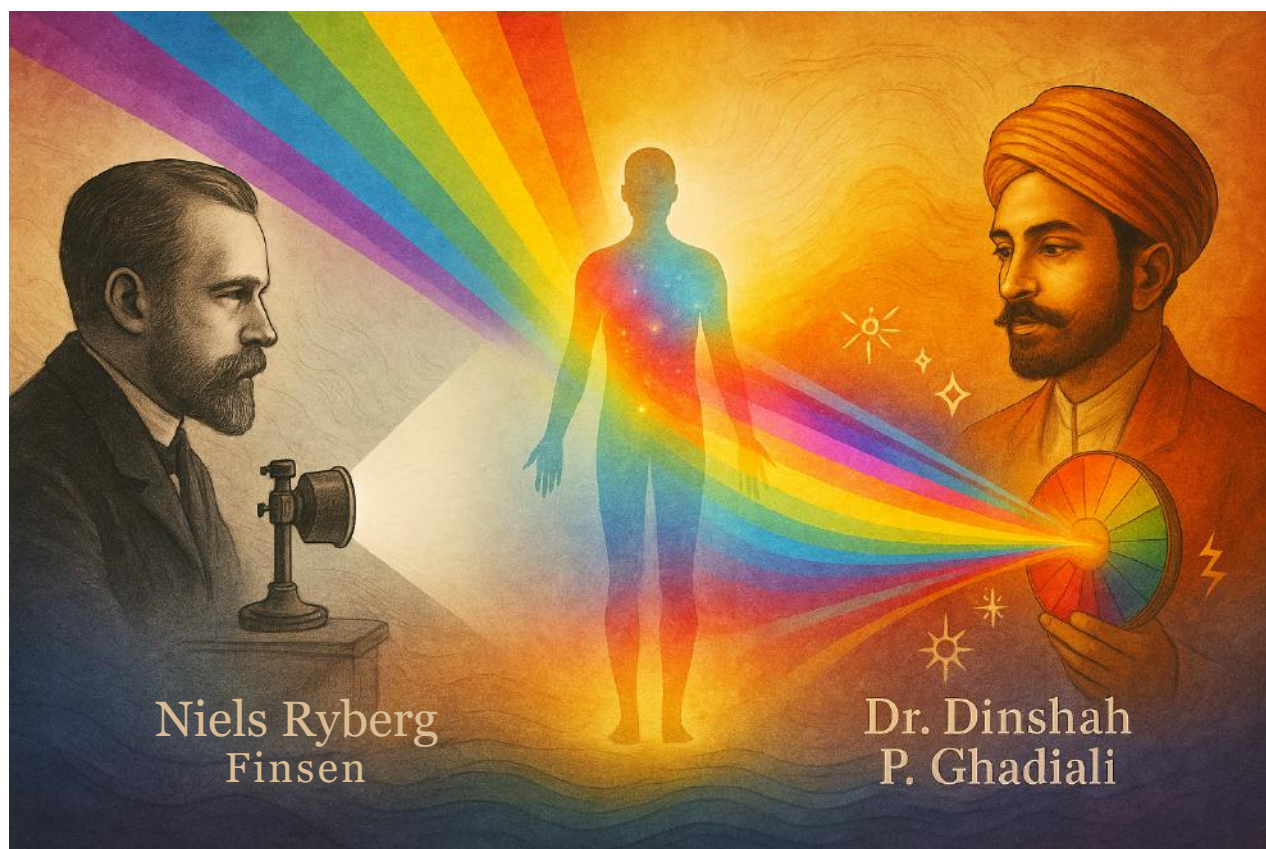
Sonia Milliard
FONDATRICE ET ORGANISATRICE
DU CONGRÈS
UNIVERS HOLISTIQUE

Universholistique.ca

Des recherches scientifiques récentes semblent attester l'efficacité de la chromothérapie.

Le médecin Danois Niels Ryberg Finsen, décrocha le prix Nobel de médecine en 1903 pour avoir utilisé de la lumière dans le traitement des pathologies du cerveau

Plus tard en Inde, 1920, le Dr Dinshah P. Ghadiali propose, dans son ouvrage The spectro chrometry encyclopédia, le traitement par la couleur de plus de 300 maladies.



Des études ordonnées par la NASA ont ainsi démontré que la lumière rouge peut accélérer la cicatrisation.

Actuellement, la chromothérapie n'est pas reconnue scientifiquement, pourtant elle est utilisée depuis des siècles par les chinois pour établir des diagnostics ou par les égyptiens pour traiter les malades.

Comment utiliser les lunettes de couleur? Il y a différentes façons la mienne a été et est encore aujourd'hui la lunette. Lunette de chromothérapie.

Vous pouvez porter les lunettes de 10 à 30 minutes, une à deux fois par jour,

Rouge



Description de la lunette ROUGE, en quoi elle peut aider

Elle apporte la force, le courage, la vigilance, le sens de la puissance, la vitalité, l'ancrage et aussi à surmonter les pensées négatives.

Les effets physiques

Elle travaille au niveau des problèmes circulatoires, stimule le corps et la libido. Elle travaille les rhumatismes.

À ÉVITER POUR LES PERSONNES AGRESSIVES.

Ne jamais conduire avec cette couleur

Les effets psychologiques

Stimule l'esprit pour des épreuves à court terme. Augmente la performance pour les examens, la compétition.

Au niveau des Chakras, parties du corps et glandes

Chakra racine, élimination, lymphatique, dents, membres inférieurs, glandes surrénales.



Accueil

Faire les pas vers La réalisation de soi À propos
Emission « L'Académie ouvre ses portes »
L'Académie Nicole Scott, dirigée par Nicole [...]



L'académie Nicole Scott /

CHROMOTHÉRAPIE

Voir la vie en couleurs.



Prochain mois — Novembre
Lunette Jaune: clarté
& optimisme



Radio-Odyssée s'élève... et vous pouvez en faire partie !

La Voix du Vivant s'apprête à franchir une nouvelle étape majeure.

Radio-Odyssée sera bientôt accessible sur toutes les plateformes d'écoute web et mobile :

**📱 Android, iOS, Apple Car, Android Auto, Android TV, Alexa...
...pour que le monde francophone entier puisse vibrer avec nous, où qu'il soit, en tout temps.**

Et si c'était votre voix que l'on entendait dans cette Odyssée ?



Devenez animateur sur une radio libre, consciente, humaine, où chaque émission devient une rencontre authentique, un espace pour inspirer, éveiller, questionner ou simplement partager.



Pour plus d'infos ou pour proposer votre émission :



info@radioodyssee.com



**L'aventure commence maintenant.
Soyez la voix que vous attendiez.**





La douceur du calendula, cultivé toute l'année

Chez PurePeau & Réconfo, la nature occupe une place centrale. Chaque produit est fabriqué à la main avec soin, en utilisant des ingrédients simples et authentiques.

Au cœur de cette démarche se trouve la Collection Calendula, une ligne de soins entièrement dédiée à cette fleur lumineuse, reconnue pour ses vertus apaisantes et régénérantes. Cultivé localement en terre et en hydroponie, le calendula peut pousser même en plein hiver, garantissant une récolte fraîche et de grande qualité tout au long de l'année.

Les fleurs ainsi cultivées sont délicatement macérées dans de l'huile d'olive pour en extraire toute la richesse. Ce macérat devient la base précieuse de la collection : crèmes, baumes, savons et sels de bain, tous sans parfum, pour convenir à toute la famille et spécialement formulés pour soulager les inconforts de la peau.

Avec la Collection Calendula, PurePeau & Réconfo souhaite offrir à chacun un petit moment de réconfort, tout en douceur. Des produits simples, naturels et faits avec amour, pour prendre soin de sa peau et de ceux qu'on aime.



L'empathie et le business, c'est encore possible?

Et si l'architecture était bien plus que des plans et des murs? Chez A. Paquet Architecture, chaque projet devient une histoire, un rêve qu'on façonne avec cœur et réalisme.



L'empathie et le business, c'est encore possible ?

« Et si l'architecture était bien plus que des plans et des murs ? Chez A. Paquet Architecture, chaque projet devient une histoire, un rêve qu'on façonne avec cœur et réalisme. »

Si un jour, vous trouviez une entreprise capable de vous écouter et de comprendre vos besoins. Une entreprise qui privilégie l'humain plutôt que le rendement. Une entreprise sérieuse qui tâche de vous mettre à l'aise et de réaliser pour vous le projet d'une vie.



«L'architecture,
c'est magique,
c'est magnifique
et c'est surtout
la réalisation
d'un rêve.»

A. PAQUET ARCHITECTURE

**Les plans de votre maison,
la conception intérieure et
extérieure, c'est avant tout
une réalisation avec
laquelle vous aurez à vivre
de nombreuses années.**

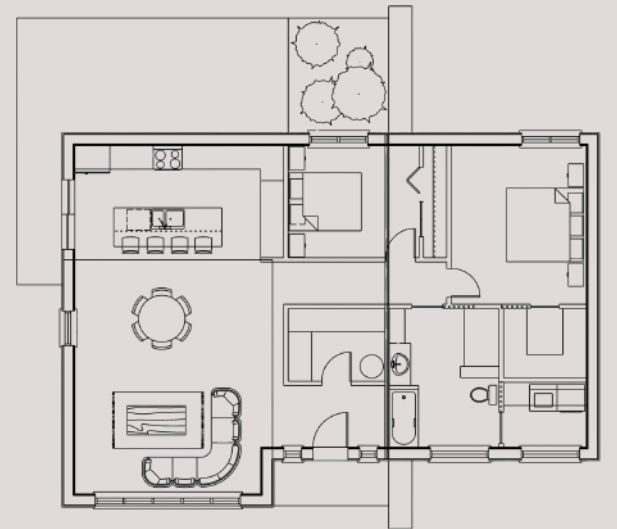
Chez A.

**Paquet Architecture, nous
prenons au sérieux les
gens qui font appel à nous.
Nous nous propulsons au
summum de nos
compétences pour nous
assurer d'avoir une relation
saine, respectueuse et
enrichissante avec nos
clients. Voici un court
article qui regroupe les
valeurs ainsi que les
qualités de notre
entreprise.**

Qui sommes-nous ?

PROJET #1
A. PAQUET ARCHITECTURE

Il y a quelques semaines, j'ai fait un article qui décrivait qui j'étais, par contre je ne suis pas seule. Nous sommes une entreprise familiale axée sur l'équité, l'indépendance et la liberté. J'ai une associée qui me complète, une moitié importante, qui depuis 2 ans fait partie majoritairement de ma vie entrepreneuriale, mais qui depuis 27 ans ajoute un lot de piquant à ma vie : ma petite sœur.



Elle est la conceptrice 3D qui vous en met plein la vue semaine après semaine. Chez A. Paquet Architecture, nous sommes une entreprise familiale et les employés sont, pour nous, une partie intégrante de notre famille. Nous sommes axées sur le travail d'équipe et croyons fortement que chacun peut amener son lot de compétences dans la réalisation de votre projet. Nous sommes des passionnées.



Quel est le processus de conception ?

Nous avons un processus bien particulier, un processus qui permet de laisser le bénéfice aux clients de choisir si notre approche leur convient. Lors de la première rencontre, nous discutons de votre projet et de vos besoins. Nous mettons en place une offre de service précise, ainsi qu'une élaboration de nos délais pour rassurer les clients.

Nous avons une méthode de fonctionnement en 3 étapes : l'esquisse, le préliminaire et les plans finaux. Nous prenons le temps d'expliquer chacune des étapes, ainsi que les pages qu'elles contiennent. Nous considérons que les grandes lignes de certaines mémentes se situent toujours dans la méthode de paiement, les délais et le prix général. C'est la raison pour laquelle nous tâchons d'être claires à ce sujet dès le départ.

PROJET #1

A. PAQUET ARCHITECTURE



Les modifications sont nombreuses en cours de projet, car nous voulons nous assurer que tout soit conforme. Je spécifie toujours aux clients que je ne serai pas celle qui devra y vivre une fois la maison construite. Il est donc important qu'ils soient certains de leur choix.

Les modifications se situent comme suit : à la remise de l'esquisse, à la remise du préliminaire et à la remise des finaux. Il est possible de modifier le plan avant l'impression des copies pour construction. Les changements mineurs à la dernière étape sont toujours les bienvenus.

Nous remettons à chaque fois un premier concept pour valider que nous avons bien compris les besoins de notre client et que nous ne sommes pas à l'opposé de son désir. C'est important pour nous d'avoir la confirmation que nous avons bien saisi.

Des maquettes 3D peuvent être réalisées pour aider nos clients à visualiser leur projet après la remise du préliminaire, soit à l'étape 2.



Bien plus qu'un service de plans

Il est important de comprendre que chez A. Paquet Architecture, nous offrons bien plus qu'un service de plan. Nous offrons un service d'accompagnement personnalisé à chaque client.

Nous sommes empathiques, investies et nous avons à cœur de nous assurer que vous comprenez bien les mots complexes du domaine. Nous allons au maximum de nos compétences pour vous aider à saisir les éléments capitaux illustrés dans vos plans, mais aussi pour vous guider avec les entrepreneurs si nécessaire.

Nous tâchons de valider votre budget et de concevoir en fonction du possible. Tous ces éléments font de nous une entreprise unique.

Amélie Paquet



Propriétaire et Technologue en Architecture

A. Paquet Architecture

Téléphone : 581-996-9913

204, Rue des bouleaux,
Saint-Raymond, QC, G3L 3J9

PARCOURS OSEZ ÊTRE

Un parcours de sept ateliers pour mieux te connaître et Osez ÊTRE TOI.

Un espace d'accompagnement bienveillant et sécurisant pour t'exprimer librement.

Des outils concrets pour développer confiance et équilibre dans ta vie.

À venir
février
2026



Samedi
20 septembre 2025



10.00 - 16.00 PM



2018 chemin de la Pointe,
St-Félicien

NICOLE SCOTT
Enseignante, médium,
numérologue, guide
et auteure

NADIA FORTIN
Intervenante et
conseillère en
lithothérapie



TA BANNIÈRE ICI !

Mets ton entreprise en lumière dans
Magazine La VIE

Infos & réservation: webmagazinela vie@gmail.com



**RADIO
ODYSSÉE**



DEVIENS ANIMATEUR RADIO ODYSSÉE

Radio Odyssee – La Voix du Vivant t'ouvre ses ondes.
Une radio libre, humaine, vibrante... où chaque voix compte.

- 👉 Tu rêves d'animer une émission ?
- 👉 Tu veux partager ton expertise, ton art, ta vérité ?

C'est le moment.

Radio Odyssee recherche de nouveaux animateurs passionnés pour des émissions régulières ou spéciales.

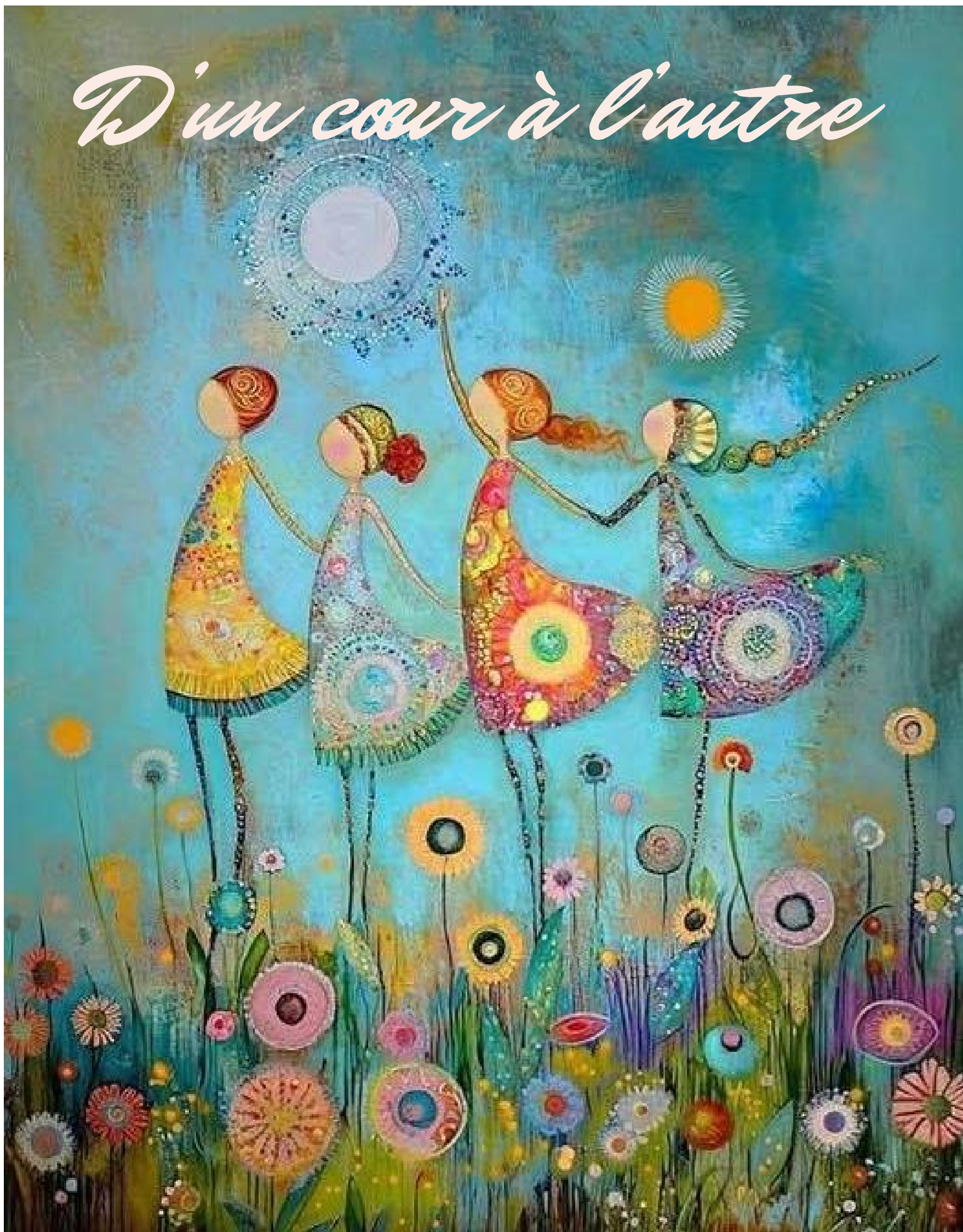
- ✓ Forfaits accessibles (dès 40 \$ / heure)
- ✓ Diffusion web, mobile, Alexa, téléphones
- ✓ Équipe éditoriale pour t'accompagner

Pose ta voix sur un média en pleine expansion.

✉ info@radioodyssee.com

(Objet : Animateur Radio Odyssee)

D'un cœur à l'autre



Peinture de l'artiste Kandy Myny.

Fréquemment, je pense à l'amitié profonde comme d'un lien miraculeux, celui d'où émane une connexion si spontanée, si instantanée, si authentique et surtout exempte de demandes et de tensions. Totalement fluide.

D'ailleurs, plusieurs déclarent même que c'est vraiment là une chose des plus étranges que juste en faisant une nouvelle rencontre, l'on puisse ressentir cette évidence mutuelle : — J'aime cet être et je le choisis comme ami !

Aussi simplement que de marcher près des fleurs et d'en sentir une qui me rende vraiment vivante à travers son parfum... sa beauté.

Selon la citation de Mark Twain, il est clair que « vos amis vous reconnaîtront mieux dès la première minute que vous les rencontrerez que vos connaissances ne vous reconnaîtront dans mille ans ! » Une certitude.

Quelle bénédiction !

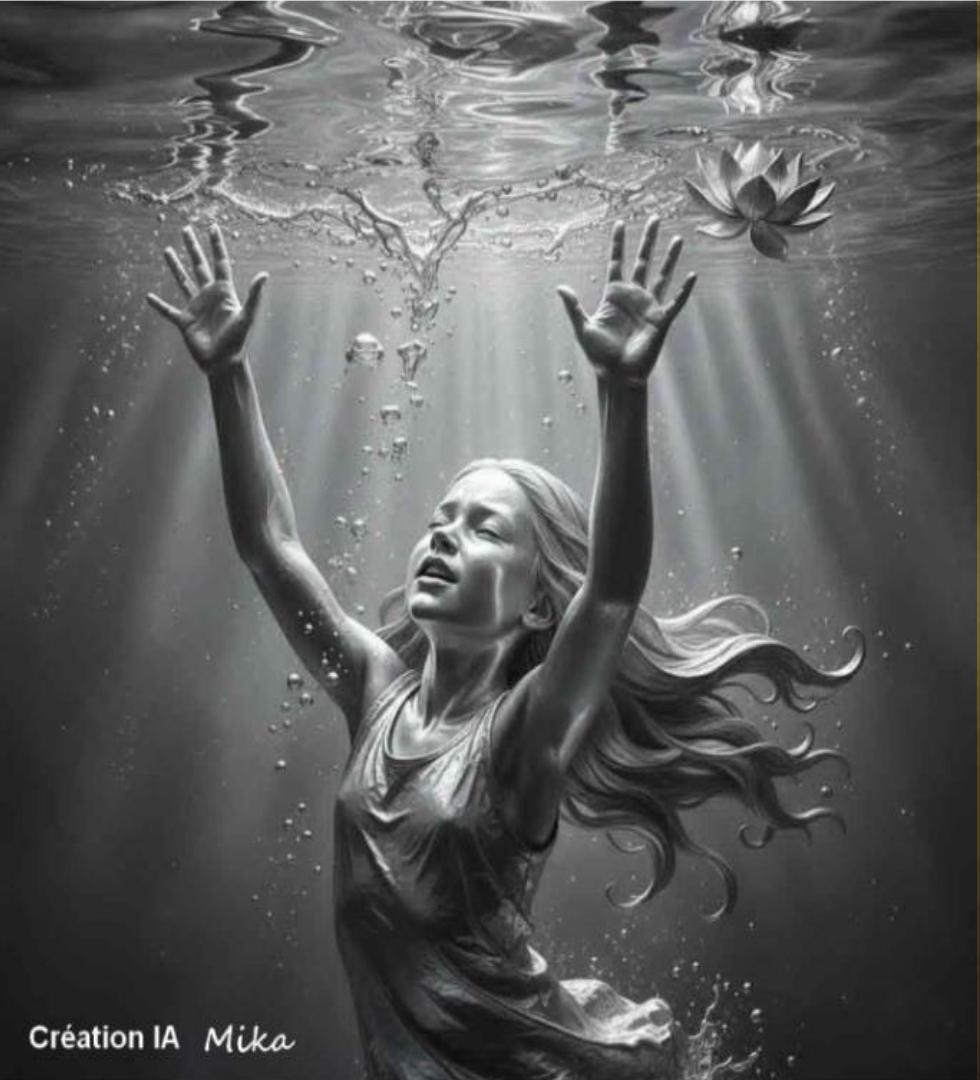


Ce genre d'amitié reste ancrée dans le cœur à jamais.

Merci à ces âmes sœurs qui jalonnent ma vie et restent gravées dans ma mémoire... pour toujours.

Inspiré d'Hantie et revisité par Christine Harmant.





Le temps qui nous est imparti

Yampa

Andrée Baribeau



Chaque matin

lorsque j'ouvre les yeux, je cultive toujours ce sentiment profond que j'éprouvais dans mon enfance; celui d'être éternelle. Bien sûr, dans ces temps glorieux de l'âge pur où le corps et l'esprit fusionnent encore harmonieusement, mon âme savait, même si je n'en étais pas vraiment consciente...

Avec l'adolescence et en tant que jeune adulte, ce sentiment d'invulnérabilité s'est changé malheureusement en témérité et m'a amené à dépasser mes limites ; je négligeais l'importance de la vie et la fragilité de mon corps. Une tristesse inconsciente se camouflait au plus profond de moi; je me sentais étrangère dans ce monde et je ne comprenais pas le but et le pourquoi de ma venue sur cette planète.

Vers cinq ans et vingt ans, j'avais failli me noyer et je n'avais ressenti aucune peur, seulement une espèce d'euphorie comparable à un sentiment de délivrance. Cette partie de moi espérait que la Faucheuse me prenne d'assaut et sans bavure.

Je défiais la vie. Heureusement, un ange protecteur veillait sur moi, et j'ai traversé toutes mes folies en conservant tous mes morceaux et mes facultés mentales. Bien des gens que vous connaissez n'ont pas eu cette chance. Bien évidemment, je confondais conscience et intensité de vivre.

Avec les années, ma vie intérieure a pris plus d'importance et ma vie extérieure s'est harmonisée avec celle-ci. J'ai donc donné un sens plus profond à ce voyage terrestre en mettant tout en œuvre afin de le réaliser avec sagesse. J'ai changé mes plans. Vivre pleinement en conscience en m'abandonnant à cette voix intérieure qui me murmure que nous sommes tous des âmes voyageuses qui retourneront à la maison dans l'esprit et la vibration dans lesquels elles ont vécu.

La réflexion de Gandalf dans le film Le Seigneur des anneaux m'a toujours inspirée :

Malgré les souffrances qui nous affligent et que nous ne pouvons changer, nous possédons le pouvoir de décider de ce que nous ferons du temps qui nous est imparti.



Le romarin

par Christine Harmant



Unsplash

Depuis quelque temps, j'expérimente des produits que je fabrique moi-même selon des recettes que je glane sur le Net... J'ai déjà concocté une recette contre le mildiou (rouille des feuilles), cette maladie qui s'attaque aux plants de tomates, une tisane au clou de girofle pour la peau et l'hygiène dentaire, un remède chasse-moustique, une tisane digestive... Bref, j'explore, j'essaie et j'utilise ces décoctions sur moi ou sur mes plantes. Aujourd'hui, je vous propose d'en apprendre un peu plus sur cet arbuste méditerranéen aux aiguilles persistantes, au parfum résineux et totalement reconnu pour ses vertus médicinales qu'est le Romarin, dont le nom latin *Rosmarinus* signifie « rosée des mers ». Magnifique !

Sachez qu'il n'est pas seulement qu'une herbe aromatique fréquemment utilisée en rôtisserie, notamment avec le poulet, le porc et l'agneau ! Il offre de nombreux bienfaits scientifiquement prouvés. Il stimule la digestion et les fonctions hépatiques, possède des propriétés antioxydantes et anti-inflammatoires, améliore la circulation sanguine et les fonctions cognitives comme la mémoire et la concentration. Il est aussi utilisé pour ses effets bénéfiques sur la peau et les cheveux, ainsi que pour soulager les douleurs rhumatismales et les maux d'hiver. Ses propriétés en font également un bon allié pour notre système nerveux. Pour le moment, je vous propose d'en apprendre un peu plus en ce qui concerne...

L'eau de Romarin

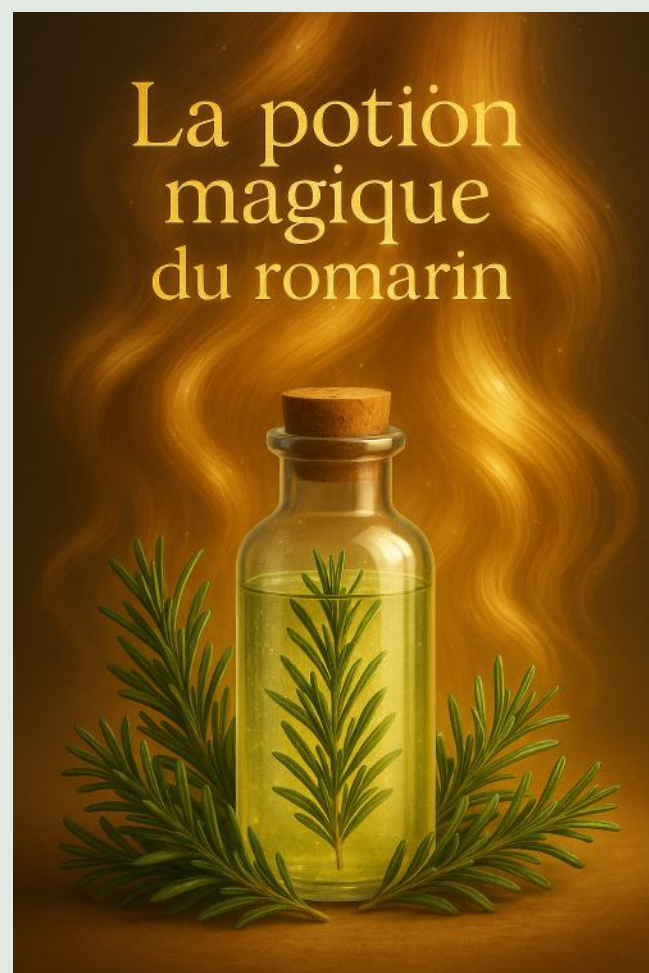


Voici enfin la potion magique, tellement simple que nos cheveux attendent désespérément. Et si la clé de cheveux plus épais, plus forts et plus brillants que jamais... poussait dans notre jardin ou sur notre balcon ? Oui, le romarin, cette herbe fantastique !

Son eau infusée, secret millénaire qui réveille les follicules, chasse les pellicules et redonne vie à notre crinière. Sans chimie, sans prix exorbitant. Juste grâce à la pure puissance de la nature.

Alors, sommes-nous prêt(e)s à transformer notre routine capillaire en conte de fées ? En tous les cas, je le suis...

Pourquoi le romarin offre-t-il une si grande protection aux cheveux ? Simplement, parce qu'il revitalise rapidement sa croissance. Il active la microcirculation du cuir chevelu et réveille les follicules endormis. Une étude de phytothérapie montre qu'il rivalise avec le Minoxidil (le traitement phare antichute). Il renforce les racines grâce à l'acide carnosique, un antioxydant de choc, il fortifie la fibre capillaire et réduit les cheveux cassants.



Allez hop ! Fini les bouchons d'évier pleins de cheveux !

Adieu la raie qui s'élargit, bonjour la densité qui reprend le dessus !

Terminé les pellicules et les démangeaisons, l'anti-inflammatoire combiné à l'antibactérien rend le cuir chevelu apaisé et surtout sans squame. Oui, ces genres de fines lamelles qui se détachent de l'épiderme...



Vive le pur bonheur en vaporisateur !



Non seulement cela retarde l'apparition des cheveux blancs grâce aux antioxydants combattant le stress oxydatif responsable du grisonnement, ainsi notre couleur naturelle dure plus longtemps, mais en plus, il lisse les écailles de nos cheveux et en prime, ceux-ci deviennent d'une brillance éclatante et d'une douceur si soyeuse.

Alors, voici la recette « à faire soi-même ». Rien de sorcier, je vous assure, juste un peu de romarin, de l'eau et c'est parti !

Ingédients

1 belle poignée de romarin frais (ou 2 cuil. à soupe de séché)

→ le must : bio ou non traité !

500 ml d'eau filtrée (évitez le calcaire).



Optionnel

3-5 gouttes d'he de lavande → apaisante, sent bon.

3-5 gouttes d'he de menthe poivrée → effet frais qui réveille le cuir chevelu !

Étapes

Écrasez doucement le romarin frais (avec un pilon ou le dos d'une cuillère) pour libérer ses huiles.

Faites frémir l'eau dans une casserole, jetez-y le romarin. Laissez mijoter 5-7 min à feu doux. Votre cuisine sent déjà le spa provençal...

coupez le feu, couvrez et laissez infuser 15-20 min → comme une bonne tisane !



Filtrez soigneusement (un tamis fin ou une étamine). Ajoutez les HE si besoin... **Versez** dans un vaporisateur propre (recyclé ou neuf). Conservez au frigo 7-10 jours.

Astuce futée

Congelez l'excédent dans des bacs à glaçons ! Un glaçon dans votre shampoing = boost instantané.

Comment l'utiliser ?

3 Méthodes Imbattables...

Massage quotidien express :

Vaporisez-le directement sur le cuir chevelu MOUILLÉ ou SEC.

Massez 2 min du bout des doigts. C'est comme un mini spa !
Pas besoin de rincer. Idéal le matin pour réveiller la crinière, ou le soir en rituel détente.



Après-shampoing qui fait briller :

Après votre shampoing, rincez vos longueurs à l'eau de romarin froide. Essorez, séchez et vous obtiendrez des cheveux soyeux et lumineux garantis !

Masque intensif « fin de semaine » :

Inondez votre cuir chevelu de potion.

Enveloppez vos cheveux dans une serviette chaude durant 30 min.

Rincez et un effet repulpant immédiat donnera de la vitalité à votre chevelure ! Pas plus d'une à deux fois par semaine max.





ATTENTION : les 4 pièges à éviter



Testez d'abord ! Une pulvérisation sur l'avant-bras pour vérifier les allergies, particulièrement lorsqu'il est combiné avec une huile essentielle (HE).

Évitez surtout les yeux, les HE piquent, oui oui ! **Femmes enceintes, allaitantes** : demandez l'avis de votre médecin avant l'utilisation.

Interactions médicamenteuses ? Si vous prenez des anticoagulants ou des médicaments pour la tension, parlez-en avec votre docteur puisque le romarin peut potentialiser certains effets...

Le secret ultime : la régularité ! Patience, résultats visibles en 6 à 8 semaines...
Moins de cheveux dans la brosse... Des racines plus solides... Une brillance à faire rêver...



Bonus Pro

Associez donc cette cure de bien-être du cheveu à une alimentation riche en zinc, en fer et en vitamines B (les cheveux adorent ça).

Bannissez le lissage ou la mise en plis... Ce sont des pratiques bien trop chaudes qui, pour maximiser l'effet, à répétition, abîment vos cheveux.



Pour finir, l'eau de romarin, c'est bien plus qu'un soin capillaire... C'est un rituel d'amour pour vos cheveux, écolo et économique. Une façon de reprendre le contrôle, de ralentir et de chouchouter votre crinière comme elle le mérite. Alors, paré(e) à tenter l'aventure ? Un atomisateur, un massage, et laissez la magie opérer...

Si votre romarin fleurit en pot, comme le mien, c'est un signe clair que vos cheveux vont adorer cette potion !



Il y a plusieurs semaines, une amie est passée la maison, me laissant quelques sachets de ce qu'elle appelait Ketone. Ok je vais voir, il y a tant de produits qui disent tous la même chose que j'ai pris les sachets je les ai rangés dans le tiroir.

Au bout de quelques jours, bon qu'est-ce que je fais avec ces produits. J'ai commencé à prendre un sachet à tous les jours et à ma grande surprise et bien ça fonctionne, c'est juste wow. J'ai beaucoup plus d'énergie, beaucoup plus de concentration et la perte de poids est remarquable aussi.

Tu veux en savoir plus au sujet des Ketone.

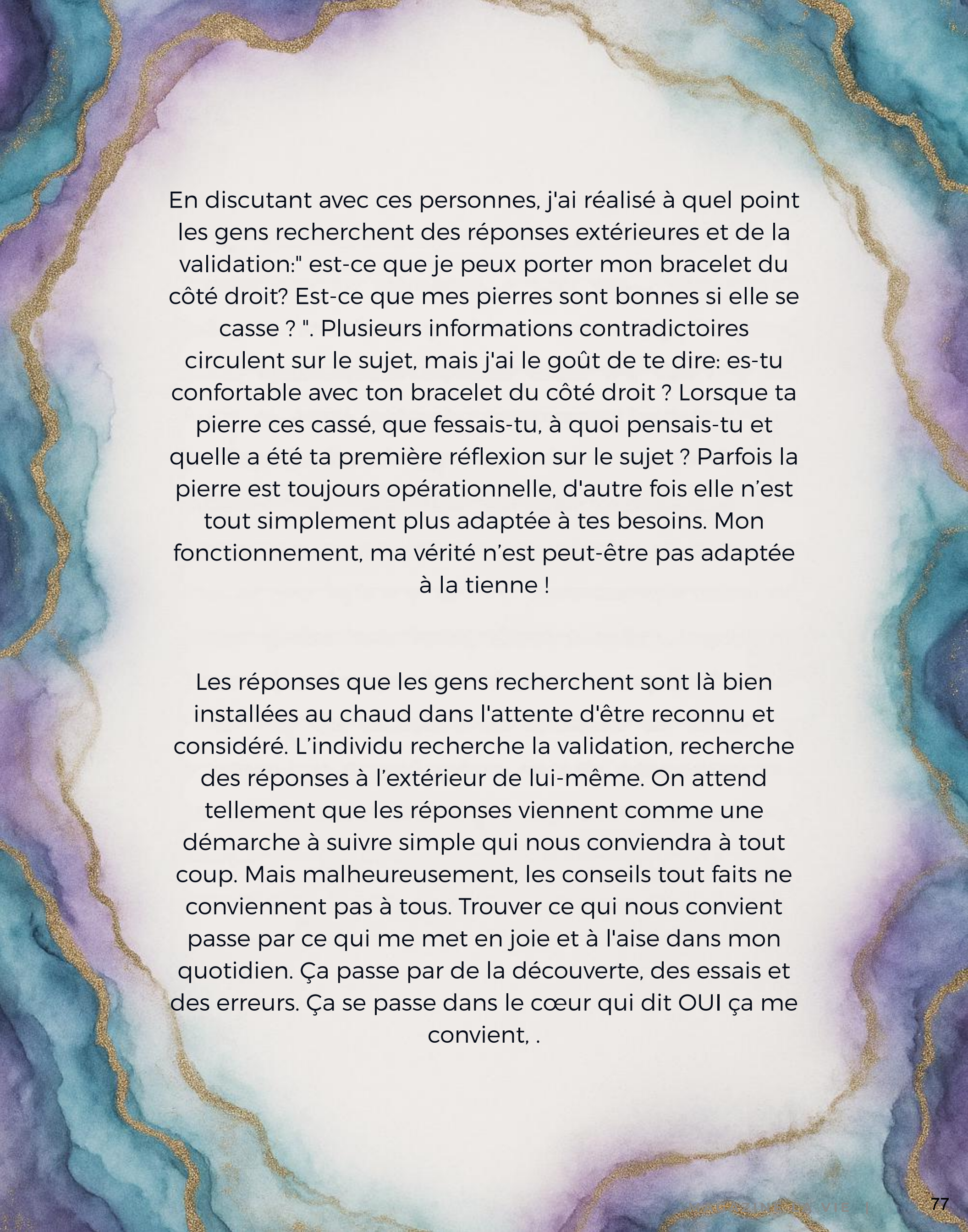
lessagespasversleveil@gmail.com

Ton pouvoir t'appartient...

Nadia



J'ai eu l'occasion de discuter avec plusieurs personnes de la lithothérapie et du bien-être en général cette fin de semaine lors d'un événement. Pour ceux qui ne savent pas ce qu'est la lithothérapie, ce sont des pierres que l'on utilise afin de nous apporter un support sur les plans émotionnel, physique, mental et énergétique.



En discutant avec ces personnes, j'ai réalisé à quel point les gens recherchent des réponses extérieures et de la validation: " est-ce que je peux porter mon bracelet du côté droit? Est-ce que mes pierres sont bonnes si elle se casse ? ". Plusieurs informations contradictoires circulent sur le sujet, mais j'ai le goût de te dire: es-tu confortable avec ton bracelet du côté droit ? Lorsque ta pierre est cassée, que fessais-tu, à quoi pensais-tu et quelle a été ta première réflexion sur le sujet ? Parfois la pierre est toujours opérationnelle, d'autre fois elle n'est tout simplement plus adaptée à tes besoins. Mon fonctionnement, ma vérité n'est peut-être pas adaptée à la tienne !

Les réponses que les gens recherchent sont là bien installées au chaud dans l'attente d'être reconnu et considéré. L'individu recherche la validation, recherche des réponses à l'extérieur de lui-même. On attend tellement que les réponses viennent comme une démarche à suivre simple qui nous conviendra à tout coup. Mais malheureusement, les conseils tout faits ne conviennent pas à tous. Trouver ce qui nous convient passe par ce qui me met en joie et à l'aise dans mon quotidien. Ça passe par de la découverte, des essais et des erreurs. Ça se passe dans le cœur qui dit OUI ça me convient, .

OUI cette idée est bénéfique pour moi. Le problème avec les conseils tout faits, c'est qu'ils nous déresponsabilisent, nous déconnectent et nous amènent à douter de ces réponses intérieures qui ne demandent qu'à être entendues. J'ai observé les gens aller vers la pierre dont ils avaient besoin du premier coup pour après se mettre à douter et mentaliser que ce n'est pas ce qu'ils recherchent. Mais quand il me demande de choisir pour eux en fonction de leurs besoins, on réalise que la réponse, il la détenait déjà pour la majorité

✨ Est-ce que cette action me convient ?

✨ Est-ce bon pour moi ?

✨ Cette information est-elle valide pour moi ?

La première idée est souvent la bonne et c'est lorsque l'on doute que l'on perd contact avec cette intuition. La voix de notre ressenti est subtile, mais elle est forte et assurée. Le mental lui doute, rumine, s'inquiète et divague. Faites-vous confiance ! Se référer est sage, tout le monde à besoin des autres pour s'élever, mais ne prenez pas tous les conseils aux pieds de la lettre sans considérer cette petite voix qui vous habite. Posez-vous la question en descendant dans votre cœur :

Cette information est-elle valide pour moi ?

Est-ce que cette action me convient ?

Est-ce que c'est bon pour moi ?

Certes cela demande de la confiance, de l'exploration et de la pratique, mais lorsque l'on s'y met, nous pouvons nous émanciper et être réellement soi dans son intégrité légitime sans dépendre de la validation des autres. Une amie m'a dit hier qu'il n'y a pas qu'une recette de smoothies qui est bonne et elle a bien raison. À toi de trouver celle qui goûte bon à tes yeux.

Bonne Découverte !



Bienveillance - Sincérité
Créativité - Confiance
Considération - Respect

Nadia Fortin
INTERVENANTE
RÉVÉLATRICE DE RICHESSE
INTÉRIEURE

nadiafortinintervenante.com
(418) 618-3181
Intervenante.nadiafortin@gmail.com

Quand l'espoir renaît après la violence



Josée

Je suis maman de quatre enfants. Aujourd'hui, j'ai aussi la grande fierté et le bonheur d'être grand-maman de six merveilleux petits-enfants. Ma famille est ma plus belle richesse, mon véritable nid d'amour.

Derrière ce grand bonheur, il y a aussi un chemin difficile que j'ai dû traverser. Pendant plusieurs années, j'ai vécu de la violence conjugale. C'est seulement après un long cheminement intérieur que j'ai pris la décision de me choisir enfin, de dire « non » et de mettre fin à ce cycle destructeur. J'ai eu recours à de l'aide : thérapie, groupes de soutien et beaucoup de travail avec mon moi intérieur.

Ces démarches m'ont permis de retrouver confiance, de comprendre ma valeur et de rebâtir une vie plus saine, pour moi et pour mes enfants. Ce processus n'a pas été facile, mais il a été essentiel pour me libérer et retrouver la paix intérieure. Si je témoigne aujourd'hui, c'est dans l'espoir de semer un peu de lumière, de force, de persévérance dans le cœur de celles et ceux qui vivent, ou qui ont vécu, des épreuves semblables. **À suivre**

OUI, il est possible de se relever, de retrouver la paix et de bâtir un avenir rempli d'amour.



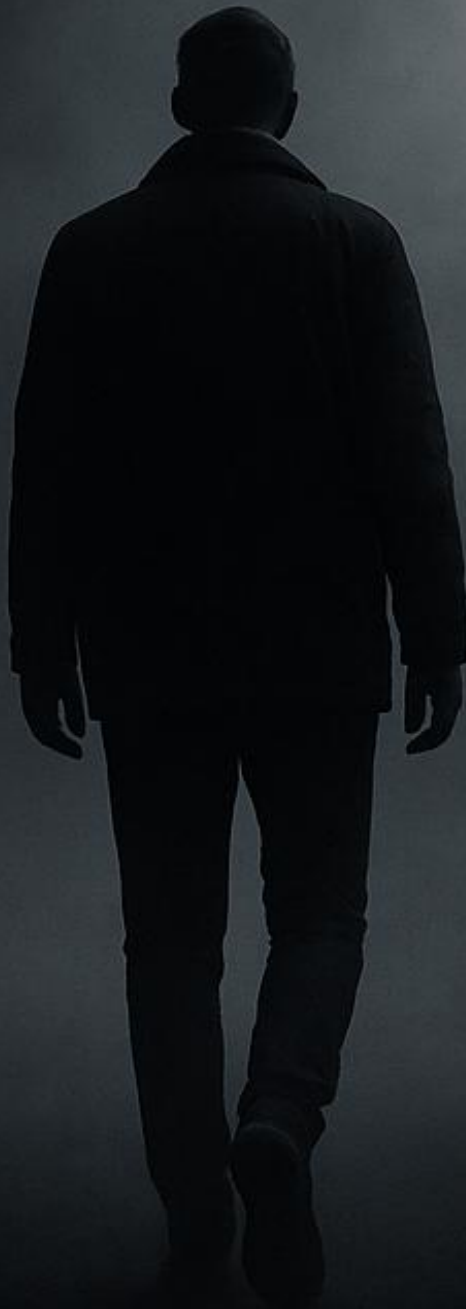
HOTEL DU JARDIN
1400 BD DU JARDIN
SAINT-FÉLICIEN: QC G8K 2N8
14, 15, 16 NOVEMBRE 2025

Sonia Milliard
FONDATRICE ET ORGANISATRICE
DU CONGRÈS
UNIVERS HOLISTIQUE

Universholistique.ca

Brouillard de confusion

Se séparer lorsqu'on a de jeunes enfants est une décision qui bouleverse une vie entière. Dans l'ère d'aujourd'hui, on en parle souvent, mais rarement du point de vue de cette inquiétude invisible qui s'installe et qui peut habiter un parent bien au-delà du moment de la rupture. C'est cette réalité que je souhaite aborder ici, à travers mon propre parcours.



Ally

Après plus d'une dizaine d'années à partager mon quotidien avec une personne qui m'était chère, et qui le saura toujours par son rôle auprès de nos enfants, j'ai dû me rendre à l'évidence, l'amour n'y était plus. Pire encore, cette relation s'éteignait peu à peu. Est-ce uniquement sa responsabilité ? Bien sûr que non. Mais je savais que la personne que je souhaitais devenir ne trouvait plus aucun épanouissement dans cette vie à deux. Prendre la décision de me séparer a demandé un recul immense. Comme beaucoup de parents, j'avais rêvé de partager chaque moment unique avec mes enfants. Imaginer vivre seulement la moitié de leurs enfances m'a longtemps semblé insurmontable. Malgré tout, il a fallu affronter la réalité.

La rupture, dans mon cas, s'est d'abord faite de façon relativement calme. Certes, il y a eu des événements qui ont apporté son lot de tensions puisque même avec les meilleures intentions, une séparation reste une période où l'on peut blesser l'autre malgré soi. Une fois la décision prise, j'avais l'impression que nous parvenions à former une équipe encore solide, centrée sur le bien-être de nos enfants. Puis, sans prévenir, tout a changé.

Aussi brutalement qu'un accident de voiture, je me suis retrouvée devant un inconnu. Le père de mes enfants, qui semblait jusqu'à là trouver un nouvel équilibre comme moi, m'a soudainement effrayée. Sans entrer dans les détails, il est passé de partenaire parental à adversaire par des menaces semi-voilées sur ma capacité à conserver la garde de mes enfants, une volonté de contrôle dans nos communications, des tentatives de discréditations auprès de proches, de l'intimidation, des exigences persistantes, des délais de réponses interminables, etc.



Heureusement, il semble jusqu'ici épargné les enfants de ce climat entre nous. Mais je sais que d'autres parents n'ont pas cette chance, et que les enfants pris dans ce feu croisé en sortent profondément déchirés. Comment peuvent-ils choisir entre l'un ou l'autre de leur parent alors qu'ils sont la moitié de l'un et de l'autre pour former leur tout magnifique ? Bref, ceci est un autre sujet, mais il n'en demeure pas moins préoccupant. Tel qu'abordé, mes enfants ne manifestent rien de plus perturbant que ce qu'apporte déjà la séparation en soi.



Mais pour moi, une torture insidieuse s'installe, celle de la peur. Je ne reconnais plus l'homme avec qui j'ai vécu tant d'années, et pourtant je dois continuer de collaborer avec lui pour le bien-être des enfants. La confiance qui résulte des nombreux moments partagés est pratiquement et complètement disparue.

L'instabilité et l'imprévisibilité de la situation ne font qu'exacerber mes craintes. Dans ce nouveau brouillard de confusion, la perte de repères est énorme.

On s'adapte à des variations d'humeur constantes, tout en tentant de préserver nos propres humeurs personnelles pour ne pas ternir la relation davantage. On en vient à douter de nos propres perceptions : est-ce moi qui traite l'information de façon trop intensive, ou est-ce réellement inquiétant ? On questionne alors notre entourage. Certains disent qu'il est légitime de s'inquiéter, d'autres affirment que nous ne devrions pas trop nous en faire et nous demandent de rester vigilants pour la sécurité de nos enfants.

Mais si nous osons exprimer nos inquiétudes, aux yeux de certains, nous paraissions hyper vigilants alors qu'aux yeux de d'autres nous n'agissons pas assez rapidement. Alors comment raisonner adéquatement ?

Du jour au lendemain, la personne qui partage vos responsabilités parentales est celle qui perturbe au plus haut point votre sentiment de sécurité. Puis, malgré toutes ses variations de peur et d'insécurité, vous vous devez de lui laisser ce que vous avez de plus précieux, vos enfants. Vous comprenez cet élément, il est leur père, vous ne souhaitez pas briser leur lien. Mais, il n'y a-t-il rien de pire que les doutes ?



« Et si » ...c'est de simples petits mots qui envahissent désormais votre esprit dès que vos enfants ne sont pas à vos côtés. Pour ceux qui pourraient mal entrevoir mes propos, voici une petite mise en contexte pour vous aider à réfléchir. Par des échos extérieurs, vous entendez dire que la personne qui s'occupe de vos enfants est perturbée, confuse, envahie. Vous n'avez jusqu'ici constaté aucune perturbation majeure sur vos enfants. Mais soyez honnête, n'auriez-vous pas des appréhensions de lui laisser à nouveau vos précieux malgré tout ?

Comment faire pour départager les différents visages qui peuvent cohabiter chez une même personne et connaître leurs réels impacts sur ses capacités ? C'est pourtant ce que la société semble demander. On se doit de faire la part des choses, et cela me semble injuste dans certaines situations.



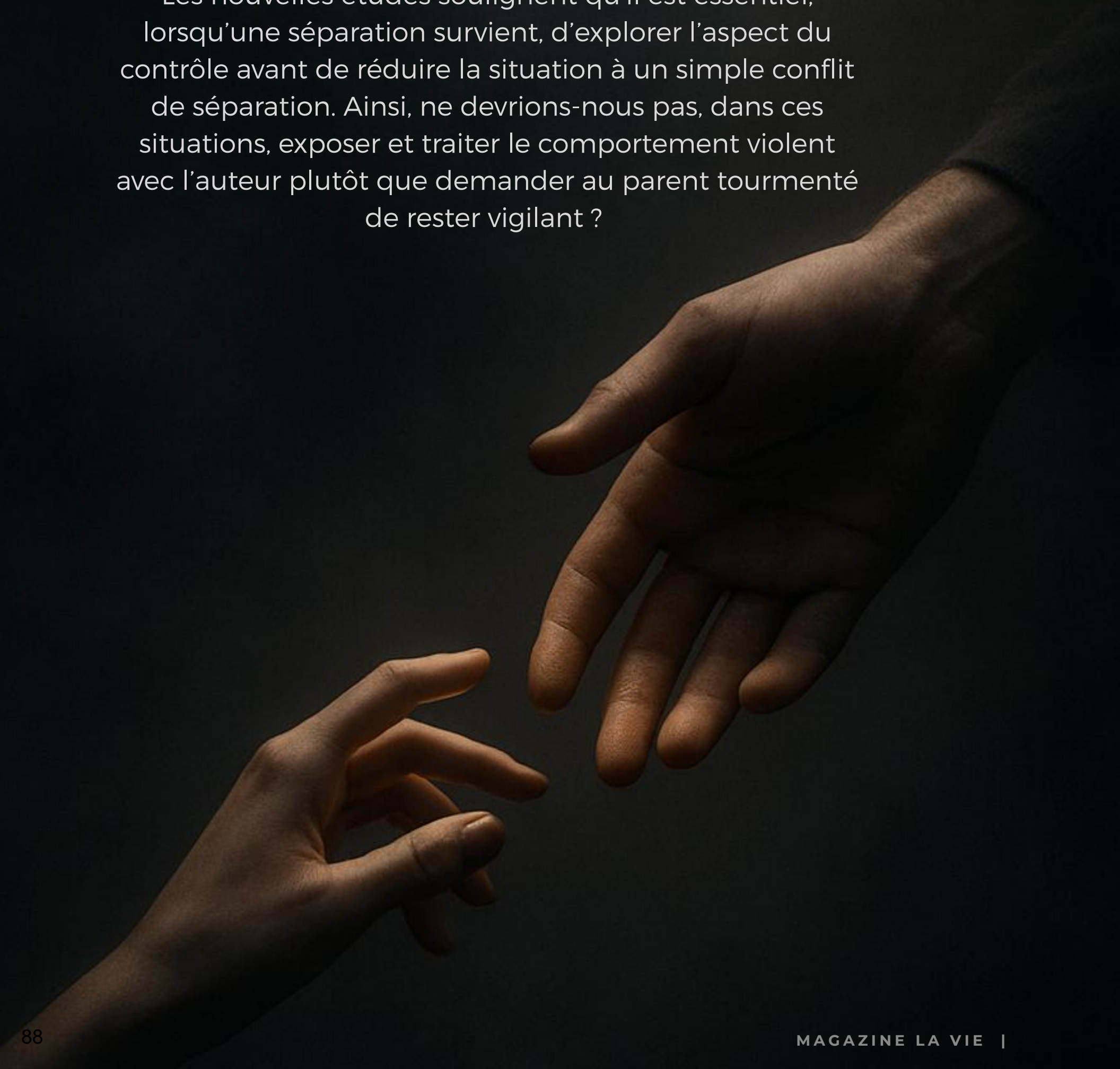
Dans cette peur, on me mentionne que ma situation est un conflit de séparation.

Et c'est cette affirmation qui m'amène au cœur de mon sujet initial. On m'a dit qu'il suffit qu'une seule personne entretient le conflit pour que la situation soit qualifiée de conflit de séparation. Mais n'est-ce pas injuste de mettre sur le même plan celui qui agit et celui qui se contient par peur de déclencher davantage de représailles ? Les désaccords existent dans toutes les familles, même les plus unies. Et oui, une séparation peut raviver les émotions et les divergences. Mais jamais, en aucun cas, la recherche de contrôle, la volonté de rabaisser l'autre et tout autre geste similaire ne devraient être justifiées par les émotions vécues. Pourquoi est-ce à celle qui a peur de tempérer les informations et de vivre avec un sentiment de culpabilité lorsqu'elle imagine le pire ? N'est-ce pas un comportement normal lorsqu'on se sent menacé pour son intégrité, sa sécurité, son bien-être ?

À ce titre, on m'a demandé qui avait pris l'initiative de la séparation. J'ai répondu que c'était moi. Certains y ont vu une explication aux comportements de mon ex-conjoint, comme si la surprise de la séparation rendait ses gestes plus compréhensibles. Mais la vérité me paraît bien simple, peu importe qu'on soit celui qui mène la séparation ou celui qui la subit, cela ne peut en rien légitimer de tels comportements. Je trouve dommage que l'on reste encore trop souvent prisonniers d'étiquettes tel qu'il soit normal pour un homme de réagir par plus de comportements violents, ou encore qu'il soit normal pour une femme de réagir davantage sur le plan psychologique (manipulations, discréditations, etc.).

Or, aucun de ces comportements ne devrait être considéré comme acceptable. Tous deux sont répréhensibles et particulièrement destructeurs en présence d'enfants. Ces généralisations banalisent des comportements graves et invisibilisent une dynamique de domination qui dépasse largement le simple conflit.

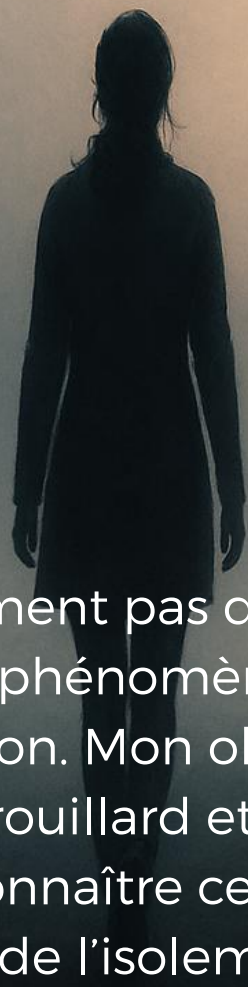
Les nouvelles études soulignent qu'il est essentiel, lorsqu'une séparation survient, d'explorer l'aspect du contrôle avant de réduire la situation à un simple conflit de séparation. Ainsi, ne devrions-nous pas, dans ces situations, exposer et traiter le comportement violent avec l'auteur plutôt que demander au parent tourmenté de rester vigilant ?



En 2025, notre société est-elle encore trop tolérante envers certaines formes de violence invisible ? Bien sûr, nous avons fait des avancées comme la lutte contre l'intimidation à l'école, la reconnaissance des féminicides, etc. Mais je me demande si, profondément, nous continuons à banaliser ce qui n'est pas assez spectaculaire. Notre regard sur la violence reste trop souvent sélectif, à mon avis. Certaines formes visibles suscitent l'indignation immédiate. D'autres, plus insidieuses, comme la manipulation psychologique, le contrôle financier, la surveillance des communications, la discréditation, etc. sont souvent minimisées, banalisées ou interprétées comme des réactions possiblement normales aux tensions de la séparation, par exemple.

Cette tolérance implicite a un coût réel, elle laisse des parents vulnérables face à des situations qui peuvent miner leur bien-être émotionnel, leur confiance et leur sécurité. Les enfants en sont souvent affectés puisque les parents n'ont pas la même disponibilité pour eux, et ce, que ce soit pour le parent qui entretient une haine envers l'autre ou pour le parent qui subit des représailles. Cette tolérance semble conserver l'idée qu'il existe des violences plus acceptables, voire qui peuvent ou doivent être tolérées, pour un certain temps, selon le genre ou le rôle de la personne. Alors qu'au fond, toutes les formes de domination et de manipulation sont destructrices peu importe leur niveau de perturbations.





Je n'ai malheureusement pas de finalité ou de piste d'intervention révolutionnaire à ce phénomène qui semble, à ma connaissance, prendre de l'expansion. Mon objectif ici était d'abord de nommer l'existence de ce brouillard et de dire à ceux qui le vivent, vous n'êtes pas seul. Reconnaître cette peur, c'est déjà un premier pas pour sortir de l'isolement qu'elle nous apporte

Mais au-delà des parcours individuels, il y a une responsabilité collective. En tant que société, nous devons apprendre à mieux reconnaître les formes invisibles de violence et à ne plus les tolérer. Nous devons soutenir différemment les parents dans ces passages fragiles, reconnaître que leur ressenti est légitime, leur apprendre à se protéger et aborder directement avec l'auteur l'intolérable de son attitude, de son comportement et de ses gestes, aussi « minimes » puissent-ils sembler. Parfois, les deux parents sont auteurs de cette dynamique malsaine, et il me semble nécessaire de l'aborder directement avec eux également, en leur rappelant à parts égales leur responsabilité. Toutefois, lorsqu'un débalancement du pouvoir et une dynamique de contrôle sont perçus, il m'apparaît essentiel de le nommer clairement, de l'encadrer et même de le sanctionner au besoin. Ne rien dire, ou demander au parent fragilisé d'assurer une vigilance, c'est contribuer à l'invisibilité et donc à la banalisation de ces violences. Or, chaque silence entretient le cycle et fragilise encore davantage ceux qui essaient simplement de trouver un nouvel équilibre, de se reconstruire et de protéger leurs enfants.



Alors à toi pour qui ce texte résonne,
je suis là.

En réalité, nous sommes là,
et nous te voyons
à travers tout ton brouillard.



Numérologie d'Octobre 2025

Vibration universelle du mois : 9

$$\begin{aligned}\text{Octobre} &= 10 \rightarrow 1 + 0 = 1 \\ \text{Année 2025} &= 2 + 0 + 2 + 5 = 9 \\ 1 + 9 &= 10 \rightarrow 1\end{aligned}$$

Octobre 2025 vibre sur l'énergie du 1 ; un cycle qui s'ouvre, une renaissance après un dépouilement. C'est un mois pour oser repartir à neuf, initier et poser de nouvelles bases.

Énergie dominante => clarté, affirmation de soi

Défi => éviter l'impatience ou le désir de tout contrôler

Clé => agir avec authenticité, planter des graines nouvelles

Selon ton chemin de vie en Octobre

Chaque chemin de vie recoit une couleur unique pour ce mois d'Octobre. Découvre ton message personnel et incarne-le pleinement:

Chemin 1

Ton mois 1
L'univers t'invite
à incarner ton
leadership et tes
idées neuves.

Chemin 2

Ecoute ton
intuition et
recherche les
alliances justes.
Ne reste pas isolé.

Chemin 3

Exprime-toi, crée,
mets des couleurs
dans ta vie. Les
mois sont guérison
son.

Chemin 4

Organise-toi.
Mets en place
des structures
solides pour
ton futur.

Chemin 5

Attends-toi à des
changements
soudains. Ose
sortir des
routines.

Chemin 6

Mets l'accent sur
l'équilibre familial
et affectif.
Ne prends pas tout
sur tes épaules.

Chemin 7

Octobre est une
invitation à la
réflexion, à
l'étude et au
retour vers
l'essentiel.

Chemin 8

Mises en lumière
de ton rapport à
l'argent et au pouvoir.
Ose entreprendre
mais reste intègre.

Chemin 9

Mois de clôture.
Libère ce qui n'a
plus sa place
pour accueillir
le neuf.

Horoscope d'Octobre 2025

Énergie générale du ciel



Éclipse partielle de Lune en Bélier
(17 octobre) Révélation, fin de cycle
émotionnel, intensité relationnelle.



Soleil en Balance jusqu'au 22
puis en Scorpion. Équilibre relation-
nel d'abord, puis plongée en profondeur.



Mars en Cancer Émotions fortes
besoin de protéger ce qui compte
vraiment.



Jupiter en Gémeaux Ouverture
intellectuelle, communication amplifiée.



Jupiter en Gémeaux Allège,
simplifie, organise

Horoscope d'Octobre 2025

Énergie générale du ciel

Bélier

Octobre t'invite à ralentir. L'éclipse touche ton signe : c'est une renaissance émotionnelle. Laisse tomber les vieilles colères.

♉ Taureau

Un mois d'ajustements intérieurs. Tu bâtis plus solide en toi, quitte à dire adieu à de vieux schémas affectifs.

Gémeaux

Jupiter illumine ton signe: nouveaux projets, créativité, rencontres inattendues. Ose élargir tes horizons.

♋ Cancer

Mars chez toi : émotions intenses. Canalise-les dans l'art, l'amour ou les soins. Protège-toi des débordements familiaux.

Horoscope d'Octobre 2025

Énergie générale du ciel

Lion

Un mois de recentrage. Les relations demandent plus d'authenticité. Choisis la vérité plutôt que l'orgueil.

♍ Vierge

Octobre te demande de purifier ton quotidien. Simplifie, allège, organise. Moins de tâches, plus d'espace intérieur.

Balance

Ton mois de rayonnement. Jusqu'au 22, le Soleil éclaire tes relations : moment idéal pour dire ta vérité avec douceur.

Scorpion

À partir du 23, le Soleil entre dans ton signe : renaissance profonde. Tu retrouves ton pouvoir d'âme.

Horoscope d'Octobre 2025

Énergie générale du ciel

Sagittaire

L'éclipse secoue ton secteur des racines : famille, foyer, passé. C'est le moment de couper des liens devenus lourds.

Capricorne

L'éclipse secoue ton secteur des racines : famille, foyer, passé. C'est le moment de couper des liens devenus lourds.

Verseau

Communication, contrats, rencontres stimulantes. Attention à la dispersion. Choisis 1 projet clé et va jusqu'au bout.

Poissons

Le mois te ramène à tes valeurs profondes. Finances, estime de soi, énergie vitale : recentre-toi sur l'essentiel.



Résumé pour Octobre 2025

Un mois de dépouillement actif :
on lâche le faux (éclipse
+ vibration 1),
on se recentre sur l'essentiel
(Soleil Balance → Scorpion),
et on ose planter
des graines neuves.

Un mois exigeant...
mais porteur de renaissance.





Académie Nicole Scott



Enseignante, Guide, Messenger, Numérologue, Auteure

Danny Levesque Équilibriste de l'Âme

PRENDRE CONSCIENCE QUE TOUT PART DE SOI

✓ Le Mot Clé des expériences vécues

✓ Accompagnement énergétique

✓ Harmonisation des lieux

✓ Harmonisation de l'être

✓ ADN du qui Je Suis

✓ Liens énergétiques

✓ Numérologie

✓ Atelier / Retraite
Voyage

Académie ouvre ses portes
Émission de radio
sur Radio Odyssée



NICOLE SCOTT

📞 418-956-6989



🌐 www.academienicolescott.com

✉ academienicolescott@gmail.com

✉ lessagespasversveille@gmail.com

Académie
Nicole Scott

12 Escales

POUR RESPIRER L'HUMAIN

Chaque 1er du mois, un texte court pour te recentrer
sans étiquette, sans croyance imposé, juste L'essentiel

Du 1er octobre 2025 au 1er septembre 2026,
Magazine La VIE présente une série de 12 textes



À collecter mois après mois (1/12 → 12/12)

Magazine LA VIE radioodyssee.com

Première escale (1/12)

Quand le monde se tient dans un souffle

Il y a ce moment que personne
n'a inventé.

Il arrive sans prévenir, entre
deux pas,
entre deux battements de
cœur.

C'est parfois au coin d'une rue,
dans l'éclat d'un rire d'enfant,
ou dans la caresse d'un vent
qui ne demande rien.

Ici, les couleurs n'ont plus de
frontières.

Blanc, rouge, vert, jaune, ou
teinte qu'aucun mot ne sait
nommer.

Ici, les histoires de naissance
ou d'étoiles ne comptent plus.

Tu es.
Simplement.

On croit souvent qu'il faut un
grand projet pour exister.

Qu'il faut prouver, défendre,
s'expliquer.

Mais le monde entier respire
déjà en toi.

Tu n'as pas à signer ta
présence.

Aujourd'hui, regarde :
l'arbre qui ploie sous la pluie,
le chat qui traverse la rue,
la main qui se tend,
tout parle la même langue
silencieuse.

Et si nous étions tous ce même
battement,
peu importe d'où nous venons,
peu importe ce que nous
croyons ?

Ferme les yeux.
Écoute.

Le Vivant te murmure :

Bienvenue chez toi.

REMERCIEMENTS — Édition 15 juin au 15 juillet

Merci de vous être récolté.

Merci d'avoir parcouru ces pages.

D'y avoir cueilli un mot, un élan, une question peut-être.
Chaque contribution, chaque lecture, chaque silence entre
les lignes a permis à cette édition d'exister.

La VIE n'est pas un magazine comme les autres.
C'est un espace où tu as le droit d'être sans prétention.
D'être profondément vivant·e. Même dans l'inconfort.
Même dans le doute.

**Alors à toi qui as lu jusqu'ici :
merci d'être ce souffle-là.**



On se retrouve bientôt. Pour une nouvelle traversée, un
nouveau pas vers soi.



En attendant... respire.
Récolte.
Et vis.



**Avec gratitude,
— L'équipe de La VIE** 

Merci aux rédacteurs de cette édition :



**MARIO J'M
CHRISTINE HARMANT
NICOLE SCOTT
NADIA FORTIN
ANNIE POITRAS
AMÉLY PAQUET
CHRISTINE VERRET
DANNY LEVESQUE
YAMPA ANDRÉE BARIBEAU
JOSÉE
ALLY
MEAGAN**





**« Et si le dépouillement était un art
sacré ? »**

**Et si tu n'avais plus besoin d'être «
prêt » pour t'offrir entier au Vivant ?
Et si ce mois-ci, au lieu de chercher à
faire plus...**

**tu apprenais à faire place ?
Dans la lenteur des feuilles qui
tombent,
dans le vent qui souffle un peu plus
fort,**

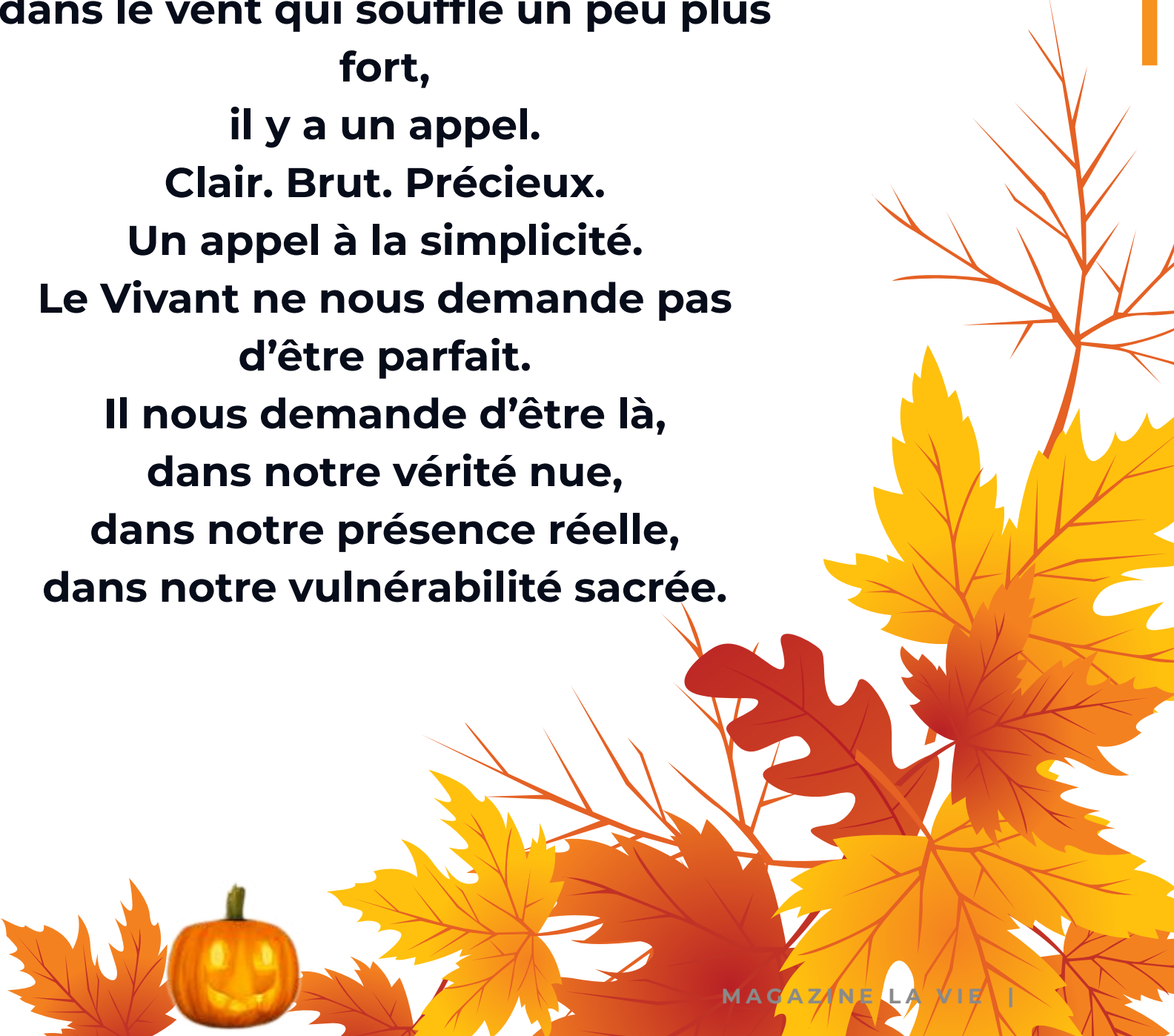
il y a un appel.

Clair. Brut. Précieux.

Un appel à la simplicité.

**Le Vivant ne nous demande pas
d'être parfait.**

**Il nous demande d'être là,
dans notre vérité nue,
dans notre présence réelle,
dans notre vulnérabilité sacrée.**



Congrès Univers Holistique

Universholistique.ca

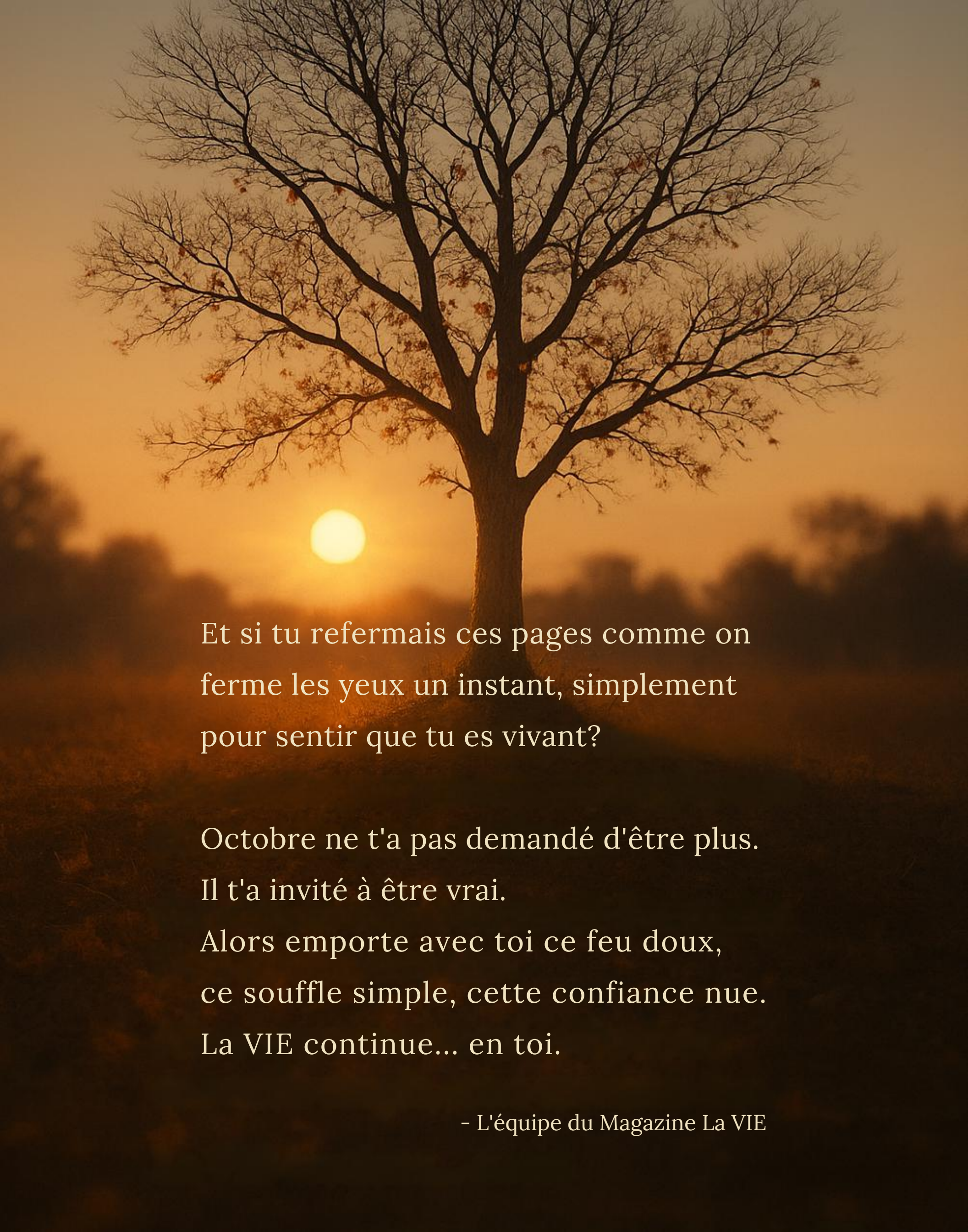


HOTEL DU JARDIN

1400 BD DU JARDIN

SAINT-FÉLICIEN: QC G8K 2N8

14, 15, 16 NOVEMBRE 2025



Et si tu refermais ces pages comme on
ferme les yeux un instant, simplement
pour sentir que tu es vivant?

Octobre ne t'a pas demandé d'être plus.
Il t'a invité à être vrai.
Alors emporte avec toi ce feu doux,
ce souffle simple, cette confiance nue.
La VIE continue... en toi.

- L'équipe du Magazine La VIE