

 15 audios en 15 jours
Chaque matin, un audio
de 10-15 min pour
souffler, tout de suite.

BONUS



Les histoires Crustachill
Les 15 histoires du holiday
book en audio, pour
savourer encore plus



**Tu choisis ta date de
départ
C'est toi qui déclenches le
programme. Liberté totale.**

 Tu écoutes à ton
rythme
En sirotant un café,
en marchant, ou en
laissant ton mental
faire la planche.



**Accès pendant 1 an
Pour recommencer
quand tu veux.
Ou juste te refaire
du bien.**

-  Le Holiday Book Crustachill
- Le pacte de vacances mentales (oui, à signer)
 - 116 pages pour déconnecter en douceur
 - Des histoires rafraîchissantes d'animaux en reconversion
 - L'échelle de Crustachill (charmante et libératrice)
 - Des questions qui éveillent sans brusquer
 - Des espaces pour ne rien faire (et c'est parfait comme ça)

 Tu vis tes vacances
autrement
Un fil rouge intérieur, doux,
drôle, profond. Zéro pression.
100 % toi.