

La méthode IRIS
Retrouvez la sérénité par les couleurs

La méthode

Le plan



Le plan

Partie 1 : La méthode

- Présentation
- Les étapes
- Le cercle des couleurs
- Couleurs et croyances

Partie 2 : Les couleurs

- Le rouge
- Le orange
- Le jaune
- Le vert
- Le cyan
- Le bleu
- Le violet
- Le magenta

Partie 3 : Les tests

- Préambule
- Test 1
- Test 2
- Test 3
- Test 4
- Test 5

Bonus : Ebook " principes de chromothérapie"

