



Mind Hack

4 Cheat Codes
Neuroscientifiques pour Se
Libérer et Vivre Pleinement



Kenza Moussaoui

Bienvenue dans Mind Hack

Bonjour et bienvenue 🌟

Je suis **Kenza**, praticienne en neuropsychologie, spécialiste des sciences cognitives appliquées à la transformation personnelle, et fondatrice de **MindlyHub**.

Si tu es ici, c'est que tu ressens peut-être une fatigue mentale, une pression invisible, ou une envie profonde de reprendre le **pouvoir** sur ta vie.

Peut-être que tu as l'impression de porter des poids que tu ne comprends pas toujours. Ou que tu avances avec des schémas intérieurs qui te bloquent, te freinent, te coupent de toi-même.

Cette formation est une expérience de **reconnexion**, un chemin **d'émancipation** et **d'alignement** fondé sur ce que nous savons de plus solide aujourd'hui :

→ **le fonctionnement réel de ton cerveau, de ton système émotionnel, et de tes schémas inconscients.**



Se libérer, guérir et incarner pleinement sa vie en 4 modules

01

Comprendre
son cerveau
pour
reprendre le
contrôle

02

Pression
sociale,
perfectionnisme
et syndrome de
l'imposteur

03

Reprogrammer
ses schémas
inconscients
(traumas,
blessures, auto-
sabotage)

04

Se reconnecter
à soi :
émotions,
intuition et
identité
profonde



Pourquoi cette formation ?

Parce que nous vivons dans une époque où tout va très vite. Les réseaux, les attentes, la réussite, l'image, la comparaison...

Mais peu de choses nous apprennent à habiter notre mental, notre corps, notre cœur.

Cette formation te propose 4 modules puissants, construits comme des "cheat codes" pour t'aider à :

- Comprendre ton cerveau et retrouver la maîtrise de ton esprit
- Te libérer de la pression sociale et du besoin de validation
- Identifier et transformer les schémas issus de traumatismes
- Revenir à ton intuition, ton authenticité, ta sagesse intérieure
- Créer une vie plus alignée, sereine et pleine de sens



Ce que tu vas vivre concrètement

Des exercices
puissants issus
des neurosciences,
de la psychologie
et du coaching
transformationnel

Des audios
guidés pour
reprogrammer
en profondeur

Un espace
pour poser tes
réflexions, tes
déclics, et tes
avancées



Une promesse simple

Tu n'as pas besoin d'être parfait·e, ni de tout comprendre.
Tu as juste besoin d'être présent·e, curieux·se, honnête avec toi.

Je serai avec toi à chaque étape, comme une guide douce et exigeante, pour t'aider à voir clair, te choisir, et avancer avec plus de conscience.

Prends une grande respiration.

Ferme les yeux un instant.

Tu es exactement là où tu dois être.



On commence ?



Votre nouvelle vie commence maintenant

Kenza Moussaoui

