





How to get started? To choose your language, press  and  simultaneously for 3 seconds. Repeat the procedure until you obtain your language.



And find us on page 4!



C'est votre première utilisation ? Pour choisir votre langue, appuyez simultanément pendant 3 secondes sur  et . Renouvelez cette manipulation jusqu'à obtenir votre langue.



Et retrouvez-nous page 12 !



Ist dies Ihre erste Benutzung? Um Ihre Sprache zu wählen, drücken Sie gleichzeitig 3 Sekunden lang auf  und auf . Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis Sie Ihre Sprache erhalten haben.

Sie finden uns auf Seite 20 wieder!



Hoe begint u? Om uw taal te kiezen, drukt u tegelijkertijd op  en  gedurende 3 seconden. Herhaal deze procedure totdat u uw taal hebt gekozen.

En vind ons op pagina 28!



With **Morphée Zen**,
find **calm** and **serenity** at any moment.

Its **72 5-minute sessions** will accompany you
throughout the **day**, whenever you **feel stressed**,
or feel the need to take a **break**.

Morphée Zen was entirely designed by a team
of **meditation, sophrology** and **relaxation professionals**.

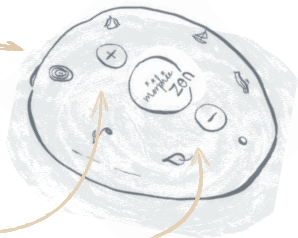
To begin your experience, **plug in the headphones** and just **follow the guide!**

Summary

How does Morphée Zen work?	P6
The secrets of Morphée Zen	P7
Themes and sessions	P8
Contact us	P11
Legal Notice	P36

How does Morphée Zen work?

1. Plug in the **headphones** here.
2. Press on the central button, to **switch on** the pebble.
3. Press on the **6 icons** to choose a **theme** and follow the guide.
4. Adjust the **volume** here.
5. Press on the central button to **pause** a session and to **resume playing it**.
6. To select **the next session in the theme**, press once on the icon of the selected theme.
7. To **switch off** your pebble, press and hold the central button **3 seconds**.



72 audio sessions divided into **6 themes**:



Deep
Relaxation



Immersive
Journeys



Dynamic
Relaxation



Sounds of
Nature



Relaxing
Music



Chrono Zen
Sessions

The secrets of Morphée Zen

• My favorite voice

Choose your guide's voice:

feminine or **masculine** by simultaneously pressing (2 seconds) on the "+" and the "-" signs.

• My favorite session



Is there a **session that you enjoy the most?**

Press and hold one of the **theme** icons for 2 seconds while it is playing to bookmark the session!

The next time you use the pebble, this **bookmarked session will be the first to play.**

- At the end of a session, **the pebble goes into standby mode and switches itself off after 5 minutes.**

The battery Morphée Zen

- **Battery-life:** 2 hours in play mode.
- **Charging time:** 1 hour 30 minutes.
- When the **indicator light blinks red**, it means that **the battery is low.**
When Morphée Zen is **charging**, the indicator **light is red.**



Deep Relaxation **5 min**

Positive visualisations and a variety of relaxation techniques will invite you to focus your attention on your body and your breathing.

These sessions are designed to promote deep physical and mental calm.

1. **The Triangle**
2. **The Snowflakes**
3. **I am calm**
4. **The Mountain Stream**
5. **The Golden Thread**
6. **The Feather**
7. **The Star**
8. **The Ressource**
9. **The Wave of Calm**
10. **The Storm**
11. **The Fish**
12. **Bubble of Calm**



Immersive Journeys: **5 min**

True invitations to travel - complete with sounds of nature - and escape deep into the heart of inspiring and relaxing landscapes.

A moment out of time to soak up the invigorating energy of the great outdoors.

1. **The Ocean**
2. **The Desert**
3. **The Mountain**
4. **The Waterfall**
5. **Outer Space**
6. **Diving**
7. **The Flight**
8. **The Cove**
9. **The Countryside**
10. **The Sea**
11. **The Swing**
12. **The Rowboat**



Dynamic Relaxation: **5 min**

Visual exercises to get your body moving and efficiently release any accumulated tension.

These muscle relaxation exercises will also help to calm your thoughts.

1. **Tension Relaxation**
2. **The Suitcases**
3. **The Massage**
4. **The Punch**
5. **The Head**
6. **The Hands**
7. **Stretching**
8. **The Points of Pressure**
9. **The Body**
10. **The Feet**
11. **The Torso**
12. **The Tree**



Sounds of Nature: **5 min**

A soundscape journey to the heart of nature to relax and reconnect with the fundamentals.

These sounds were recorded all over the world to offer you a truly immersive experience.

1. **By the fireplace**
2. **Shelter from the storm**
3. **By the ocean**
4. **A walk in the forest**
5. **A cove in the Mediterranean**
6. **Under the stars**
7. **On board the sailing boat**
8. **Birds of the mountain**
9. **The waterfall at the end of the world**
10. **The desert vatness**
11. **Spring stroll**
12. **Beach and shells**



Relaxing Music: 5 min

Original piano compositions imagined by Gilles Maugeness, inviting you to slow down and release the pressure.

1. **Balance**
2. **Serenity**
3. **Clarity**
4. **Delicacy**
5. **The Inner Forest**
6. **Softness**
7. **Simplicity**
8. **Tranquility**
9. **Letting go**
10. **The main thing**
11. **The precious moment**
12. **Comfort**



Chrono Zen: 2 min



Nothing but relaxation to refocus and calm your thoughts in just 2 minutes. These sessions will provide a quick exploration into the latest Deep Relaxation techniques.

1. **Here and Now**
2. **Deep Breathing**
3. **The Hot-Hair Balloon**
4. **Relaxation**
5. **My Object**
6. **My Bubble**
7. **My Roots**
8. **Joy**
9. **Mindfulness**
10. **The Body Scan**
11. **The Wave**
12. **The Breath**

Contact us

A question? An opinion?
Or just want to say hello?

Our email address: hello@morphee.co.uk

Join the community on:  

The Morphée family

Do you know **Morphée Zen**'s two older siblings, who already guide over 300,000 people to better sleep and relax?



morphee

210 meditation and sophrology sessions to fall asleep easily and enjoy a deep sleep.



*mon petit
morphee*



192 meditative stories for children.
To calm down during the day and fall asleep easily at night.



Find out more on www.morphee.co.uk



Morphée Zen permet à tout moment
de retrouver **calme** et **sérénité**.

Ses **72 séances** de **5 minutes** vous accompagnent
tout au long de la **journée**, lors d'un **moment de stress**
ou lorsque vous ressentez le besoin de faire une **pause**.

Morphée Zen a été entièrement conçu par une équipe
de **professionnels** de la **méditation**, de la **sophrologie** et de la **relaxation**.

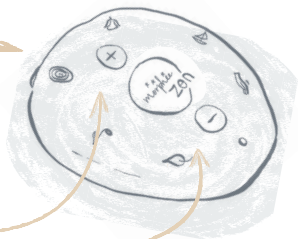
Pour démarrer l'expérience, **branchez les écouteurs** et **laissez-vous guider** !

Sommaire

Comment fonctionne Morphée Zen ?	P14
Les secrets de Morphée Zen	P15
Les thèmes et séances	P16
Nous contacter	P19
Mentions légales	P37

Comment fonctionne Morphée Zen ?

1. Branchez les **écouteurs** ici.
2. Appuyez sur le bouton central, pour **allumer** le galet.
3. Appuyez sur l'une des **6 icônes** pour choisir votre **thème** et laissez-vous guider.
4. Réglez le **volume** ici.
5. Appuyez sur le bouton central pour mettre en **pause** puis **relancer la lecture**.
6. Pour sélectionner la **prochaine séance du thème**, appuyez une fois sur le bouton du thème sélectionné.
7. Pour **éteindre** votre galet, appuyez **3 secondes** sur le bouton central.



72 séances audio réparties en **6 thèmes** :



Relaxation
Profonde



Voyages
Immersifs



Relaxation
Dynamique



Sons de
la Nature



Musiques
Relaxantes



Séances
Chrono Zen

Les secrets de Morphée Zen

• Ma voix préférée

Choisissez la voix qui va vous guider :
féminine ou **masculine** en appuyant (**2 secondes**)
simultanément sur le "+" et le "-".

• Ma séance préférée



Une **séance** vous plaît en particulier ?

En appuyant **2 secondes** sur l'une des icônes **thème**
pendant sa lecture, la séance s'enregistre en favoris !
Lors d'une prochaine utilisation, c'est **la première du**
thème qui sera lue.

- A la fin d'une séance, **le galet se met en veille**
puis s'éteint au bout de 5 minutes.

Batterie Morphée Zen

- **Autonomie de la batterie** : 2h00 en mode lecture.
- **Temps de charge** : 1h30.
- Lorsque le témoin **lumineux rouge clignote**, cela signifie
que **la batterie est faible.**
Lorsque **le témoin lumineux est rouge**, Morphée Zen
est en charge.



Relaxation Profonde : 5 min

Des visualisations positives et des techniques de relaxation variées qui vous invitent à déplacer votre attention vers votre corps et votre respiration. Ces séances favorisent un profond apaisement corporel et mental.

1. **Le triangle**
2. **Les flocons**
3. **Je suis calme**
4. **Le torrent**
5. **Le fil d'or**
6. **La plume**
7. **L'étoile**
8. **La ressource**
9. **La vague de calme**
10. **La tempête**
11. **Le poisson**
12. **Bulle de calme**



Voyages Immersifs : 5 min

De véritables invitations au voyage, agrémentées de sons de la nature, qui vous offrent une évasion au cœur de paysages inspirants et relaxants. Une parenthèse pour s'imprégner de l'énergie vivifiante des grands espaces.

1. **L'océan**
2. **Le désert**
3. **La montagne**
4. **La cascade**
5. **L'espace**
6. **La plongée**
7. **L'envol**
8. **La crique**
9. **La campagne**
10. **La mer**
11. **La balançoire**
12. **La barque**



Relaxation Dynamique : **5 min**

Des exercices imagés pour mettre votre corps en mouvement et relâcher efficacement toutes les tensions accumulées. Cette détente musculaire permet également d'apaiser vos pensées.

1. **Tension détente**
2. **Les valises**
3. **Le massage**
4. **Le coup de poing**
5. **La tête**
6. **Les mains**
7. **Les étirements**
8. **Les pressions**
9. **Le corps**
10. **Les pieds**
11. **Le buste**
12. **L'arbre**



Sons de la Nature : **5 min**

Une promenade sonore en plein cœur de la nature pour se détendre et se reconnecter à l'essentiel. Ces sons ont été enregistrés aux 4 coins du globe pour vous proposer une véritable expérience immersive.

1. **Au coin du feu**
2. **A l'abri de l'orage**
3. **Au bord de l'océan**
4. **Balade en forêt**
5. **Une crique en Méditerranée**
6. **A la belle étoile**
7. **A bord du voilier**
8. **Les oiseaux de la montagne**
9. **La cascade du bout du monde**
10. **L'immensité du désert**
11. **Balade printanière**
12. **Plage et coquillages**



Musiques relaxantes : 5 min

Des compositions originales imaginées au piano par Gilles Maugenest, qui vous invitent à ralentir le rythme et relâcher la pression.

1. L'équilibre
2. La sérénité
3. La clarté
4. La délicatesse
5. La forêt intérieure
6. La douceur
7. La simplicité
8. La tranquillité
9. Le lâcher-prise
10. L'essentiel
11. L'instant précieux
12. Le réconfort



Chrono Zen : 2 min

Un concentré de relaxation pour se recentrer et apaiser ses pensées en 2 minutes seulement.

Ces séances vous permettent d'explorer plus rapidement les techniques découvertes en Relaxation Profonde.

1. Ici et maintenant
2. Respiration profonde
3. La montgolfière
4. La détente
5. Mon objet
6. Ma bulle
7. Mes racines
8. La joie
9. Pleine conscience
10. Le body scan
11. La vague
12. Le souffle

Nous contacter

Une question ? Un avis ? Envie
de nous dire bonjour ?

Notre mail : hello@morphee.co.uk

Rejoignez la communauté sur :  

La Famille Morphée

Connaissez-vous les 2 aînés de **Morphée Zen** qui accompagnent
300 000 personnes vers le sommeil et la détente ?



morphee

210 séances de méditation
et de sophrologie pour s'endormir
facilement et dormir profondément



*mon petit
morphee*



192 histoires méditatives
à destination des enfants.
Pour retrouver le calme en journée
et s'endormir facilement le soir.



Retrouvez-nous sur www.morphee.co.uk



Morphée Zen verhilft Ihnen jederzeit
zu **Ruhe** und **Gelassenheit**.

Seine **72 fünfminütigen Sitzungen** begleiten Sie den ganzen
Tag über, in **stressigen Momenten** oder wenn Sie das Bedürfnis haben,
eine **Pause** einzulegen.

Morphée Zen wurde komplett von einem Team von **Fachleuten** aus
den Bereichen **Meditation**, **Sophrologie** und **Entspannung** entwickelt.

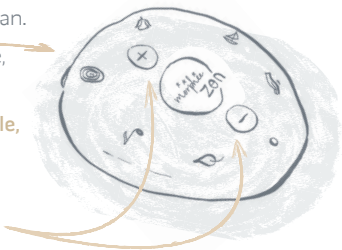
Um loszulegen **schließen Sie Ihre Kopfhörer an**,
und **lassen Sie sich führen!**

Inhaltsverzeichnis

Wie funktioniert Morphée Zen ?	S22
Morphée Zen's kleine Geheimnisse	S23
Die Themen und Sitzungen	S24
Kontakt	S27
Impressum	S38

Wie funktioniert Morphée Zen?

1. Schließen Sie hier Ihre **Kopfhörer** an.
2. Drücken Sie auf die mittlere Taste, um den Kiesel **einzuschalten**.
3. Tippen Sie auf eines der **6 Symbole**, um Ihr **Thema** auszuwählen, und lassen Sie sich führe.
4. Hier stellen Sie die **Lautstärk** ein.
5. Drücken Sie auf die mittlere Taste, um die Wiedergabe zu **unterbrechen** und dann **fortzusetzen**.
6. Um die nachfolgende **Sitzung des Themas** auszuwählen, tippen Sie einmal auf die Taste des gewählten Themas.
7. Um Ihren **Kiesel** auszustellen, drücken Sie **3 Sekunden** auf die mittlere Taste.



72 Audio-Sitzungen aus 6 Themenbereichen:



Tiefen
Entspannung



Immersive
Reisen



Dynamische
Entspannung



Natur-
geräusche



Entspannende
Musik



Chrono Zen
Sitzungen

Morphée Zen's Geheimnisse

• Meine Lieblingsstimme

Suchen Sie die Stimme aus, die Sie führen soll:
Drücken Sie gleichzeitig (**2 Sekunden**) auf das "+" und das "-".
um eine **Frauen-**oder eine **Männerstimme** zu wählen.

• Meine Liebessitzung



Eine **Sitzung gefällt Ihnen ganz besonders gut?**

Wenn Sie während der Wiedergabe **2 Sekunden lang** auf
eines der **Themen-Symbole** drücken,
wird die Sitzung als Favorit abgespeichert!

Bei einer späteren Benutzung, wird diese Sitzung **als erste dieses
Themas abgespielt**.

- Am Ende einer Sitzung **geht der Kiesel in Standby-Modus
und schaltet nach 5 Minuten automatisch ab**.

Der Akku Morphée Zen

- **Autonomie des Akkus:** 2h00 im Abspielmodus.
- **Ladedauer:** 1h30.
- Wenn die **Kontrollleuchte rot blinkt**, ist der **Akku schwach**.
- Beim **Aufladen** des **Morphée Zen** leuchtet die **Kontrolllampe rot**.



Tiefenentspannung: **5 min**

Positive Visualisierung und diverse Entspannungstechniken laden Sie dazu ein, Ihre Aufmerksamkeit auf Ihren Körper und Ihre Atmung zu lenken. Diese Sitzungen fördern eine tiefe körperliche und geistige Beruhigung.

1. **Das Dreieck**
2. **Die Flocken**
3. **Ich bin ruhig**
4. **Der reißende Fluss**
5. **Der goldene Faden**
6. **Die Feder**
7. **Der Stern**
8. **Die Ressource**
9. **Die Welle der Ruhe**
10. **Der Sturm**
11. **Der Fisch**
12. **Blase der Ruhe**



Immersive Reisen: **5 min**

Wahrhaftige Einladungen zum Reisen, die mit Naturgeräuschen untermalt sind und Ihnen ein Eintauchen in inspirierende und entspannende Landschaften bieten. Eine Auszeit, in der Sie die belebende Energie der freien Natur in sich aufnehmen können.

1. **Der Ozean**
2. **Die Wüste**
3. **Das Gebirge**
4. **Der Wasserfall**
5. **Der Weltraum**
6. **Tauchen**
7. **Der Flug**
8. **Die Bucht**
9. **Auf dem Land**
10. **Das Meer**
11. **Die Schaukel**
12. **Das Boot**



Dynamische Entspannung: **5 min**

Bildhafte Übungen, die Ihren Körper in Schwung bringen und wirkungsvoll alle angestauten Verspannungen lösen. Diese Muskelentspannung hilft auch, Ihre Gedanken zu beruhigen.

1. **Spannung-Entspannung**
2. **Die Koffer**
3. **Die Massage**
4. **Der Faustschlag**
5. **Der Kopf**
6. **Die Hände**
7. **Stretching**
8. **Klopfen**
9. **Der Körper**
10. **Die Füße**
11. **Der Oberkörper**
12. **Der Baum**



Naturgeräusche: **5 min**

Ein akustischer Spaziergang inmitten der Natur lädt Sie ein, sich zu entspannen und sich wieder mit dem Wesentlichen zu verbinden. Diese Klänge wurden in allen Teilen der Welt aufgenommen, um Ihnen eine wahrhaft immersive Erfahrung zu bieten.

1. **Am Feuer**
2. **Schutz vor dem Gewitter**
3. **Am Ozean**
4. **Spaziergang im Wald**
5. **Eine Bucht am Mittelmeer**
6. **Unter freiem Himmel**
7. **An Bord des Segelschiffes**
8. **Vögel im Gebirge**
9. **Der Wasserfall am Ende der Welt**
10. **Die unendliche Weite der Wüste**
11. **Frühlings-Spaziergang**
12. **Strand und Muscheln**



Entspannende Musik:
5 min

Diese Originalkompositionen, die Gilles Maugenest am Klavier erdacht hat, laden Sie ein, den Rhythmus zu drosseln und Druck abzubauen.

1. **Das Gleichgewicht**
2. **Die Gelassenheit**
3. **Die Klarheit**
4. **Das Feingefühl**
5. **Der innere Wald**
6. **Die Sanftmut**
7. **Die Einfachheit**
8. **Die Ruhe**
9. **Das Loslassen**
10. **Das Wesentliche**
11. **Der kostbare Augenblick**
12. **Der Trost**



Chrono Zen:
2 min



Ein Kraftpaket der Entspannung, mit dem Sie zu sich finden und in nur zwei Minuten Ihre Gedanken beruhigen. Diese Sitzungen ermöglichen es Ihnen, die im Kapitel Tiefenentspannung entdeckten Techniken schneller zu erkunden.

1. **Hier und jetzt**
2. **Tiefenatmung**
3. **Der Heißluftballon**
4. **Die Entspannung**
5. **Mein Gegenstand**
6. **Meine Blase**
7. **Meine Wurzeln**
8. **Freude**
9. **Bewusstsein**
10. **Körperscan**
11. **Die Welle**
12. **Der Atem**

Kontakt

Eine Frage? Eine Bewertung? Einfach nur
"hallo" sagen?

Unsere Mail Adresse: hello@morphee.co.uk

Der Community beitreten:  

Die Morphée-Familie

Kennen Sie die beiden älteren Geschwister von **Morphée Zen**, die bereits über
300 000 Menschen zu Schlaf und Entspannung führen?



morphee

210 Meditations- und Sophrologie-Sitzungen,
die bewirken, dass Sie leicht ein- und tief
durchschlafen.



*mon petit
morphee*

192 meditative Geschichten
speziell auf Kinder ausgerichtet.
Um tagsüber zur Ruhe zu kommen
und am Abend leicht einzuschlafen.

Weitere Informationen finden Sie auf www.morphee.co.uk



Morphée Zen laat u op elk moment van de dag **rust en kalmte** vinden.

De **72 sessies** van **5 minuten** begeleiden u gedurende de **dag**, tijdens **een stressvol moment**, of wanneer u behoefte heeft aan een **pauze**.

Morphée Zen is volledig ontworpen door een team van **professionals** in **meditatie**, **sofrologie** en **ontspanning**.

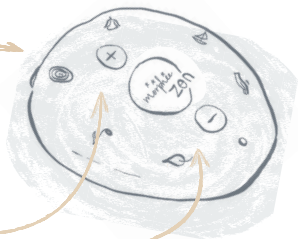
Sluit je koptelefoon aan om te beginnen en **laat je begeleiden!**

Overzicht

Hoe werkt Morphée Zen ?	P30
De geheimen van Morphée Zen	P31
De thema's en de sessies	P32
Contact	P35
Wettelijke kennisgeving	P39

Hoe werkt Morphée Zen?

1. Steek uw **koptelefoon** hier in.
2. Druk op de middelste knop om het besturingsapparaat **op te starten**.
3. Druk op een van de **6 pictogrammen** om uw **thema** te kiezen en laat u begeleiden.
4. Stel hier het **volume** in.
5. Druk op de middelste knop om het afspelen te **pauzeren** en te **hervatten**.
6. Druk eenmaal op uw gekozen themaknop om de **volgende sessie van het thema** af te spelen.
7. Druk gedurende **3 seconden** op de middelste knop om uw besturingsapparaat **uit te schakelen**.



72 audiosessies verdeeld in **6 thema's**:



Diepgaande
Ontspanning



Onderdompelende
Reizen



Dynamische
Ontspanning



Natuurge
luiden



Ontspannende
Muziek



Chrono Zen
Sessies

De geheimen van Morphée Zen

• Mijn favoriete stem

Kies de stem die u zal begeleiden:

vrouwelijk of **mannelijk** en druk (2 seconden) tegelijkertijd op "+" en "-".

• Mijn favoriete sessie



Is een **bepaalde sessie u bijzonder bevallen?**

Druk dan gedurende **2 seconden** op één van de **themapictogrammen** tijdens deze sessie, en deze zal worden opgeslagen als favoriet!

De volgende keer dat u het apparaat gebruikt, Zal deze **sessie als eerste afgespeeld worden.**

- Aan het einde van een sessie, **gaat het besturingsapparaat in stand-by modus en schakelt dan na 5 minuten uit.**

De batterij Morphée Zen

- **Levensduur van de batterij: 2h00** in afspeelmodus.
- **Oplaadtijd: 1h30.**
- Als **het lampje rood knippert**, betekent dit dat **de batterij bijna leeg is.** Als de batterij **volledig is opgeladen**, wordt het **lampje groen.**



Diepgaande Ontspanning: 5 min

Positieve visualisaties en verschillende ontspanningstechnieken ontspanning technieken die je uitnodigen om je aandacht te verleggen op je lichaam en je ademhaling. Deze sessies stimuleren een diepe ontspanning voor lichaam en geest.

1. De driehoek
2. Sneeuwvlokken
3. Ik ben kalm
4. De bergstroom
5. De gouden draad
6. De veer
7. De ster
8. Het hulpmiddel
9. De golf van rust
10. De storm
11. De vis
12. Rustbubbel



Onderdompelende Reizen: 5 min

Een uitnodiging om te reizen, omringd door de geluiden van de natuur, waardoor u kunt ontsnappen in het hart van inspirerende en ontspannende landschappen. Een pauze om de verkwikkende energie op te snuiven van het buitenleven.

1. De oceaan
2. De woestijn
3. De berg
4. De waterval
5. De ruimte
6. De duik
7. De vlucht
8. De beek
9. Het platteland
10. De zee
11. De schommel
12. Het bootje



Dynamische Ontspanning: 5 min

Beeldende oefeningen om je lichaam in beweging te krijgen alle opgebouwde spanning effectief los te laten. De ontspanning van uw spieren stelt u ook in staat om uw gedachten te kalmeren.

1. **Spanning-ontspanning**
2. **De koffers**
3. **De massage**
4. **De vuistslag**
5. **Het hoofd**
6. **De handen**
7. **Uitrekken**
8. **Tikken**
9. **Het lichaam**
10. **De voeten**
11. **Het bovenlichaam**
12. **De boom**



Natuurgeluiden: 5 min

Een gezonde wandeling in het hart van de natuur om te ontspannen en u opnieuw te verbinden met het essentiële. Deze geluiden zijn opgenomen in de vier hoeken van de wereld om u een echt meeslepende ervaring te bieden.

1. **Bij het haardvu**
2. **Schuilen voor de storm**
3. **Aan de kust**
4. **Boswandeling**
5. **Beek in het Middellandse
Zeegebied**
6. **Onder de sterrenhemel**
7. **Op een zeilboot**
8. **Vogels in de bergen**
9. **Waterval aan het
einde van de wereld**
10. **Oneindige woestijn**
11. **Lentewandeling**
12. **Strand en schelpen**



Ontspannende Muziek: 5 min

Originele composities gespeeld op de piano door Gilles Maugenest, die je uitnodigen om uw ritme te vertragen en de druk te verminderen.

1. **Balans**
2. **Innerlijke rust**
3. **Helderheid**
4. **Gevoeligheid**
5. **Innerlijk bos**
6. **Tederheid**
7. **Eenvoud**
8. **Kalmte**
9. **Loslaten**
10. **Essentie**
11. **Waardevol moment**
12. **Comfort**



Chrono Zen: 2 min

Korte ontspanningssessies om tot rust te komen en uw gedachten te kalmeren in slechts 2 minuten.

Deze sessies stellen u in staat om sneller de technieken te ontdekken die worden gebruikt in Diepgaande Ontspanning.

1. **Hier en nu**
2. **Diepe ademhaling**
3. **De heteluchtballon**
4. **De ontspanning**
5. **Mijn voorwerp**
6. **Mijn bubbel**
7. **Mijn wortels**
8. **De vreugde**
9. **Volle bewustzijn**
10. **De bodyscan**
11. **De golf**
12. **De adem**

Contact met ons opnemen

Een vraag? Een mening?
Of wil je gewoon hallo zeggen?

Ons e-mailadres: hello@morphee.co.uk

Word lid van onze gemeenschap op:  

De family Morphée

Kent u al de twee generaties van **Morphée Zen**, die al meer dan 300.000 personen hebben begeleid om te slapen en te ontspannen?



morphee

210 meditatie-en sofrologiesessies
om makkelijk in slaap te vallen en
voor een diepe slaap.



*mon petit
morphee*



192 meditatieve verhalen
voor kinderen.
Om gedurende de dag
rust te vinden en 's avonds
makkelijk in slaap te vallen



U vindt ons op www.morphee.co.uk

Legal Notice

Morphée Zen is covered by the **legal warranty against any material and manufacturing defects** under **normal conditions of use** for a period of **2 years**. Returning the product under warranty must be approved by **Audiozen** beforehand. The client shall contact **Audiozen's** after-sales service, which will return a product in proper working order at its own expense.



FR

Cet appareil et
ses accessoires
se recyclent

À DÉPOSER
EN MAGASIN



OU

À DÉPOSER
EN DÉCHÈTERIE



5.0V  0.3A

Points de collecte sur www.quefairedelesdechets.fr
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !



12 Chemin de Beauregard 13100 Aix-en-Provence - France - www.morphee.co

Credits

- Sessions read by Ayesha Tansey and Piers Gibbon
- Sessions read by Rebecca Cesa and Tim Friedlander
- Illustrations and graphic design: Myriam Corréard
- Design: Elium Studio
- Sounds of nature recorded and mixed by Arthur Meyer and Aymeric Ducrocq
- Original Music: Gilles Maugenest

Mentions légales

Morphée Zen bénéficie de la **garantie légale contre tout vice de matériau et de fabrication** dans des **conditions normales d'utilisation** pour une période de **2 ans**. Tout retour du produit au titre de la garantie doit faire l'objet d'un accord préalable d'**Audiozen**. Le client prendra contact avec le service après-vente d'**Audiozen** qui s'engage à renvoyer, à ses frais, un produit en bon état de fonctionnement.



FR

Cet appareil et
ses accessoires
se recyclent

À DÉPOSER
EN MAGASIN



OU

À DÉPOSER
EN DÉCHÈTRIE



5.0V  0.3A

Points de collecte sur www.quefairedemesdechets.fr
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !



12 Chemin de Beauregard 13100 Aix-en-Provence - France - www.morphee.co

Crédits

- Séances écrites par : Audrey Berna, Héloïse Borioli, Giacomo di Falco, Laura Jauvert, Sophie Le Millour, Geoffrey Lougassi
- Séances lues par Sarah Cornibert et David Duclos
- Illustrations et création graphique : Myriam Corréard
- Design : Elium Studio
- Sons de la nature enregistrés et mixés par Arthur Meyer et Aymeric Ducrocq
- Musiques originales : Gilles Maugenest

Impressum

Morphée Zen unterliegt der gesetzlichen Garantie gegen Material- und Herstellungsfehler bei **normalem Gebrauch**, für einen Zeitraum von **2 Jahren**. Jede Rückgabe des Produkts im Rahmen der Garantie muss vorher von Audiozen genehmigt werden. Dazu setzt sich der Kunde mit dem Kundendienst von **Audiozen** in Verbindung, der sich verpflichtet, auf seine Kosten ein funktionsfähiges Produkt zu liefern.



FR

Cet appareil et ses accessoires se recyclent

À DÉPOSER EN MAGASIN



OU

À DÉPOSER EN DÉCHÈTERIE



5.0V  0.3A

Points de collecte sur www.quefairedemesdechets.fr
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !



12 Chemin de Beauregard 13100 Aix-en-Provence - France - www.morphee.co

Danksagungen

- Sitzungen von: Audrey Berna, Héloïse Borioli, Giacomo di Falco, Laura Jauvert, Sophie Le Millour, Geoffrey Lougassi
- Gelesen von Kaja Sesterhenn und Eric G. Asch
- Grafik und Illustrationen: Myriam Corréard
- Design: Elium Studio
- Aufnahme und Mix der Naturgeräusche: Arthur Meyer und Aymeric Ducrocq
- Originalmusik: Gilles Maugenest

Wettelijke Kennisgeving

Morphée Zen geniet van e wettelijke garantie tegen alle materiaal-en fabricagefouten bij normaal gebruik gedurende een periode van 2 jaar. Een eventuele terugzending van het product in het kader van de garantie dient vooraf door Audiozen te worden goedgekeurd. De klant dient contact op te nemen met de after-sales service van Audiozen die het product op kosten van de klant in goede staat terugstuurt.



FR

Cet appareil et ses accessoires se recyclent

À DÉPOSER EN MAGASIN



OU

À DÉPOSER EN DÉCHÈTERIE



5.0V  0.3A

Points de collecte sur www.quefairedemesdechets.fr
Privilégiez la réparation ou le don de votre appareil !



12 Chemin de Beauregard 13100 Aix-en-Provence - France - www.morphee.co

Credits

- Sessies geschreven door: Audrey Berna, Héloïse Borioli, Giacomo di Falco, Laura Jauvert, Sophie Le Millour, Geoffrey Lougassi
- Sessies gelezen door Anneke de Keersmaeker en Hans Jaspers
- Illustraties en grafisch ontwerp: Myriam Corréard
- Design: Elium Studio
- Natuurgeluiden opgenomen en gemixt do Arthur Meyer en Aymeric Ducrocq
- Originële muziek: Gilles Maugenest

