

Public

Pour toute personne qui souhaite se réconcilier avec son corps

Méthodes

Les méthodes font appel à l'animation par la mise en pratique et exercices ludiques. Les ateliers s'effectuent dans le respect de chaque participant et reste confidentiel

Animatrices

Elvita Guigoz
Madeleine Meister

Formatrices certifiées pour adultes et conseillères en image

Prix

CHF 120,-/atelier

Nb de participants

L'atelier accueille jusqu'à 6 participants au maximum et a lieu dès lors que 4 participants sont inscrits

Lieu et date

A convenir avec les participants

Info et inscription

contact@mad-evi.ch
www.mad-evi.ch

Image et reflet de soi

Atelier spécial « bodypositive »



Dans le cadre d'un atelier convivial, nous vous proposons un moment de partage et d'échange afin de vous permettre de renforcer votre estime de soi, croire davantage en votre valeur et sublimer votre image

Thèmes abordés jour 1

Estime et conscience de soi
Comportements automatiques
Valeurs, croyances limitantes

Thèmes abordés jour 2

Découverte de votre style personnel
Analyse de votre morphologie
Vos meilleures coupes et formes de vêtements
Matières, motifs et accessoires
Visagisme

Thèmes abordés jour 3

Passeport couleurs
Mise en beauté