

Atelier de Socio - Esthétique

Population concernée

Toute personne dont l'image et l'estime de soi sont affectées par le stress et les aléas de la vie.

Objectifs

Se réconcilier avec son corps
Restaurer l'estime et l'image de soi
Se reprendre en « main » et savoir s'occuper de soi
Apprendre à se mettre en valeur
Se détendre et prendre du temps pour soi.

Moyens

Matériel et techniques d'esthétique
Initiation aux techniques de « relooking »
Orgue à parfums
Outils théoriques et pratiques pour prendre soin de soi.

Déroulement

Séances hebdomadaires de 3 heures.
Ateliers composés de 6 personnes.

Animateur

Socio-esthéticienne