

Parcours Ateliers Atout Age

Cultiver l'art du **bien vieillir**

avec



Prévention | Image de soi | Bien vieillir |



A propos de l'agence

Morphology est une agence de **socio-conseil en image** et communication personnelle **au service de l'humain**.

Elle offre à ses bénéficiaires un accompagnement individuel ou collectif sur la valorisation de **l'image de soi** et du **mieux-être**.

Engagée tout particulièrement auprès d'un public spécifique tel que les personnes en situation de handicap, vieillissantes, en réinsertion socio-professionnelle, et fragilisées socialement.



Profiter d'un moment de bien-être

- S'accorder des temps de rencontre pour échanger
 - Passer un moment agréable
 - Garder le contact avec l'extérieur
 - Entretenir le moral
 - Valoriser l'estime de soi
 - Offrir des compétences pour améliorer sa présentation physique
-
- ✓ **Des conseils simples et clairs pour adopter les bons réflexes au quotidien**
 - ✓ **Une activité originale**
 - ✓ **Un divertissement bienveillant**



Ne plus subir l'âge mais en faire son atout

En faisant appel à l'ensemble des techniques du conseil en image, nos ateliers permettent un cheminement vers **une valorisation de sa présentation physique** et un **renforcement du lien social**.

Prendre soin de soi et s'habiller pour se mettre en valeur vont apporter un **bien-être physique** pour donner suite à un **bien-être moral**.

Au-delà de l'apparence c'est de **l'image de soi** et de la **confiance en soi** dont il est question.



Parcours de

5 séances
collectives

Durée : **2 h**

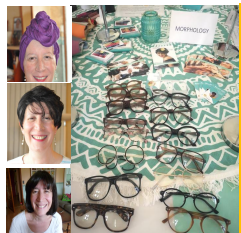
Nombre de
participant.e.s :

Jusqu'à **8 personnes**



Le conseil couleur

Séance 1



Le conseil morphologique
Visage

Séance 2



Le conseil morphologique
Corps

Séance 3



Le conseil cosmétique
soin du visage

Séance 4



Le cours d'auto-maquillage

Séance 5

Le conseil couleur

Atelier colorimétrie et langage des couleurs

Invitation de chaque participant.e à faire l'étude de sa colorimétrie devant le miroir.

Test du draping avec passage de différentes étoffes sous votre visage. **Identification des couleurs qui mettent le visage en valeur.**

Les résultats de l'étude permettent de donner des conseils en termes de couleurs des tenues vestimentaires, maquillage, coloration de cheveux à privilégier selon ses caractéristiques naturelles.

Remise d'un **nuancier personnalisé.**



Le conseil morphologique : Visage

Invitation de chaque participant.e à faire l'étude de la **morphologie de son visage**.

Les résultats de l'étude permettent de donner des :

Conseils **coiffure** avec essayages de prothèses capillaires

Conseils **lunettes** avec essayages

Conseils sur les formes et les dimensions des **accessoires**

Conseils **bijoux et encolures** à privilégier

Conseils sur le **nouage de foulard**



Le conseil morphologique : Corps

Atelier morpho-silhouette et style

Invitation de chaque participant.e à faire l'étude de la **morphologie de son corps**.
Identification de sa typologie de silhouette et des coupes de **vêtements à privilégier**.

Cette séance a également pour but de faire émerger son style en respectant sa personnalité. Vous obtiendrez des conseils pour apprendre à optimiser des tenues complètes.

Séance photo



Le conseil cosmétique, soin du visage

Échanges sur les routines cosmétologiques et règles d'hygiène

Identification des types de peau

Soin du visage :
Démaquiller, gommer, nettoyer et hydrater avec des produits naturels



Le cours d'auto-maquillage

Nous vous proposons un cours d'auto-maquillage qui a pour objectif de s'approprier facilement **une mise en beauté du visage et des peaux matures.**

Identification des types de peau

Mise en valeur du visage

Cours d'auto-maquillage pour les femmes

Soin du visage / barbe et des mains pour les hommes

L'objectif premier de ces ateliers est de pouvoir **sublimer la personne mature tout en restant la plus naturelle possible.**



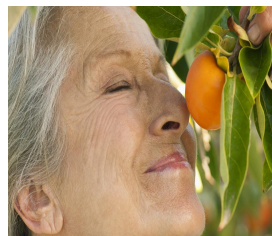
2 Séances

collectives
supplémentaires

Durée : **1h 30**

Nombre de
participant.e.s :

Jusqu'à **8 personnes**



Stimulation olfactive

Séance 6



Yoga du rire

Séance 7

Stimulation olfactive

Les odeurs structurent notre quotidien et nous ancrent dans la réalité.

Jeux olfactifs et des saveurs
Stimuler les sens et la mémoire
Défier son odorat

L'objectif de ces ateliers est de pouvoir permettre de **dynamiser l'odorat en stimulant les connexions entre la mémoire et les émotions** olfactives



Yoga du rire

Découverte des bienfaits du Yoga du rire pour les séniors

- ✓ **Ajouter du rire dans la vie**
- ✓ **Favoriser la santé physique**
- ✓ **Soutenir une bonne santé mentale**
- ✓ **Favoriser le lien social et promouvoir l'espièglerie**





Ils ont fait confiance à



Omnicité



Manuella Leroy

Consultante en image et communication relationnelle
diplômée d'Etat à la Haute Ecole de Coaching
et socio-conseillère en image chez « J'avais Pas Vu »
Formatrice

J'interviens depuis 7 ans en atelier collectif ou en coaching individuel sur :

- Le développement personnel et professionnel
- L'Image professionnelle
- La Communication verbale et non verbale
- Les T.R.E et Job coaching
- L'image de soi et l'image corporelle
- L'Estime de soi et la confiance en soi
- Le Coaching beauté

Pédagogie basée sur une approche **participative, ludique et bienveillante.**

Contactez-moi et rencontrons-nous



07 64 07 04 51

Manuella@morphology.fr

www.morphology.fr

Morphology Conseil en image

La Turbine

32 Bd du Port, 95000 Cergy

Siège social

SCOP SA OMNICITE :

70 rue Amelot 75011 Paris

Siret n°492 196 209

