

CENTRE D'ACCOMPAGNEMENT AU CHANGEMENT, ALLIANT RELOOKING ET THÉRAPIE BRÈVE,  
« IMAGE EN SOI » A POUR OBJECTIF D'AGIR À L'INTÉRIEUR COMME À L'EXTÉRIEUR.  
AU MENU : UN CONSEIL EN IMAGE À ORIENTATION PSYCHOLOGIQUE SUR-MESURE AVEC,  
À LA CLÉ, PLUS DE CONFIANCE EN SOI, PLUS DE BIEN-ÊTRE, BREF, PLUS DE BONHEUR !



## « IMAGE EN SOI » Pour s'offrir le meilleur de soi-même !

Plus rien à vous mettre sur le dos alors que votre placard croule sous le poids de vos vêtements ? Le reflet dans le miroir fait grise mine ? Votre moral est en berne ? Qui, un jour, n'a pas été confrontée à cette morosité soudaine et ô combien déprimante ? Ces considérations esthétiques sont pourtant beaucoup moins anodines qu'il n'y paraît. En réalité, il s'agit souvent de l'arbre qui cache la forêt des vraies questions, plus enfouis ceux-là, et qui se manifestent par le biais d'un défaut physique, qu'il soit ou non réel. Lequel va déboucher sur une perte de confiance en soi et, en conséquence, de l'estime de soi. Pour sortir de l'impasse, « Image en soi » propose d'accompagner l'individu, non seulement dans sa garde-robe, sa coiffure et son maquillage pour exalter ses points forts, mais aussi psychologiquement, pour savoir ce qui a mené à cette dépréciation de soi.

Pour atteindre ces objectifs, Murielle Denis, consultante et formatrice de la société « Image en soi », vous conseille avec la plus grande justesse. Ancien cadre en entreprise où elle a eu l'habitude de coacher des équipes, elle a au fond des yeux cette flamme des êtres qui ont tout lâché pour vivre leur vraie mission. « Une passion », comme elle tient à le souligner. Celle de sortir le meilleur d'elle-même pour aider les autres à en faire de même.

### Un programme complet ou à la carte

Les personnes qui franchissent le seuil de la maison lasnoise qui abrite « Image en soi » seront immédiatement surprises par l'impression de paix et de bien-être qui y règne. Une bonne entrée en matière quand on souhaite accéder à une plus grande sérénité... Sur place, Murielle vous proposera un programme complet (comprenant un relooking en coiffure, une séance de shopping et un tri dans votre garde-robe), ou des modules particuliers (analyse des couleurs, conseils en maquillage, en coiffure, analyse de votre style,...).

« Mon objectif n'est pas de transformer une femme en chien avec un chapeau, mais bien de lui donner une série d'astuces en lien avec ses structures morphologiques et en accord avec elle-même. Pour pouvoir au mieux cerner la personne qui se trouve en face de moi et coller à ses désirs, je commence toujours par un questionnaire précis ».

Parmi les multiples conseils dispensés, Murielle vous expliquera par exemple comment mettre la mode à votre service, et non l'inverse. « Si les froufrous vous vont comme un coup de poing dans l'œil, inutile de céder aux caprices de la mode. Par contre, certains accessoires de saison pourront être utilisés pour rester dans l'air du temps ».

La formatrice vous aidera aussi à trouver la « bonne posture ». Celle qui flatte votre

silhouette, mais qui vous permet aussi de mieux respirer, donc de mieux penser, et de dégager plus de confiance et de compétence envers votre entourage. En parallèle à ces améliorations physiques, les rencontres s'accompagnent d'un encadrement psychologique. Histoire d'être aussi belle à l'intérieur qu'à l'extérieur...

### L'art de dégager confiance et estime de soi

Outre les particuliers (dont des enfants et adolescents au travers de la remotivation scolaire ou l'accompagnement à un retour de la communication au sein de la famille, femmes et... hommes), Murielle Denis dispense des formations en entreprise, en particulier à des employés qui ont un rapport direct avec le public. Les écoles recourent également à ses services, notamment quand les métiers auxquels elles préparent, nécessitent de communiquer avec l'extérieur. « Concrètement, un relooking et/ou un accompagnement au changement de mode de communication personnel va permettre de recouvrer la confiance en soi et de la faire rayonner vers son entourage. Or, plus elle transparait, plus cet entourage la renforce par son regard et plus la confiance en soi se consolide. Il s'agit d'un phénomène exponentiel et communicatif ».

Cette démarche d'accompagnement au changement prend tout son sens quand on

voit l'immense impact de l'image que l'on donne de soi sur ses parents, ses amis, mais aussi ses collègues ou clients. « Mon objectif est que le physique et le mental se rejoignent dans une approche holistique ».

« Image en soi »

22, chemin du Catty,  
1380 Lasne

Tél.: 0478/428 778

denis.murielle@belgacom.net  
www.image-en-soi.be

Murielle Denis se déplace également à domicile.

Des ateliers à partir de 4 personnes ou des duos sont possibles.

Pour la thérapie brève, en entretiens individuels ou ateliers de groupe.