

UNE BELLE ASSOCIATION : LA SOCIO-ESTHETIQUE ET LA SOPHROLOGIE

Dans le cadre d'un accompagnement pour un retour vers l'emploi.

Ce dispositif a été mis en place par le GRETA cœur2loire, il s'adresse aux stagiaires du VISA +, parcours vers l'emploi à Beaugency (Loiret), il s'organise sur 4 demi-journées, où chaque groupe va bénéficier d'un atelier de socio-esthétique, et ensuite d'une séance de sophrologie, la même thématique pour les deux professionnelles, mais chacune avec ses outils...

Divers thèmes vont être abordés ; le prendre soin de soi, l'estime de soi, la présentation pour un entretien, (vestimentaire, attitude non verbale, etc...), la colorimétrie avec la symbolique des couleurs.

Parce que la réinsertion professionnelle c'est aussi reprendre confiance en soi, s'approprier des outils pour savoir se mettre en valeur, gérer son stress, se mettre dans une dynamique de projet...

Cet accompagnement novateur a débuté avec un premier groupe en septembre 2020, et se voit reconduit sur les autres dispositifs, au vu des bons résultats obtenus.



SOCIO-ESTHETIQUE : Cécile Collet



SOPHROLOGIE : Heidi Terrier