

## 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