

Des ateliers bien-être proposés au Centre social Jean-Jacolot, au Relecq-Kerhuon



Hélène Kerloc'h, debout, a proposé, ce mardi 26 avril, un atelier soin des mains aux six volontaires au Relecq-Kerhuon.

Le mois de mai sera placé sous le signe du bien-être au centre social Jean-Jacolot, au Relecq-Kerhuon : en effet, Hélène Kerloc'h, socio-esthéticienne, proposera des ateliers « afin de prendre du temps pour soi, du temps pour se détendre. » Ainsi, ce sont trois sessions de deux dates, les mardis après-midi, qui sont programmés. La première séance a commencé ce mardi 26 avril et la deuxième aura lieu le 3 mai. Puis les deux autres sessions se dérouleront les mardis 10 et 17 mai, et ensuite les 24 et 31 mai.

Hélène Kerloc'h compose ainsi un programme de soin du visage et des mains : « Selon les envies, des participants, il est aussi possible de faire aussi de l'auto-maquillage. Ce sont les techniques pour se maquiller seul ou de la colorimétrie, c'est ce qui permet de déterminer les couleurs qui vont le mieux aux personnes en fonction de la couleur de leur peau, leurs cheveux ou encore entre autres de leurs yeux.... Ce qui compte, dans ces ateliers, c'est de créer du lien, de travailler sur l'estime et la confiance en soi. »