



-Programme d'accompagnement -

* Image de Soi *

BILAN PERSONNEL

Détecter et dépasser les blocages intérieurs qui l'empêchent d'être elle-même à travers un état des lieux de son rapport aux couleurs



ANALYSE MORPHOLOGIQUE

Aimer son corps et le valoriser dans ses vêtements

Etude du Morphotype
Analyse morphologique
Comprendre le langage de sa structure pour adapter ses coupes de vêtements



ANALYSE DU STYLE

Aligner son originalité au style vestimentaire qui lui ressemble

Déterminer le style vestimentaire aligné à la singularité de chaque femme

réalisation du test de style:

Analyse du rayonnement naturel pour adopter les couleurs qui la mettent en valeur.

Analyse des matières alignées à son mouvement naturel pour affirmer sa présence et composer son look.



- Mes séances de travail « **haut en couleur & musique** » sont accompagnées par un temps de connexion à soi par les couleurs et le rythme.

Programme réparti par des séances de 2 heures en présentiel ou en Visio.

Les séances sont planifiées en fonction du temps d'expérimentation personnelle après chaque découverte.

Options :

* Etat des lieux de mon dressing actuel & Composition de deux looks au choix et par thème – 3 heures

*Accompagnement en boutique – 4 heures (Île-de-France uniquement)

+33 7 82 10 53 94



contact@vraimentvrai.com
www.vraimentvrai.com

*Aide la femme à se relier à son originalité intérieure
et à l'exprimer par un style vestimentaire qui lui ressemble*



Étape 1 : Se connaître par son rapport aux couleurs**

Les couleurs nous entourent, on les retrouve dans la nature, dans la matière, dans notre décoration et surtout sur nos vêtements. Nous nous en servons tous les jours consciemment ou inconsciemment. Qu'elles nous attirent ou nous répugnent, nous réchauffent ou nous rafraichissent, elles nous communiquent un message silencieux qui peut nous aider à sonder notre état intérieur. (***Cette étape peut nécessiter des séances supplémentaires si vous en ressentez le besoin*)

Étape 2 : Analyse et symbolique de sa morpho-structure (Visage et Corps)

Le corps humain a une structure : son ossature, c'est la dimension physique la plus solide et invariable de l'Être humain. Cette ossature est recouverte de masse graisseuse qui épouse parfaitement la forme de cette partie solide

La morphologie est donc l'aspect visible de cette structure corporelle à travers ses lignes et ses courbes et ses angles acquis génétiquement. Connaître sa morphologie c'est s'accepter dans son corps et en prendre soin malgré les changements de notre apparence (maternité, maladie, hygiène de vie....)

Étape 3 : Analyse du rayonnement par les tests de température et luminosité

Toutes les couleurs sont belles et attrayantes. Toutefois, au contact de la peau, elles ne vont pas à tout le monde. Soit elles contrastent avec notre rayonnement naturel, soit elles nous révèlent, et nous fait rayonner en accord avec notre lumière naturelle.

Déterminer sa luminosité et sa température en matière de vêtements c'est d'abord soutenir son énergie naturellement puis esthétiquement.

Étape 4 : Corps, Matières et mouvement naturel

Nous avons tous une manière particulière de nous mouvoir dans l'espace. Ces mouvements sont en lien avec notre densité corporelle et nos ressentis émotionnels. Choisir les matières dont le mouvement et le ressenti sont en lien avec notre personnalité assure un bien-être intérieur, une assurance et une affirmation de soi.

Étape 5 : Analyse du style vestimentaire en fonction de son originalité

Le style est la représentation extérieure de ce que nous sommes à l'intérieur. J'ajouterai également que c'est l'expression de notre individualité à travers notre personnalité : la manifestation de l'invisible à travers le visible. Ainsi, si ce que j'offre au monde à travers mon image est aligné à ce qui s'exprime réellement à l'intérieur de moi, alors je suis pleinement moi-même, authentique et vraie.

A travers un test d'approfondissement personnel sur ses choix de vie, nous définirons ensemble vos deux styles : Dominant et Sous-jacent.

Il comprendra une base composée de vos couleurs, vos matières et les coupes de vêtements qui vous ressemblent.

+33 7 82 10 53 94



contact@vraimentvrai.com
www.vraimentvrai.com

*Aide la femme à se relier à son originalité intérieure
et à l'exprimer par un style vestimentaire qui lui ressemble*



- Les options

Etat des lieux de mon dressing actuel

En fonction de la définition de votre style vestimentaire : couleurs, matières et coupes de vêtements, nous analysons ensemble l'adéquation de vos styles et votre dressing pour ne garder que ce qui vous correspond.

Notre inconscient sait souvent ce qui est bon pour nous et nous conduit à acheter ce qui nous correspond vraiment.

Cependant, nos états d'âme en proie aux blessures, au manque d'estime personnelle, au besoin de reconnaissance et d'acceptation, au conformisme social... nous poussent à surconsommer en faisant des choix contraires à nos véritables valeurs.

Ce « vide dressing » permet également de créer la rupture entre l'ancien et le nouveau, pour mieux se vêtir dans son authenticité.

Composition de Looks par thème

En fonction de la définition de votre style vestimentaire : couleurs, matières et coupes de vêtements, nous composons ensemble vos deux styles « Dominant et Sous-jacent » sur la base de deux thèmes au choix :

- Professionnel
- Sortie en amoureux
- Soirée entre amie
- Autres

Accompagnement en boutique

En fonction de la définition de votre style vestimentaire : couleurs, matières et coupes de vêtements, je sélectionne pour vous les boutiques adaptées à votre budget.

Nous réaliserons ensemble pendant une durée de 3 heures un shopping en fonction de vos thèmes, de vos styles et de votre budget.

+33 7 82 10 53 94



contact@vraimentvrai.com
www.vraimentvrai.com

*Aide la femme à se relier à son originalité intérieure
et à l'exprimer par un style vestimentaire qui lui ressemble*



Les tarifs

Les séances individuelles d'une durée de **2 heures** sont à : **150 euros TTC**

A la fin de chaque séance, vous repartez avec :

Se connaître par les couleurs :

*Livret sur la symbolique des couleurs pour adapter leur utilisation à votre quotidien – Résultats de vos tests de connaissance.

Morpho-structure :

*Fiche récapitulative de votre Morphotype et sa symbolique.

Fiche récapitulative de votre morphologie - Analyse de votre silhouette pour adapter vos coupes de vêtements en fonction de vos mensurations.

Colorimétrie : Température et Luminosité

*Fiche récapitulative de votre saison de couleur, explication sur sa symbolique dans votre rayonnement et leur influence dans votre énergie quotidienne.

Corps, Matières et Mouvement

*Fiche récapitulative de votre rapport aux matières qui soutiennent vos mouvements naturels.

Style vestimentaire & originalité

*Fiche récapitulative de vos styles Dominant & Sous-Jacent, et leurs symboliques.

-Les options :

- Etat des lieux du dressing + composition de Looks, 3h : **250 euros ttc**
- Accompagnement en boutique, 4h: **350 euros ttc**

+33 7 82 10 53 94



contact@vraimentvrai.com
www.vraimentvrai.com

*Aide la femme à se relier à son originalité intérieure
et à l'exprimer par un style vestimentaire qui lui ressemble*