

„Ich bin gut so, wie ich bin... “

Tipps und Anregungen für den persönlichen Auftritt

Für ein gutes Körpergefühl die eigenen Proportionen gekonnt in Szene setzen
Kleidung soll das Selbstbewusstsein stärken, die Lebensfreude steigern und für eine tolle und sympathische Ausstrahlung sorgen. Modisch, sportlich oder lieber elegant – Muster, Material und Schnitte sorgen dafür, dass die Frau von heute immer eine gute Figur machen kann.

Körperliche Veränderungen tragen jedoch zu einer gewissen Unsicherheit bei. Gerade im Umgang mit besonderen Lebensphasen, wie Schwangerschaft, beruflicher Wiedereintritt, berufliche Veränderungen oder in den Wechseljahren möchten Frauen ihr Wohlbefinden fördern, gut aussehen und dabei authentisch bleiben. Grundsätzlich sollte beachtet werden, dass die Kleidung zum eigenen persönlichen Körpertyp passt. Um Ihre Körperform optimal zu betonen, ist ein gewisses Know-how erforderlich.

Durch die Spiegelung Ihres Bildes erhalten Sie einen neuen Blick auf Ihre Wirkung und Ausstrahlung. Sie erhalten Informationen, wie Sie geschickt Betonungen setzen, wie Proportionen gestaltet und in den Blickpunkt gerückt werden können. Nutzen Sie Tipps und Anregungen für Ihren persönlichen Auftritt oder in einer Videokonferenz.

Inhalte:

- Mode oder Stil und was ist uns wichtig?
- Welche Körperformen gibt es?
- Kurzanalyse der persönlichen Körperform
- Tipps und Tricks zur Inszenierung der eigenen Proportionen

Referentin:

Marion Wilzbach, Personal Styling Coach, Münster (Hessen)

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Max. 8 Teilnehmerinnen

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um einen Workshop mit 3,5
Zeitstunden

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

1 Flipchart, 1 Pinnwand, Stromanschluss, Stühle in U-Form oder Halbkreis

Maximale Entfernung:

35 km ab Wohnort