

Authentisches Aussehen schafft Wohlbefinden

Wie sehe ich aus, wie möchte ich wirken?

Ein authentisches und stimmiges Aussehen hat erheblichen Einfluss auf unser individuelles Wohlbefinden, stärkt das Selbstbewusstsein, macht unabhängig von der Meinung anderer und von Modeerscheinungen und setzt zudem Energie frei.

Authentizität erreichen wir durch eine optimale Zusammenführung Ihrer persönlichen Farben mit der der Körperform entsprechenden Kleidung, aber auch durch die Auseinandersetzung mit folgenden Fragen:

- Wie sehe ich aus, wie möchte ich wirken?
- Repräsentieren Farben und Kleidung mein Wesen?
- Bin ich "bekleidet", wie ich mich fühle?

Entdecken und erleben Sie im Workshop, wie Farben wirken können, mit denen Sie bisher nicht in Kontakt waren, und welchen Spaß es macht, positive Seiten an sich zu erkennen und hervorzuheben. Als Ausgangsmaterial bringt jede Frau drei Kleidungsstücke mit, mit deren Hilfe wir bestimmte Kriterien erkennen können.

Inhalte:

- Ist-Zustand
- Farbwirkungen, Nutzung und Einsatz aller Farben
- Vorher - Nachher – Bild
- kurze individuelle Farbanalysen und Farbtyp-Make-up
- Gesichts- und Körperformbestimmung
- Kleiderformen, Material

Hinweis an die Teilnehmerinnen:

Sie erhalten ein Typ gerechtes Make-Up. Sie können sich vor Ort mit selbst mitgebrachten oder gestellten Produkten abschminken.

Referentin:

Gertrude Laukenmann, Schneiderin, Diplom-Sozialarbeiterin, Marburg

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Mindestens 5 und maximal 10 Teilnehmerinnen

Hinweis:

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

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Stromanschluss, 2 große Tische, höhenverstellbarer Stuhl, 1 weiße Wand oder Leinwand, mind. 20 qm, Seminarbestuhlung

Maximale Entfernung:

100km ab Marburg