**Mon témoignage :**

**1/ Les apports sur le plan personnel :**

Les évènements de la vie d'une femme nous font parfois perdre nos repères car nous ne pensons plus à nous ; comme si on oubliait un temps de respirer. Retrouver le chemin vers nous-mêmes, c'est se réconcilier avec notre image qui a évolué à notre insu, prise par les turpitudes de la vie. C’est donc nécessaire de se reconnecter à notre corps et à notre esprit pour retrouver l'image "perdue de vue" qui nous appartient. Notre enveloppe charnelle, aussi éphémère soit-elle est notre amie ; elle nous aide à nous transformer.  L'important, c'est que notre visage et notre corps rejoignent notre pensée pour ne faire qu'un. C'est ce bout de chemin que j'ai eu la chance de faire avec Laurence pour me sentir à nouveau aligner vis-à-vis de moi-même. C'est cet alignement qui nous donne une grande partie de notre énergie vitale.

**2/ Les apports sur le plan professionnel :**

Le travail fait consiste à faire jaillir ce qui est en nous-mêmes et donner à l’autre une vision plus complète de nous-mêmes que nous n’osons pas montrer ou n’arrivons pas à montrer.

C’est une démarche qui permet d’être perçu par les autres tel que nous sommes, de façon cohérente à notre savoir-être. C’est une histoire d’attitude et de comportement au-delà de la représentation physique.

Le travail ne s’arrête pas à l’apparence physique liée à l’image ; c’est aussi donner à l’autre une représentation de sa propre dimension professionnelle, de notre potentiel et des qualités morales que nous véhiculons. Quand tout cela est aligné, nous sommes plus en phases avec l’autre.

Les relations sont plus fluides.

Le travail réalisé s’apparente à un 360° et les apports sont très riches en contexte professionnel.