PRÉSENTATION

MODULE IMAGE DE SOI

COORDONNÉES

CHRISTEL HOUET-SANZEY
5 RUE DES MARÉCHAUX
76200 DIEPPE
KAMARELLINGERIE.COM
0605485661

Kamarel

LINGERIE

DESCRIPTION DU MODULE

Ce module (réappropriation de) l'image de soi se veut bienveillant.

Aucun jugement n'est fait, que vous soyez un homme, une femme, un peu des deux ou aucun des deux. Vous, moi, chacun est unique, et c'est un trésor à préserver et à valoriser.

Mais la société, notre éducation, la façon dont nous nous forgeons font que l'image mentale de notre physique est souvent bien différente que ce qu'elle est réellement.

Faisons la paix avec ce corps, avec acceptation et mettons-le en valeur.

Le module se divise en plusieurs sections.

Une section généraliste des fondamentaux qui seront détaillés pour vous.
Une section détaillant votre profil vestimentaire.
Une section étude de votre dressing.
Une section visage.
Une section colorimétrie.
Une section photothérapie.
Un suivi sur 3 mois

Le questionnaire qui vous sera envoyé a pour vocation de vous connaître, ainsi que vos attentes vis à vis de ce module.
Le module Image de soi se veut durable dans le temps, à travers les modes.

MODULABLE EVOLUTIF

Le noyau central du module est basé sur la morphologie vestimentaire. Un guide complet pour jeter les bases de la mode et vous voir d'un regard neuf, et bienveillant.

Les modules complémentaires peuvent être choisis en même temps, ou achetés ensuite au fil de l'eau de votre évolution.

Pour votre visage, pour égayer votre vie de couleurs, pour voir la vie et vos projets d'une nouvelle façon.

J'espère que ce module vous amènera vers la quiétude et l'épanouissement. Vers une acceptation de vous, mentalement, et physiquement.

Cela induit un mieux-être dans votre sensorialité, et une confiance en vous grandissante.

A la fin de ce module, vous aurez aussi l'approche comportementale de l'image de vous : l'étiquette, comment prendre soin de vous, comment avancer pour vous même, et être connecté à vos sens, comment lutter contre les coups de mou...

MON PARCOURS

JE SUIS CHRISTEL DE KAMAREL.
ET ÇA N'A PAS TOUJOURS ÉTÉ LE CAS.

J'ai eu plusieurs vies professionnelles.
Qui m'ont permise de construire Kamarel et ce module qui me tient à coeur.
Et d'acquérir mes compétences actuelles pour vous accompagner.
J'étais salariée dans une grande entreprise en tant qu'assistante commerciale. La tenue professionnelle y devient obligatoire il y a 20 ans pour mes collègues au contact régulier de la clientèle.
Une ligne de vêtements professionnels est créée par un grand couturier.
Ces vêtements, couvre-chefs doivent correspondre aux couleurs de l'entreprise, être pratiques, robustes et à la mode pour être acceptés et être portés.

Une agence de conseils en image anime des ateliers dédiés et me forme : morphologies, colorimétrie, conseils de coiffure, maquillage et choix des coupes de vêtements.
auprès de 200 collègues.

Quelques années plus tard, je me forme au beau métier d'aide-soignant.
L'intégrité de la personne soignée m'est essentielle. L'estime d'elle-même passe par son bien-être, le prendre soin. Cela passe par les soins de confort, d'hygiène, de beauté.
Le toucher-massage ausi.
J'apprends qu'il n'y a pas de mauvais corps.

Dans le cadre du bénévolat en période d'inactivité professionnelle et quand mes enfants sont petits, j'anime une dizaine d' ateliers de cosmétiques au naturel, j'apprends le maquillage pour enfants.

Je suis formée à nouveau en 2019/2020 dans le cadre professionnel de Kamarel et du bénévolat à parfaire mes connaissances sur l'image, sur la mode, le conseii et développement personnel.

Approchant paisiblement la cinquantaine, je suis plus que jamais en accord avec moi-même.
Ado, je suis trop potelée pour certains proches. La mode n'est pas aux pulpeuses avec mon 42 qui vaut un 40 européen actuel. J'ai entamé donc mon premier et long régime par rééquilibrage alimentaire et peu de restrictions au collège.
Une fois mon poids de forme atteint, et il est élevé aux dires du corps médical, je prive mon corps de nourriture. Un jour, j'en fais un malaise. Ce jour-là, j'arrête ce régime. Mais, j'ai acquis de bonnes bases de diététique en deux ans.
Je suis restée stable niveau poids plusieurs années en étant aussi glam' que Samanta Fox.
Je prends soin de moi, fais du sport, je me sens bien.
Bon, la pilule fait grossir, je limite la casse.

Mon ventre était mon gros point noir. Mon complexe.
Des abdos, j'en ai fait. Plein...
Je perds du poids après une histoire d'amour.
Puis je rencontre une personne qui me refait manger. Durant des années, j'alterne entre régimes hyperprotéinés et gourmandise, avec du sport en continu. Je monte au fil des années, des maternités, des soucis de santé jusqu'à 127 kg et porte un 52/54 au début de la quarantaine.
Après une perte de poids indépendante d'un régime, j'arrive à porter un 48 actuellement et je suis à peu près stable. Le poids que j'ai, je l'assume.
Ma volupté aussi.
Mon ventre fait partie de moi, et je l'aime.
Ce corps, je le remercie de me porter un jour de plus malgré ces tortures, cette haine de ne pas avoir été dans les idéaux de la mode.

KAMAREL

CRÉÉE EN 2018, KAMAREL GRANDIT.
LA LINGERIE EST LA BASE D'UNE TENUE LIÉE À L'INTIME, LES SENS, LA SEXUALITÉ.

VOUS CONNAITRE

CE QUESTIONNAIRE SERA LA BASE DE MON TRAVAIL POUR CE MODULE. POUR VOUS CONNAÎTRE. PAS QUELQU'UN D'AUTRE.

ÉTAPES	CALENDRIER	DURÉE
PHASE 01 QUESTIONNAIRE ET ÉVALUATION PREMIER RDV EN PRÉSENTIEL OU VIRTUEL	PREMIÈRE SEMAINE	1 HEURE
PHASE 02 VOS GUIDES SELON LES MODULES ET OPTIONS CHOISIS DEUXIÈME RDV EN PRESENTIEL OU VIRTUEL	DANS LES 3 SEMAINES	ENTRE 1 ET 3 HEURES
PHASE 03 MODULES OPTIONNELS ETUDE DE VOTRE DRESSING SHOPPING VIRTUEL OU REEL COLORIMETRIE SHOOTING BOUDOIR ACCOMPAGNEMENT COIFFEUR VISAGE VOS BONUS	PENDANT 3 MOIS	ENTRE 1 ET 3 HEURES SELON MODULE
PHASE 04 RETOUR D'EXPERIENCE RDV EN PRÉSENTIEL OU VIRTUEL EVALUATION DU MODULE	4ÈME MOIS	1 HEURE

TARIFS

CONTENU	PRIX	
MODULE PRINCIPAL		
ÉVALUATION 3 RDV EN PRÉSENTIEL OU DISTANTIEL GUIDES COMPRENANT : LES FONDAMENTAUX DE LA MODE LE GLOSSAIRE VOTRE MORPHOLOGIE LES COUPES ET LONGUEURS CONSEILLÉES ÉTUDE DE DEUX DE VOS LOOKS	250 €	bonus : l'étiquette
MODULES OPTIONNELS		
PHOTOTHÉRAPIE : STYLE BOUDOIR (MAKE UP ET COIFFAGE), 20 CLICHES RETOUCHÉS JPEG (PRÉSENTIEL UNIQUEMENT)	50€	
COLORIMÉTRIE VISAGE ET VESTIMENTAIRE	50€	bonus : recettes beauté au naturel
MORPHOLOGIE DU VISAGE : COIFFURE, LUNETTES, CHAPEAU	50€	
SHOPPING VIRTUEL OU RÉEL, 2 HEURES	50€	bonus : 4 looks pensés pour vous
ETUDE DE VOTRE DRESSING : ÉTAT ACTUEL, TRI, DRESSING IDÉAL	50€	
MODULE COMPLET MODULES PRINCIPAL+OPTIONNELS+BONUS	450 € PRÉSENTIEL 400€ DISTANTIEL	bonus : Je me rencontre

POSSIBILITÉ DE PAYER EN DEUX FOIS

100€ D'ÉCONOMIE SUR LE MODULE COMPLET