UN PAS APRES L'AUTRE ...

1 -PRISE DE CONTACT

ON DISCUTE DE TES ATTENTES, DE TON RAPPORT À L'IMAGE, ET DE L'AMBIANCE SOUHAITÉE. L'OBJECTIF EST DE CRÉER UN CLIMAT DE CONFIANCE.

2-SEANCE PHOTO

DANS UN CADRE BIENVEILLANT, TU ES GUIDÉ(E) EN DOUCEUR POUR TE SENTIR À L'AISE. AUCUN JUGEMENT, JUSTE TOI, AU NATUREL, DANS TOUTE TON AUTHENTICITÉ.

3-DECOUVERTE DES PHOTOS

TU DÉCOUVRES LES IMAGES AVEC UN NOUVEAU REGARD SUR TOI. UN MOMENT SOUVENT FORT, RÉVÉLATEUR ET VALORISANT.

POSSIBILITÉ D'ÉCHANGER APRÈS LA SÉANCE POUR METTRE EN MOTS CE QUE TU AS RESSENTI ET CONSERVER DES TIRAGES OU UN ALBUM EN SOUVENIR.

il y a un début *à tout*

LA PHOTOTHÉRAPIE EST UNE INVITATION À SE REGARDER AVEC BIENVEILLANCE REDÉCOUVRIR SA PROPRE BEAUTÉ ET REPRENDRE CONFIANCE EN SOI. C'EST UN ACTE FORT, SOUVENT BOULEVERSANT, MAIS PROFONDÉMENT LIBÉRATEUR.

A quoi ça sert ?

La photothérapie peut aider à :

- Reprendre confiance en soi après une période difficile (maladie, rupture, dépression, etc.)
- Accepter son corps tel qu'il est
- Mettre en lumière sa personnalité et sa beauté authentique
- Se voir autrement, avec plus de douceur et moins de jugement
- Célébrer un changement de vie ou un cheminement personnel

Pour qui ?

Tout le monde peut bénéficier d'une séance de photothérapie :

- Les personnes en quête de réconciliation avec leur image
- Celles qui se sentent « invisibles » ou mal dans leur peau
- Celles qui veulent vivre une expérience forte et valorisante
- Celles qui sortent d'un combat (cancer, dépression, transition, etc.)