

Accademia Alterego&Cambiolook presenta un nuovo corso a distanza o in presenza:

"Just Be. Una Nuova Immagine"

Hai voglia di un cambiamento, esteriore e interiore?
Vuoi superare un momento difficile, superare una delusione, un fallimento?
Vuoi recuperare o rinforzare la tua autostima?
Vuoi ricominciare a piacerti e a piacere?

Fatti un regalo. Ricomincia da TE.

Argomenti:

- *Lezione di portamento*
- *Comunicazione non verbale e atteggiamenti corporei*
- *Studio dell'immagine & del Make up*
- *Visualizzazione mentale creativa per rinforzare l'autostima e superare delusioni, fallimenti, paure, senso di colpa, etc.*

CORSO A DISTANZA CON TUTORAGGIO TELEFONICO.

Su richiesta il corso può essere effettuato in Accademia individualmente o in coppia/gruppo.

Descrizione Modalità a distanza:

- **Lezione di Portamento: lezione telefonica con video.**

Dovrai inviare due video. Il primo in cui cammini normalmente, prima di fronte e poi di spalle indossando scarpe con tacco basso e un secondo video, invece, in cui cammini indossando scarpe con tacco alto, sempre di fronte e poi di spalle la chi ti riprende.

Dopo che avrò visionato il video, lo analizzeremo insieme telefonicamente, e ti darò le indicazioni necessarie per migliorare la postura/camminata.

- **Comunicazione non verbale e atteggiamenti corporei: lezione telefonica con invio del materiale in pdf**

Durante questa lezione telefonica ti spiego quelli che sono i principi della comunicazione verbale e non verbale, e quali sono gli errori più comuni da evitare. Riceverai un file riepilogativo di quanto trattato in telefonata.

- **Studio dell'immagine: consulenza telefonica con invio del lavoro eseguito in pdf.**

Dovrai inviare due foto a figura intera, una frontale e una di spalle, preferibilmente in leggings e maglietta stretta di modo che si possano vedere bene le caratteristiche del fisico. Telefonicamente mi racconterai il tuo look quotidiano, i colori che più ti piacciono e se c'è un'occasione speciale per cui vuoi presentarti con un look diverso.

La consulenza di immagine comprende uno studio dettagliato di:

- *Taglio e colore di capelli*
- *Forma degli occhiali, da sole e da vista se li utilizzi*
- *Look da lavoro*
- *Look casual*
- *Look elegante*
- *Colorimetria*

- **Studio del make up: consulenza telefonica con invio del materiale in pdf**

Dovrai inviare una foto in primo piano del tuo viso, preferibilmente struccato. Telefonicamente mi spiegherai che prodotti usi solitamente per il make up, quali sono i colori che preferisci e per quale occasione vuoi sfoggiare il nuovo trucco (lavoro, serata con amici, primo appuntamento...), studierò per te il make perfetto!

- **Visualizzazione mentale creativa per aumentare e/o rinforzare il potere personale e cancellare delusioni e fallimenti: visualizzazione telefonica.**

Per svolgere la visualizzazione telefonica ti chiedo di ritagliarti un'ora di tempo in cui ti possa rilassare senza essere disturbato da telefonate o persone. Durante il percorso ascolterai la mia voce con un sottofondo di musica registrata a 432 hz, la frequenza dell'universo, che è in grado di "riequilibrare" e rilassare la nostra mente, esattamente come se stessi ascoltando una fiaba sonora.

Attraverso la visualizzazione creativa, da noi sperimentata con successo, sarai in grado di creare immagini per dominare la realtà. Trasmettiamo alle immagini della mente una serie di emozioni rassicuranti e positive, che ti permetteranno di prendersi cura del tuo futuro, scriverne la sceneggiatura, sederti sulla sedia del regista e... ciak si gira. Usando la mente, infatti, ci si può liberare dei limiti e delle barriere che finora ci hanno complicato la vita.

Grazie a questa tecnica, conosciuta anche come "Mental Coaching", si riesce a superare e cancellare dall'inconscio, dalla mente e dal cuore, sentimenti e sensazioni tristi o dolorose, paure, delusioni, rimpianti, senso di fallimento e sensi di colpa.

Questo percorso, grazie alla registrazione a 432 hz, ti aiuterà a sincronizzare i due emisferi del cervello, quello intuitivo e quello razionale, facilitando la trasformazione dei progetti in realtà.

Contattaci senza impegno per informazioni.



TERAPIE & CORSI DI FORMAZIONE

Cambioloook sas - Cassano d'Adda (MI) - Piazza Perrucchetti 36 - Tel 334 7898303

Legale rappresentante dr.ssa Federica Sala