

ECLAT D'ETRE | SEPTEMBRE 2025

# Catalogue Ateliers Psycho Socio Esthétique

---

Découvrez la vision d'Eclat d'Etre, les ateliers collectifs clés  
et les résultats attendus pour répondre à vos besoins.



# Sommaire

- |                             |                       |
|-----------------------------|-----------------------|
| <b>01</b> Introduction      | <b>09</b> L'expertise |
| <b>02</b> L'histoire        | <b>10</b> Témoignages |
| <b>04</b> Les valeurs       | <b>11</b> Contact     |
| <b>05</b> Les ateliers clés |                       |



# Introduction

Eclat d'Etre propose des espaces bienveillants et sécurisants où chacun.e peut se reconnecter à soi et aux autres, en embrassant son identité avec auto-empathie, confiance et dignité.



Éclat d'Être, est convaincu que le corps est un pont entre l'identité, les émotions et les relations. À travers la Psycho-Socio-Esthétique, Eclat d'Etre accompagne chacun.e vers une revalorisation de l'estime de soi, une stimulation de la confiance en soi, une meilleure conscience et appréciation de l'image de soi; c'est assurer la création de liens authentiques avec soi-même, les autres et la société.



# L'histoire

Je suis une professionnelle passionnée, convaincue du pouvoir réparateur du corps et de la relation humaine. Quand le corps est impacté par la vie, il convient d'apaiser ce dernier pour pouvoir (re)poser les bases d'une (re)construction de soi. Transformons les injustices en opportunités de croissance et d'épanouissement !

2018

Diplôme Psycho Socio Esthéticienne titre RNCP

2019

Référente Psycho Socio Esthéticienne au sein de l'association Joséphine - Groupe SOS Solidarités

2024

511 Ateliers collectifs animés entre 2019 et 2024

2025

Création d'Eclat d'Etre



# Les valeurs

L'approche d'Eclat d'Etre repose sur le bien-être holistique, l'inclusion et l'innovation, pour que chacun.e puisse accéder aux ressources nécessaires à son développement personnel et à son intégration sociale.

## **RESPECT**

Le rythme, l'histoire et l'unicité de chacun.e, sont respectés, sans jugement, toujours avec bienveillance. Discrétion professionnelle assurée

## **EQUITE**

Accompagnement impartial, sans jugement de valeur. Le Droit au corps est intrinsèque à l'approche d'Eclat d'Etre ainsi que les valeurs de mixité et de laïcité

## **INCLUSION**

Tous les corps, toutes les cultures, toutes les identités, tous les chemins de vie sont les bienvenus. Les espaces sont sûrs, ouverts et accessibles à tou.te.s. La parole est accueillie avec bienveillance

## **AUTHENTICITE**

Implication dans mon entièreté, avec la juste distance pour pouvoir vous accompagner au plus près de vos aspirations et de vos besoins.

# Les ateliers clés

## SOINS MALINS

**Besoin apparent** : créer des soins économiques

**Besoin profond** : favoriser l'autonomie et tisser du lien social

CAPACITE D'AGIR

## RÉVÈLE TA PALETTE

**Besoin apparent** : découvrir sa colorimétrie

**Besoin profond** : découvrir son identité et ses forces

VALORISATION SOCIO PROFESSIONNELLE

## UN TEMPS POUR MOI

**Besoin apparent** : initiation au prendre soin de soi

**Besoin profond** : valorisation de soi

GESTION DU STRESS  
PRE ET POST ENTRETIEN

# Les ateliers clés

---

## SILHOUETTES EN SCÈNE

**Besoin apparent** : Mise en valeur des morphologies

**Besoin profond** : confiance en soi

ESTIME DE SOI  
(RÉ)INSERTION

## COMPTOIR DES SENS

**Besoin apparent** : gestion des émotions au travers l'éveil sensoriel

**Besoin profond** : ancrage dans le présent, impulser l'élan

PROJECTION DANS LE FUTUR

## AU-DELÀ DES CASES

**Besoin apparent** : s'ouvrir à l'autre tout en se valorisant

**Besoin profond** : sortir des stéréotypes de genre et des rôles assignés; trouver sa place dans la société

IMPLICATION

# Les ateliers clés

## CORPS & ACCORD

**Besoin apparent :** réveil corporel, libération des tensions psychiques, émotionnelles et physiques

**Besoin profond :** connexion à soi et aux autres

INTEGRITÉ GLOBALE

## ESTIME & EXPRESSION

**Besoin apparent :** maquillage adapté aux codes socio-culturels

**Besoin profond :** image de soi, autodétermination, prise de parole en public

CONFiance EN SOI

## CLOTURE

**Besoin apparent :** célébration collective, création d'un objet commun

**Besoin profond :** capacité d'analyse, esprit de synthèse, travail d'équipe

AUTO-EVAUATION

# L'expertise

Un projet particulier ? De nouveaux besoins identifiés ? Forte de 7 années d'expérience de terrain, Eclat d'Etre s'adapte à chaque requête pour répondre le plus juste possible à vos demandes afin d'atteindre ensemble les objectifs.



## PUBLIC DIVERS

Aidants  
Parents  
Adolescent.es  
Personnes ayant des conduites addictives  
Personnes en parcours d'insertion sociale et professionnelle  
...

## ADAPTABILITÉ

Public  
Locaux  
Contexte  
Temporalité  
...

## EXPÉRIENCE

Danseuse  
Voyageuse  
Formatrice et Jury (2023 à ce jour)  
Educatrice Spécialisée DEES (7années)  
Psycho Socio Esthéticienne (2018 à ce jour)

# Témoignages

Qui mieux que VOUS peuvent parler des bénéfices de la PSE dans la vie quotidienne et dans la vie professionnelle ? MERCI !

"J'ai été ravi de découvrir la psycho-socio-esthétique : je pensais que c'était que pour les femmes." "Lumière qui éblouit mon quotidien". "On se sent comme en famille." "Je revis."

"Je remercie Lise pour sa douceur et sa bienveillance". "Solaire." "Merci pour votre sourire." "Atelier très sympathique" "Grâce à vous, je sais prendre soin de moi".

"Très heureuse d'avoir partagé cet agréable moment entre femmes." "Du bonheur." "Je me sens belle." "Lise est très professionnelle et dynamique." "Détente totale."

"J'ai apprécié le nombre restreint de participantes. Lise interroge chacune." "Merci à Lise pour son enthousiasme, sa patience et sa bonne humeur." "Simple et pas cher." "Résultats visibles."

# Contact

J'ai hâte de collaborer avec vous, de mettre en œuvre toutes nos idées pour répondre aux besoins identifiés et atteindre les objectifs déterminés avec les équipes et les personnes accompagnées. C'est un véritable plaisir de travailler ensemble et de contribuer à la réussite de vos missions. MERCI !



## INFORMATIONS

<https://www.eclat-detre.org>



[linkedin](#)



[facebook](#)



[instagram](#)