

Coaching. Doper ses talents

11 mars 2009



Améliorer son image : les conseils de Frédérique Durant

«Améliorer son image pour prendre confiance en soi, mais en restant soi-même». Tel est le credo de Frédérique Durant, coach conseil en image. Elle intervient, sur les secteurs de Vannes, Lorient et Quimper, auprès des entreprises et de leurs salariés, des personnes en recherche d'emploi, des étudiants et de toute personne qui souhaite valoriser son image. «Parce que la première impression est souvent celle qui reste». Il y a encore quatre ans, elle évoluait dans un tout autre domaine professionnel. «Je travaillais dans un grand groupe à Paris. Lors des entretiens d'embauche, je me suis aperçue du souci de l'image». De là est née son envie de s'installer à son compte, une fois la formation terminée. Après un premier entretien offert, pour «cerner les besoins et les attentes de la personne», place aux rendez-vous au rythme d'un par semaine, selon «un programme adapté». Le prix : de 100 à 490 ???, selon la prestation choisie, complète ou par module (coiffure, maquillage, vestimentaire). Et le nombre d'heures, même si «je ne regarde jamais ma montre. Je devrais, mais je suis une passionnée».