

L'image de soi, au lycée Notre-Dame de la Paix - Lorient

mardi 13 décembre 2011



Frédérique Durant, coach conseil en image, est intervenue, hier lundi, au lycée Notre-Dame de La Paix, devant des étudiants de 1 re année BTS communication et management des unités commerciales.

« **Notre apparence est notre premier outil de communication, elle est le prolongement de notre identité personnelle**, leur a expliqué Frédérique Durant. **Notre image doit nous correspondre afin qu'elle nous aide à nous épanouir dans notre vie privée et professionnelle. Il faut ensuite se synchroniser avec l'environnement et apprendre à contrôler à la fois sa gestuelle, sa voix, son code vestimentaire, tout en restant soi-même ».**

Lors du forum Innov'emploi, les élèves avaient assisté à une conférence de la consultante. Ils avaient souhaité la recevoir au lycée.