

Zapraszamy na warsztaty



7-8.10.2022 r.

Harmonia Wizerunku



To projekt dedykowany kobietom, które noszą w sobie pragnienie zmiany. Jest tak wiele momentów w naszym życiu, w których odczuwamy potrzebę zatrzymania się na chwilę. Czasu na to, by zadbać o to, co jest dla nas jedną z najważniejszych rzeczy - nasz wizerunek.

Chcemy dowiedzieć się w czym będziemy wyglądały najlepiej. Jakie kolory powinny znaleźć się w naszej szafie czy codziennym makijażu? Co jeść by czuć się lepiej, zdrowiej? Jak się traktować? Czy powinnam starać się być dla siebie najważniejszą, czy też wręcz przeciwnie?

Tyle pytań, ile potrzeb

7-8.10.2022 r.

Kobiety dla Kobiet



Stworzyłam ten projekt z myślą o tych właśnie potrzebach. Kobiety, które poprowadzą dla Ciebie warsztaty też miały takie pragnienia. Nadal je mają. Ale chcą teraz podzielić się z Tobą tym co odkryły i czego się nauczyły. Tym w czym zbierały przez lata doświadczenie.

Harmonia Wizerunku - to warsztaty spójności. Tego kim jesteś, kim chcesz się stać w harmonii z zewnętrznym pięknem i tym jaka muzyka gra w Twoim sercu.

Serdecznie zapraszam
Izabela Izdebska

7-8.10.2022 r.

„Moje Oblicza Kobiety”

Czy nam się to podoba, czy też nie, w trakcie swojego życia przyjmujemy mnóstwo różnych ról i w wielu wypadkach chcemy być w nich wszystkich najlepsze, perfekcyjne, idealne według oczywiście naszej definicji. Często w tej drodze do idealnej roli gubimy, zapominamy o tym, że przede wszystkim jesteśmy KOBIECAMI.

Chcę Cię zachęcić, a może zainspirować do tego, aby na chwilę przystanąć i popatrzeć na siebie w lustrze. Przyjrzeć się swojemu wizerunkowi, poczuć całą gamę uczuć i usłyszeć swoje potrzeby, nazwać je i zdecydować co chcesz z tym zrobić dalej. To polubienie, pokochanie całej siebie niedoskonałej w swojej doskonałości.

Czy to jest proste – oczywiście, że nie!

Czy to jest dobry moment, aby się temu przyjrzeć – najlepszy!

Czy masz gotowość i odwagę, aby to zrobić – zdecyduj!

„Moje Oblicza Kobiety”

Nawet najdłuższa droga rozpoczyna się od zrobienia pierwszego kroku. Bez względu na to jaki on będzie i czy w ogóle będzie, spraw sobie samej prezent – zajrzyj do siebie, pobądź ze sobą. Może to będzie czas zadumy, może kreacji a może inspiracji. Zatrzymaj się i popatrz na swoją autentyczność, odkryj wrażliwe pokłady swojej emocjonalności pokaż swoje piękno. To przecież jest Historia o TOBIE.

Zapraszam Cię w podróż do Ciebie. Przytulenia siebie własnymi ramionami z życzliwością i otwartością na to co przed Tobą.

O czym będzie :

- o postrzeganiu siebie i tworzeniu wizerunku
- o rolach i odpuszczaniu
- o stawaniu twarzą w twarz z własnymi emocjami
- o Twoich potrzebach zaspokojonych i niezaspokojonych
- o przekonaniach wspierających i ograniczających

„Kolorowa Kuchnia w zgodzie z naturą”

Podczas spotkania zainspiruję do odżywiania intuicyjnego, uważnego, świadomego, dopasowanego do pór roku i indywidualnie do potrzeb każdej z nas. Odżywianie to dawanie sobie i innym miłości.

1h - Pory roku, zegar dobowy, co natura nam pokazuje.

2h - Kolory w kuchni, zioła, zapachy, jakość.

3h - Zajęcia praktyczne z kuchni roślinnej.

Dla każdego uczestnika skrypt z przepisami i inspiracjami odżywiania w zgodzie z naturą.

„Z miłości do Piękna”

Warsztat Wizazowo-Pielęgnacyjny mający na celu wydobyć piękna, które bez wątpienia drzemie w każdej kobiecie.

Każda kobieta jest piękna. Nosi w sobie ogromny potencjał. Często nie wie jak zabrać się do tego, by wyeksponować swoje walory. Bywa, że właśnie ode mnie po raz pierwszy w życiu słyszy jak może tego dokonać.

"Pozwól się zabrać w świat piękna, elegancji i dbałości o siebie każdego dnia. To często proces. Proces przemiany rozpoczynający się od tego co widać. A kiedy poczujesz się dobrze, poczujesz się piękna, to będzie ta niezwykła iskra do tego by rozpocząć prawdziwą przemianę.

Daj się poprowadzić w drodze do piękna."

„Sztuka Kształtowania Osobistego Wizerunku”

1. Zasady dotyczące wizerunku.
2. Jaki styl jest Ci bliski? Styl a osobowość.
3. Analiza kolorystyczna.
4. Psychologia koloru.
5. Typy sylwetek - zasady.
6. Co trzeba mieć w swojej szafie - garderoba kapsułowa.
7. Kreowanie stylu za pomocą dodatków.

Warsztaty prowadzą:



Izabela Izdebska

Z pasji do ludzi i ich rozwoju a także z miłości do piękna stworzyła Instytut Wartości i Inspiracji. Na swoim koncie ma wiele zbudowanych zespołów. I mnóstwo zrealizowanych projektów.

Certyfikowany trener piękna wydobywający z kobiet to co drzemie głęboko a co sprawia, że rozkwitają. Trener współpracujący z Maxwell Leadership Certified Team. Mówca motywacyjny.

"Moją największą pasją w życiu jest dotykanie ludzkich serc, wpływ na dobrą zmianę. Odkrywanie ludzkich talentów, potencjału. Służenie w sposób, który pozwala im rozwijać to do czego zostają powołani"

Harmonia Wizerunku, to jej autorski projekt, do którego zaprosiła niezwykle kobiety, przyjaciółki.

***"Wierzę, że projekt ten sprawi Cię w zachwyty.
W zachwyty nad Tobą,
Twoim potencjałem i pięknem"***



7-8.10.2022 r.

Warsztaty prowadzą:



Barbara Wandachowicz-Kowalczyk

Socjolog, absolwentka Uniwersytetu Łódzkiego. Ukończone studia doktoranckie UŁ-wydział zarządzania. Praktyk biznesu z wieloletnim stażem na stanowiskach menadżerskich.

- Prezes Zarządu Krajowej Izby Mody,
- Dyrektor Zarządzający Łódzkiego Klubu Biznesu.
- Pomysłodawczyni i realizatorka projektu Akademia Mistrzów.
- Prezes Stowarzyszenia Instytut Kobiet (wolontariat).

Od kilkunastu lat prowadzi projekty szkoleniowe i doradcze dla firm ich zespołów pracowniczych, kadry menadżerskiej oraz coachingi rozwojowe. Za swoją działalność dwukrotnie nominowana do 100 Polek Roku.



7-8.10.2022 r.

Warsztaty prowadzą:



Justyna Zielińska

Terapeuta Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, fitoterapeuta, specjalista dietoterapii, psychodietetyki, medycyny klasztornej Świętej Hildegardy. Od ponad 10 lat z pasją realizuje projekty zdrowotne dla Stowarzyszeń, Fundacji, Domów Kultury, instytucji prywatnych.

Wiele lat współpracy z Polskim Towarzystwem Stwardnienia Rozsianego w zakresie zajęć terapeutycznych z kuchni roślinnej, konsultacji indywidualnych, przyniosło owoce w stworzeniu własnej Fundacji Życie w Harmonii by wspierać osoby z zaburzeniami żywienia.

Współpracuje z Centrum Medycyny Zintegrowanej w Warszawie udzielając konsultacji indywidualnych w zakresie medycyny chińskiej, dietetyki i fitoterapii. Twórcza książki *Dietetyka Skóry* w której łączy swoją miłość do kolorów pór roku i darów natury, Pracowni Odżywiania Naturalnego oraz Pogotowia Zakwasowego Łódź.



7-8.10.2022 r.



Plan warsztatów:

7 października (piątek)

15:00-15:30

przyjazd uczestniczek, zakwaterowanie

16:00-19:00

warsztat „Moje Oblicza Kobiety”

20:00-23:00

kolacja

8 października (sobota)

08:00-09:00

śniadanie

09:00-11:30

warsztat kulinarny „Kolorowa Kuchnia w zgodzie z naturą”

11:30-12:00

przerwa kawowa

12:30-14:30

warsztat pielęgnacji i wizażu „Z miłości do Piękna”

14:30-15:30

obiad

15:30-17:30

warsztat „Sztuka Kształtowania Osobistego Wizerunku”

17:30-18:00

podziękowania i zakończenie warsztatów

18:00

wyjazd uczestniczek

7-8.10.2022 r.



Spotkajmy się na Warsztatach Harmonia Wizerunku

Możesz zapisać się na warsztaty dzwoniąc na numer:

(+48) 538-309-770

lub pisząc na e-mail: izabelabeautyinspiration@gmail.com

Więcej informacji znajdziesz również na naszej stronie na Facebook:

<https://www.facebook.com/harmoniawizerunku>

Koszt warsztatów to:

970 zł przy zapisach **do 16 września**

i **1150 zł** przy zapisach **od 16 do 30 września**.

Ze względu na charakter zajęć, ilość miejsc jest ograniczona do 30 osób.

O dostępności decyduje rezerwacja miejsca + wpłata zaliczki w wysokości 50%

na konto: **74 1090 2590 0000 0001 3168 8193**

W tytule prosimy podać: Harminia wizerunku + nazwisko uczestniczki

Warsztaty odbędą się w „Dzkie wino” ul. Hallera 49, Wiewiórczyn k/Łasku.