

**“ Soyez vous-même, les autres sont déjà pris ! ”
(Oscar Wilde)**

Vous vivez une période de bouleversements, de remise en cause, de doutes et de questionnements ?

Vous vous sentez enfermée dans une routine qui vous étouffe ?

Et si c'était le moment pour vous de faire le point et de donner un nouvel élan à votre vie ?

Bonjour, je m'appelle Blurette CARRIÈRE, je suis **coach et conseillère en image**.

Je vous aide :

- à vous sentir en harmonie avec vos propres valeurs ;
- à valoriser votre estime et votre image ;
- à booster votre confiance en vous.

Bref à vous sentir bien dans votre peau !

Un coaching qui place l'humain au cœur du dispositif

J'ai toujours eu à cœur d'apprendre dans le but d'aider les autres et de leur transmettre mon savoir.

C'est la raison pour laquelle j'ai suivi des études de droit.

Ensuite, ma maîtrise de droit en poche, j'ai travaillé pendant de nombreuses années en tant que juriste dans un organisme social. Une **expérience très riche en contacts humains**, au plus près des réalités de notre société.

Puis animée par le désir de m'impliquer davantage et différemment auprès des personnes, je me suis tournée vers le coaching en développement personnel : un métier pluridisciplinaire où la **dimension humaine et psychologique prend tout son sens**.

J'ai alors passé un diplôme universitaire en coaching et performance mentale (Université de Bourgogne - mention très bien - 2015).

Le style et le bon goût à votre portée

Je vais vous faire une confidence : j'ai toujours - sans le vouloir - suscité l'admiration de mes amies en sachant valoriser mes atouts et associer différentes pièces de vêtements pour avoir du style.

J'accorde un soin particulier dans le choix de la tenue que je porte et à mon apparence physique.

Pourquoi ?

→ → Parce que je sais que nous sommes toutes et tous vus avant d'être entendus et que nous sommes **jugés sur notre apparence physique.**

→ → Parce que valoriser notre image personnelle nous aide à acquérir une meilleure estime et une plus grande confiance en nous.

→ → Parce que notre image influe sur notre rapport aux autres.

Aussi, il m'a semblé logique de compléter mes prestations de coach par **une formation aux techniques et aux méthodes du conseil en image.**

L'envie de transmettre

Vous ai-je dit que je suis une femme passionnée, qui aime aller au bout de ses convictions ?

Dans mon souci constant d'apporter un mieux-être aux autres et de transmettre mes connaissances, je propose également depuis 2016 - en plus du coaching et du conseil en image - des **ateliers et des formations autour :**

- **de la valorisation de l'image personnelle (levier essentiel de l'insertion)**
- **et de la gestion du stress.**

Le conseil en image, c'est un vrai métier qui s'apprend

On ne peut pas s'improviser conseillère en image. Le coaching comme le conseil en image nécessitent une **formation solide qui associe théorie et pratique.**

Les formations suivies et les diplômes que j'ai acquis me permettent de lier **approche psychologique et outils pratiques**, pour vous offrir un accompagnement sérieux et totalement individualisé.

Mes proches, mais aussi les personnes rencontrées au cours de mon parcours professionnel mettent en avant :

- ma sérénité ;
- ma bienveillance ;
- ma capacité à écouter, sans porter de jugement.

Mes clients disent se sentir immédiatement en confiance avec moi et cela les incite à la confiance. Je me définis moi-même comme une personne douce et patiente, animée par le désir constant de venir en aide mais sans jamais imposer ma propre vision des choses...

Voici quelques témoignages :

Je vous invite également à écouter mes interventions sur la radio France Bleu Auxerre :

- le 18/10 : thème : « Les couleurs de l'automne » ([lien vers le podcast](#))

- le 13/11 : thème : « Les cheveux blancs et les cheveux gris »

L'important c'est vous

Je suis une femme heureuse et épanouie et je réalise chaque jour ma chance d'exercer des métiers qui s'enrichissent mutuellement et que je conjugue avec passion.

Et je vous souhaite le meilleur à vous aussi : alors je mets à votre disposition tous mes savoir-faire et expérience pour vous accompagner, **dans le respect de votre personnalité et de vos valeurs, vers votre bien-être, votre réussite et votre épanouissement.**

Alors, partante pour ouvrir le champ des possibles ?

Pour prendre contact avec moi, c'est par **[ici \(lien vers ta page contact\)](#)**

Au plaisir d'échanger avec vous.

À très bientôt.

Chaleureusement.

Bluette