

# AFFIRMER ET OPTIMISER SON IMAGE PROFESSIONNELLE

*Importance de l'image professionnelle*

*L'image et son entreprise*

*Colorimétrie*

*Analyse morphologique et définition des styles vestimentaires*

Durée : 21 heures (3.00 jours)

Délais d'accès : 1 mois

## Profils des stagiaires

- Chefs d'entreprise, cadres, managers, responsables
- Toute personne souhaitant améliorer son image, reprendre confiance en soi et gagner en confort aux regards des autres
- Toute personne amenée à s'exprimer devant un public
- A tous les organismes tels que : AFPA, GRETA, Pôle emploi, Missions locales, organismes d'aide aux entrepreneurs, organismes de formation privés, ...
- Aux écoles

## Prérequis

- Toute personne ayant du mal à s'affirmer, à se mettre en valeur et à se mettre en avant

## Objectifs pédagogiques

- Construire une image en cohérence avec son environnement professionnel : adapter les codes vestimentaires à son projet
- Développer son image professionnelle

## Contenu de la formation

- APPRENDRE A MIEUX SE CONNAITRE : BILAN D'IMAGE
  - Questionnaire d'entrée : Evaluer son image actuelle : comment je me perçois ? comment les autres me perçoivent ? Que disent-ils de moi ? Introspection.
  - Identifier mes objectifs et mes attentes : quelle image je veux renvoyer ?
  - L'impact de l'image
  - Mise en situation
  - Exercices
- PARFAIRE SON IMAGE
  - TEST DE COLORIMETRIE : Définir quelles sont les couleurs qui vous vont le mieux au teint en utilisant la méthode des 4 saisons : drapping
  - Analyser sa morphologie : la forme de sa silhouette
  - Coordonner les vêtements et les accessoires en fonction de son corps (cf Powerpoint)
  - Définition des styles vestimentaires : 2 questionnaires
  - Mise en situation

## Organisation de la formation

SAS Agence CAROLINA  
47 Rue de Saragosse  
31200 TOULOUSE  
Tel : 06.27.94.61.25  
Email : info@agencecarolina.com



#### **Equipe pédagogique**

#### **Moyen pédagogiques et techniques**

- Documents supports de formation projetés.
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

#### **Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation**

- Feuille de présence
- Mise en situation et cas pratiques
- Formulaire d'évaluation de la formation

#### **Accessibilité**

Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite



**Tarif:** 900 € HT

#### **CONTACT :**

Carolina TORANZO GENLICE  
06.27.94.61.25  
Info@agencecarolina.com