

Ajouter à ses atouts l'Impact de son IMAGE personnelle

Inter à Paris



3 participants maxi
Réalisation assurée
aux dates prévues

Durée : 2 jours + indiv.

Dates :

31 mai – 1 juin
 14 – 15 octobre

Prix HT : 1.690 €

- ◆ Clarification des objectifs.
- ◆ Travail en journées
- ◆ Session Individuelle de suivi et conseils personnalisés : 1 H 30

Individuel

Durée : 10 heures en face à face

Dates : choisies avec le stagiaire

Prix HT : 2.100 €

- ◆ Clarification des objectifs.
- ◆ Travail sur 10 H réparties en 2 sessions
- ◆ Appels appui

En option - sessions individuelles de suivi : 210 €/heure

Intra (Sur mesure)

Adaptation du nombre de participants, du contenu et de la durée, en fonction des objectifs visés.

Animateur

Hélène CHOUMILOFF

CONTEXTE :

*Nos clients, nos collaborateurs, nos collègues, nos fournisseurs nous regardent avant de nous écouter et **nous n'avons jamais deux fois l'occasion de faire une première bonne impression** auprès d'eux.*

*La **présentation personnelle** qui inclut de nombreux facteurs d'expression (vêtements, attitude,...) est **un langage qui mérite d'être travaillé**. Faites de votre image un outil de crédibilité.*

OBJECTIFS :

A l'issue de cette formation, les participants disposeront de moyens pour :

- mettre en valeur leur image professionnelle et la maîtriser,
- gagner en crédibilité et en confiance en eux,
- valoriser leur communication par leur apparence,
- s'adapter à leur environnement.

PUBLIC : Toute personne qui est au contact d'un public, de clients, qui veut se positionner et mettre les atouts de son côté.

THÈMES pouvant être abordés

Apparence et pouvoir de communication

Les enjeux personnels et professionnels
 Les pièges et les règles d'or
 Tests Individuels

Définir l'image que je veux donner de moi

Pôles à prendre en compte : moi, les autres, mes projets
 Solutions envisagées pour éviter les messages ambigus en incohérence avec mes valeurs
 Exprimer ma véritable nature, être cohérent avec moi-même, tout en étant dans le ton juste par rapport à mon environnement

Découvrir et valoriser mon style en liaison avec ma morphologie, ma façon de m'habiller, mes activités,...

Habiter mes couleurs en identifiant mes harmonies personnelles à partir de mes yeux, mes cheveux, ma peau ; chacun étant unique, définition d'une palette personnelle de couleurs
 Règles vestimentaires : choix des formes, du style, ...
 Conseils sur la coiffure, les accessoires, les lunettes
 Mise en valeur du visage
 Apprendre à tirer parti de ma garde-robe, en dépareillant, en accessoirisant

Valider les changements envisagés

Quel ressenti ?
 La perception des autres à mon égard
 Les difficultés éventuelles de mise en pratique et les solutions.

Des moyens pratiques sont proposés aux participants pour repérer leurs couleurs et les associer, identifier les formes et les styles qui les valorisent, les matières qui leur correspondent.

Tous les conseils sont personnalisés : remise d'échantillons d'une palette de couleurs vestimentaires et d'un dossier «style» individualisé.