

Faites de votre image l'alliée de votre réussite 3 jours

Objectif général

En trois jours, faites votre autodiagnostic et apprenez à mettre votre image en valeur. Adaptez votre style à votre morphologie, jouez sur vos particularités et utilisez des accessoires en fonction de vos objectifs professionnels, dans le respect de votre personnalité.

Public

Chef d'entreprise, artisan et leur conjoint, salarié

Pré-requis

Avoir suivi la formation « Soyez plus convaincant grâce à une gestuelle maîtrisée » serait un « + ».

Programme

Jour 1 :

Matin

- ∕ Prendre conscience de l'importance de l'image comme facteur de réussite de la vie professionnelle
- Bilan de son image à partir d'exercices d'autodiagnostic

Après-midi

- ∕ Découvrir les différentes techniques de mise en valeur de la personnalité
- La colorimétrie, le cercle chromatique et la méthode des quatre saisons

Jour 2 :

Matin

- ∕ Savoir mettre en valeur son visage
- Etude morphologique, techniques de maquillage et corrections, port de la barbe

Après-midi

- ∕ Corriger ou accentuer une particularité physique
- ∕ Choisir des montures de lunettes, bijoux et accessoires adaptés

Jour 3 :

Matin

- ∕ Découvrir son propre morpho-style afin d'adapter son style vestimentaire à sa personnalité et son milieu professionnel
- Etude morphologique de la silhouette (les silhouettes de référence masculines et féminines)

Après-midi

- ∕ Définir son style personnel au-delà des tendances de la mode
- Les codes vestimentaires
 - Lien avec l'identité visuelle de son entreprise
 - La gestion de la garde-robe et la définition des basiques

Moyens et encadrements pédagogiques

- ⑩ Atelier participatif en groupe restreint (12 personnes maximum).
- ⑩ Animation par des consultants experts dans le domaine.
- ⑩ Outils et supports pédagogiques, exercices pratiques.
- ⑩ Evaluation et remise d'une attestation de formation.

Pour plus d'informations

Service Formation Continue - Par territoire :

04 : formationcontinue04@cmar-paca.fr
04 92 30 90 97 - 06 70 27 71 76

13 : formationcontinue13@cmar-paca.fr
04 91 32 24 70

05 : formationcontinue05@cmar-paca.fr
04 92 52 80 15

83 : formationcontinue83@cmar-paca.fr
04 94 61 99 65

06 : formationcontinue06@cmar-paca.fr
04 92 12 53 45

84 : formationcontinue84@cmar-paca.fr
04 90 89 20 40

<https://www.cmar-paca.fr/catalogues-des-formations>