



OBJECTIFS

- Développer ses potentiels en termes d'image personnelle,
- Renforcer l'image de soi au sein de sa fonction,
- Définir et affirmer son style en accord avec son métier et sa personnalité.

PUBLIC

Toute personne souhaitant renforcer cette compétence.

PRE-REQUIS

Envoi d'un questionnaire d'analyse de besoin aux participants.

DUREE

1 jour.

PROGRAMME

Matin :

- Présentation des principes de base pour valoriser son image. Chaque participant bénéficiera de conseils personnalisés en fonction de sa morphologie et de sa carnation,
- Etude de la coupe de cheveux : Conseils pratiques sur coupe et couleur de cheveux,
- Conseils sur les formes et couleurs de lunettes et sur les accessoires visage,
- Etude des couleurs de vêtements : les codes couleurs en entreprise et les gammes de couleurs adaptées aux différentes carnations.

Après-midi :

- Etude du style avec une tenue professionnelle :
 - Présentation de soi, comment prendre sa place en public,
 - Exercices gestuels, Postures.
- Changement de fonction : Comment s'habiller lors d'une prise d'une fonction, sans tenue, mais avec représentation ? Celles et ceux qui le désirent apportent 2 tenues différentes, l'une classique, l'autre type « friday wear », les deux tenues étant utilisées au travail,
Le but de l'exercice étant de définir pour chacun son style et des tenues, adaptés à sa fonction et à sa morphologie. Et notamment, le style de la tenue « Friday wear » qui restera soignée et harmonieuse avec soi, sa fonction et l'entreprise.
- Accessoirisation des tenues,
- Plan d'actions : ce que je vais tester.

Possibilité d'organiser ce thème : SANS tenue professionnelle.

METHODES

Notre approche pédagogique est :

- **Active et décalée** : travaux en sous-groupes, étude de cas, mise en situation, théâtre en forum.
- **Pragmatique** : formation-action, nous sommes centrés sur les situations de participants et recherchons ensemble comment optimiser un mode de fonctionnement ou résoudre une difficulté.
- **Responsable** : nous co-construisons avec le groupe les alternatives à la pratique existante.

EVALUATION

Avec l'accord du commanditaire, nous proposons une double évaluation :

- Une évaluation à chaud de la satisfaction à l'issue du stage.
- Un bilan sur l'impact de la formation à 3 mois auprès des participants.