

Programme de formation

Optimiser son image professionnelle : Les clefs pour bien commencer dans la vie active

❖ Objectif général

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en capacité d'adapter son image professionnel vis-à-vis de de son poste et des valeurs entreprises.

❖ Objectifs pédagogiques spécifiques

- Appréhender l'impact de la communication non verbale lors d'un 1^{er} échange et identifier les outils pour optimiser son image véhiculée.
- Utiliser les couleurs comme outils de la communication non verbale et reconnaître ses couleurs personnelles.
- Découvrir les différents styles professionnels selon les codes et les valeurs entreprises.
- Distinguer les outils pour valoriser sa silhouette dans le domaine professionnel.

❖ Programme :

- Identifier les éléments d'une 1^{ère} impression dans le domaine professionnel.
- Adapter sa communication non-verbale dans le domaine professionnel.
- Découvrir le dress code selon les entreprises.
- Découvrir les couleurs comme outils de communication non-verbal.
- Identifier les couleurs adaptées à soi et l'adapter au domaine professionnel.
- Savoir coordonner les couleurs pour une image cohérente.
- Apprendre à valoriser son image selon sa silhouette
- Identifier les tenues adaptées dans le domaine professionnel.
- Connaître les différents styles vestimentaires professionnels selon les postes et l'entreprise
- Savoir analyser sa tenue professionnelle et apporter les axes de progression.

❖ Moyens mobilisés :

- Méthodes actives, affirmatives, participatives
- Fiches techniques, Fiches outils, livret remis à la fin de la formation
- Ateliers et jeux de rôles

❖ Durée et lieu de formation :

- En présentiel : 3 séances de 3 heures
- Au sein de votre établissement.

❖ Modalités et délai d'accès :

- Prise de contact par mail ou par téléphone pour fixer ensemble les objectifs et échanger en détail sur vos besoins. Après ce 1er rendez-vous, nous vous envoyons une ou plusieurs propositions sur-mesure de formation et après un dernier entretien nous fixons ensemble les détails et modalités (nombre de participants, lieu, ...)
- 1 mois

❖ Publics :

- Etudiants en commerce

Amandine LE NIR -Le miroir de Flo
19 rue des Mésanges-85110 Chantonnay
06-71-79-22-69 - lemiroirdeflo@gmail.com - lemiroirdeflo.fr
Numéro DA 52850262185 (cet enregistrement
ne vaut pas agrément de l'Etat) -Numéro de SIRET : 90204528500019

Mise à jour le 23/07/2024 -V2

- ❖ Prérequis :
 - Aucun

- ❖ Moyens de suivi :
 - Feuille d'émargement, compte rendu envoyé par mail quelques jours après la fin de chaque séquence.

- ❖ Matériel :
 - Paper Board ou tableau blanc
 - Vidéo projecteur

- ❖ Modalités d'évaluation :
 - Questionnaire à l'entrée et à la sortie de la formation.
 - Evaluations continues avec la méthode interrogative, expositive, étude de cas pratique.
 - A la fin de la formation, évaluation de satisfaction, et remise d'un certificat de réalisation.

- ❖ Formatrice :
 - Amandine LE NIR entreprise « Le miroir de Flo » conseillère en image certifiée. 15 ans d'expérience dans le commerce et le management.

- ❖ Tarifs :
 - Sur devis, nous contacter.

- ❖ Adaptations pédagogiques et techniques pour les personnes en situation de handicap :
 - Une analyse approfondie sera réalisée avec vous afin d'identifier les actions à mettre en place et / ou la nécessité de solliciter notre réseau partenaire afin de permettre une accession à la formation dans les meilleures conditions possibles.