

## Programme de formation

### Valoriser son Image professionnelle

- ❖ Objectifs :
  - Identifier les bonnes pratiques de la communication non-verbale dans le domaine professionnel.
  - Découvrir les éléments des différents styles vestimentaires professionnels.
  - Adapter sa posture, sa tenue professionnelle et son attitude dans le domaine professionnel en fonction du poste, de l'entreprise et de sa personnalité.
  
- ❖ Programme (en 4 séquences) :
  - Séquence n°1
    - Identifier les éléments d'une 1<sup>ère</sup> impression dans le domaine professionnel.
    - Adapter sa communication non-verbale dans le domaine professionnel.
    - Connaitre et gérer son stress.
  
  - Séquences n°2
    - Comprendre les éléments de l'image de soi et son importance.
    - Découvrir les couleurs comme outils de communication non-verbal.
    - Identifier les couleurs adaptées à soi et l'accorder au domaine professionnel.
    - Comment coordonner les couleurs pour une image cohérente.
  
  - Séquence n°3
    - Identifier le dress code en fonction du poste de l'entreprise.
    - Décrypter des annonces d'emploi.
    - Analyser les éléments importants à prendre en compte avant de postuler.
  
  - Séquences n°4
    - Adapter sa tenue selon sa silhouette.
    - Identifier les tenues adaptées dans le domaine professionnel.
    - Apprendre à entretenir ses vêtements.
  
- ❖ Moyens pédagogiques :
  - Méthode 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 : 4 séquences (4 jours) de 2 heures.
  - Au sein de votre structure.
  
- ❖ Délai d'accès :
  - 1 mois
  
- ❖ Publics :
  - Salarié du chantier d'insertion rencontrant des difficultés à valoriser son image professionnelle. Groupe maximum de 10 personnes
  
- ❖ Prérequis :
  - Aucun

- ❖ Moyens de suivi :
  - Feuille d'émargement, compte rendu envoyé par mail quelques jours après la fin de chaque séquence.
- ❖ Matériels :
  - Vidéoprojecteur, écran blanc, paperboard.
- ❖ Evaluation :
  - Questionnaire à l'entrée et à la sortie de la formation.
  - Evaluations continues avec des QCM, la méthode interrogative et les mises en situation.
  - A la fin de la formation, évaluation de satisfaction, et remise d'une Attestation de formation.
- ❖ Formateur :
  - 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.

Dernière mise à jour 19/08/2023