

# Programme de formation détaillé RELOOKEZ VOTRE IMAGE

Durée : 1 jour

Associez ce stage avec la formation  
**Devenir un meilleur communicant ou  
Perfectionnement en maquillage**  
pour une prise en charge totale de votre  
cliente

## 1. IMAGE DE SOI

- L'importance de l'Image aujourd'hui dans la communication
- Image perçue, réelle et souhaitée

## 2. COLORIMETRIE

- Notions de colorimétrie
- Règles de base, proportions et harmonies à respecter en matière de couleurs
- Impact des couleurs sur nos interlocuteurs et image perçue.
- Déterminer sa coiffure idéale (couleur, coupe)

## 3. MORPHOLOGIE ET STYLES VESTIMENTAIRES

- Les différentes morphologies chez la femme.
- Les 9 styles vestimentaires chez la femme
- Comment « camoufler » un complexe
- Travailler l'axe vertical pour allonger la silhouette
- Savoir choisir les bons accessoires.
- Conseil et morpho-style (coupes, matières, imprimés, etc.)
- Etre plus féminine sans paraître vulgaire.
- Donner une image plus élégante sans être trop classique.
- Paraître plus jeune sans tomber dans le côté ado ou bimbo.
- Véhiculer plus de dynamisme sans aller dans l'excès.
- Conseils pour paraître plus mince.
- Astuces pour cacher le ventre.

## 4. SYNTHÈSE

### **OBJECTIFS :**

- Véhiculer une image en phase avec ce que l'on souhaite dégage
- Déterminer son style vestimentaire
- Connaître les couleurs, les coupes et les motifs adaptés à sa morphologie
- Connaître les proportions et les harmonies de couleur à respecter dans une tenue vestimentaire

### **NATURE DE LA FORMATION :**

Adaptation et développement des compétences.

### **PUBLIC :**

Tout public

### **PRE-REQUIS :**

Aucun

### **EFFECTIF :**

Groupe de 8 personnes maxi

### **DATES, HORAIRES ET LIEU :**

selon planning



### **DURÉE :**

8 heures (1 jour x 8 h)

### **TARIF (à partir de) :**

250 € nets de taxes/jour/pers.

### **CONDITIONS DE REGLEMENT :**

cf Conditions Générales de Vente

### **ENCADREMENT/INTERVENANT :**

Emmanuelle TELLIER, Dirigeante d'IMAGE CONSULTING, spécialiste de la Communication et Conseillère en Image Personnelle et Professionnelle. Diplômée Ecole Supérieure de Commerce et de l'Institut de Relooking International.

### **MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES**

#### **MIS EN ŒUVRE :**

Formation en présentiel ou distanciel, opérationnelle, qui alterne apports théoriques et pratiques.

Rattachement des apports méthodologiques aux situations professionnelles quotidiennes vécues.

Matériel utilisé : diaporama, paperboard, jeu de tissus (drapping), documents papier remis au stagiaire en fin de formation.

#### **MOYENS PERMETTANT DE SUIVRE**

#### **L'EXECUTION DE L'ACTION :**

Pour chaque demi-journée de formation, une feuille de présence (état d'émargement) sera signée par le stagiaire et le formateur, l'objectif étant de justifier la réalisation de la formation.

#### **MOYENS D'EVALUATION PAR**

#### **L'ORGANISME DE FORMATION:**

Pour permettre de contrôler si le stagiaire a acquis les connaissances dont la maîtrise constitue l'objectif initial de l'action, l'évaluation du stagiaire s'effectuera au moyen d'un test oral effectué en fin de formation.

#### **SANCTION DE LA FORMATION :**

Attestation de présence et d'évaluation des acquis.