

## 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

##### Jour 2 :

###### Matin

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

##### 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

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

###### Après-midi

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

###### 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

---

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

#### Pour plus d'informations

---

##### Service Formation Continue - Par territoire :

04 : [formationcontinue04@cmar-paca.fr](mailto:formationcontinue04@cmar-paca.fr)  
04 92 30 90 97 - 06 70 27 71 76

05 : [formationcontinue05@cmar-paca.fr](mailto:formationcontinue05@cmar-paca.fr)  
04 92 52 80 15

06 : [formationcontinue06@cmar-paca.fr](mailto:formationcontinue06@cmar-paca.fr)  
04 92 12 53 45

13 : [formationcontinue13@cmar-paca.fr](mailto:formationcontinue13@cmar-paca.fr)  
04 91 32 24 70

83 : [formationcontinue83@cmar-paca.fr](mailto:formationcontinue83@cmar-paca.fr)  
04 94 61 99 65

84 : [formationcontinue84@cmar-paca.fr](mailto:formationcontinue84@cmar-paca.fr)  
04 90 89 20 40

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