



## Public

Commercial ou toute personne souhaitant améliorer la qualité de ses activités commerciales



## Pré-requis

Aucun



## Durée

3 jours – 24 heures

Horaires : 08h30 – 12h30  
14h00 – 18h00



## Organisation

Diagnostic / positionnement avant la formation.

Pédagogie en face à face : alternance entre les connaissances "terrain" et les apports théoriques.

Écoute active des besoins, réponse aux attentes tout en respectant les objectifs pédagogiques fixés.

Échange avec le groupe afin de faire ressortir les notions-clés de la formation.

Mise en pratique à travers des exercices issus du vécu professionnel des participants.

Remise d'un support de cours numérique et/ou écrit.

Remise d'une attestation de formation.



## Évaluation

Évaluation sommative à travers un cas pratique à chaque fin de module.

# VALORISER SON IMAGE PERSONNELLE POUR MIEUX COMMUNIQUER

## OBJECTIFS

- Mettre tout en œuvre pour être bien dans sa peau et être à l'aise pour communiquer.
- Prendre conscience de l'importance de son image personnelle dans une relation commerciale.
- Etre en phase avec les valeurs développées par et dans l'entreprise.
- Adopter un comportement de « pro ».
- Adopter son style en fonction de sa personnalité et de sa morphologie ( les différents styles vestimentaires).
- Importance et signification de la gestuelle.
- Coiffure et maquillage : juste ce qu'il vous faut pour être bien dans « votre peau ».
- Découvrir ses atouts pour mieux les mettre en valeur.
- Savoir utiliser la couleur - Utiliser des astuces pour équilibrer sa silhouette - Etc.

## PROGRAMME

### 1. Adopter d'emblée le comportement professionnel

- Réussir la première impression.
- Prendre conscience de l'importance de la communication non-verbale.

### 2. DécodEr l'image de l'entreprise

- Les codes de l'entreprise et de son secteur.
- La culture d'entreprise.
- Concilier image de l'entreprise et style personnel.

### 3. Savoir utiliser la couleur

- Découvrir la théorie des couleurs : le cercle chromatique et son utilisation.
- Repérer les couleurs qui vous conviennent et s'harmonisent entre elles.

### 4. Adapter son style en fonction de sa personnalité et de sa morphologie.

- Les différents styles vestimentaires.
- Le langage du vêtement.
- Rechercher et découvrir ses atouts pour les mettre en valeur.
- Utiliser les trucs pour rééquilibrer une silhouette.

### 5. Valoriser son capital image et son esthétique

- Prendre en compte la morphologie du visage. Harmoniser les accessoires : lunettes, bijoux