



ATELIER

« Valoriser son image et mieux aller de l'avant »

Lorsqu'on se plaît, on a tout à gagner !

Avoir une bonne image de soi c'est avoir une image cohérente, crédible et convaincante, une image gagnante.

L'OBJECTIF de cet atelier est de valoriser son image pour mieux communiquer, renforcer sa confiance en soi, gagner en assurance pour être à la hauteur de ses enjeux personnels et professionnels.

PUBLIC : Toute personne en recherche d'emploi qui souhaite se préparer pour un entretien professionnel, à une prise de parole en public, à toute situation où l'image de soi peut avoir un impact significatif....

Le public visé pour cette session est un groupe de 6 à 8 candidates.

THEMES ABORDES :

Comment adopter les codes gagnants pour une communication cohérente et efficace :

- ✓ Visuel (apparence), Vocal (gestuelle attitude) Verbal (message)
- ✓ Codes vestimentaires gagnants/perdants (conseils et astuces)
- ✓ Découverte des couleurs qui mettent le mieux en valeur,
- ✓ Conseils hygiène et soins de la peau et des cheveux
- ✓ Maquillage : technique facile à réaliser au quotidien,
- ✓ Conseils de coupe et couleurs de cheveux
- ✓ Comment adapter les vêtements aux différentes morphologies.

Conseils et astuces pour soigner son image et adapter au mieux sa tenue à moindres frais...

Intervenante : Sylvie Destruel qui capitalise une quinzaine d'années d'expérience de conseil en image auprès d'Associations culturelles, d'associations d'insertion, d'Esat, d'EHPAD, de foyers d'accueil d'urgence, de CIDFF, de missions locales, d'Universités, de lycées, de la Cité des métiers à Trappes, d'hôpitaux, de CE d'entreprise ...