Valorisez votre image professionnelle

Programme de formation en présentiel

Présentation générale :

Valorisez votre image professionnelle en développant une présentation cohérente avec votre personnalité et vos objectifs. Grâce à des conseils personnalisés en communication non verbale, colorimétrie, morphologie et style vestimentaire, apprenez à renforcer votre confiance et à faire de votre image un véritable atout dans vos relations professionnelles.

Objectifs

A la fin de la formation, l'apprenant sera capable de :

- Identifier les mécanismes de l'image de soi et leur impact dans les relations professionnelles
- Analyser son image personnelle à travers la communication non verbale, les couleurs, la morphologie et le style vestimentaire
- Appliquer les principes de colorimétrie et de valorisation de la silhouette pour renforcer son image
- Construire une image professionnelle cohérente, authentique et adaptée à ses objectifs et à son environnement

Public visé et prérequis

- **Public visé :** tout public
- **Prérequis :** Aucun prérequis

Contenu de formation

- Comprendre les mécanismes de l'image de soi et leur impact dans la vie professionnelle et personnelle
- Développer sa communication non verbale : posture, attitude et présence
- Identifier les liens entre estime de soi, confiance en soi et image renvoyée aux autres
- Découvrir l'influence des couleurs et leur signification émotionnelle
- Réaliser son diagnostic de colorimétrie et identifier les couleurs qui valorisent son image
- Comprendre sa morphologie et apprendre à mettre en valeur sa silhouette
- Adapter ses choix vestimentaires à sa morphologie
- Identifier son style vestimentaire et le relier à sa personnalité et à ses objectifs
- Expérimenter des conseils pratiques pour harmoniser son image personnelle et professionnelle
- Élaborer sa fiche de synthèse personnalisée : couleurs, morphologie et style

Moyens prévus

- **Moyens pédagogiques :** apports théoriques et ateliers d'échanges, partage d'expériences et mises en situation à partir de cas concrets.
- **Moyens techniques :** supports écrits, salle équipée d'une télé connectée permettant la projection de diaporamas, documents, vidéos préenregistrées…
- **Moyens d'encadrement :** Emilie BRAUD est une formatrice en accompagnement et expression de soi. Elle intervient depuis plus de 10 ans dans des structures et associations (notamment en insertion professionnelle) autour du domaine de l'image de soi. Formée auprès de l'Organisme Image Conseil en Vendée, elle a pu développer des compétences en colorimétrie, morphologie et des styles vestimentaires.

Moyens permettant le suivi et la sanction de la formation

- **Suivi de l'exécution :** signature des feuilles d'émargement par demi-journée par les stagiaires et le formateur.
- **Sanction :** Évaluations des connaissances au début du stage. Évaluations des acquis et des atteintes des objectifs à l'issue du stage par Quiz, Test, Mise en situation évaluative.

Durée, période de réalisation et modalités de déroulement

- **Durée totale de la formation :** 1 jour (7 heures)
- **Période de réalisation :** Le Lundi 18 Janvier 2027 à Angers et le Lundi 25 Janvier 2027 à Orvault
- **Horaires :** 9h-12h et 13h-17h
- **Rythme :** en continu
- **Modalité de déroulement :** Présentiel en interentreprise
- **Lieux de formation :** Angers : 47 avenue du Grésillé 49000 ANGERS et Orvault : 6 rue Louis Blériot 44700 ORVAULT

Durée et modalités d'inscription :

Les participants peuvent s'inscrire dès la réception du programme de formation de Gescolia et jusqu'à 15 jours avant la date de la formation.

Accessibilité :

La formation est pour tous et pour tous les profils de stagiaires. Tout à chacun peut suivre une formation dans notre organisme. Des aménagements pédagogiques et/ou organisationnels peuvent être mis en place et une proposition personnalisée sera réalisée pour que toute demande reçoive une réponse satisfaisante. A ce titre, l'organisme de formation s'est rapproché et est en contact avec l'Agefiph du Maine et Loire.

Statistiques :

Évaluation des formations

1. Indice de satisfaction des formations réalisées chez Gescolia : **98% en 2025**
2. Indice de satisfaction sur la pédagogie (animation, supports…) : **96% en 2025**