

## \* **FORMATION RELOOKING – COMMUNICATION PAR L'IMAGE**

Formatrice : Madame Michèle LOURMIERE

Formation débouchant sur de nouvelles perspectives professionnelles soit pour développer une activité déjà existante, soit pour créer sa propre entreprise.

### **Module 1**

#### **La communication par l'image et le particulier** (3 jours)

Programme :

Explication des principes fondamentaux du Look  
Importance de l'image dans la communication  
L'importance de maîtriser l'équilibre entre son apparence et sa personnalité  
Etude des couleurs : leur symbolisme et leur influence  
Analyse des quatre typologies : « méthode des quatre saisons »  
Identification des styles  
Etude de la garde robe: accessoiriser, restructurer/styliser  
Coiffure : conseils, les différentes approches (formes et couleurs)  
Lunettes (formes et couleurs)  
Maillots de bains- Matières- Parfums- Bijoux  
Le Maquillage  
Look et marketing: les cibles

Formation : 3 jours

## **Module 2 (formation complète)**

### **La communication par l'image (particuliers + entreprises)**

1er jour : Explication des principes fondamentaux du look  
Importance de l'image dans la communication  
Comment maîtriser l'équilibre entre son apparence et sa personnalité  
Apprendre à utiliser la mode comme ressource et non comme finalité  
Comment placer le look et l'image de soi dans le prolongement de son identité et de sa personnalité  
Trouver harmonie et cohérence entre : - la façon dont on se ressent  
- ce que l'on est  
- et la façon dont on est perçu

#### ATELIER COULEUR

##### **Le concept des quatre saisons - PRINTEMPS, ETE, AUTOMNE, HIVER.**

Définition des couleurs chaudes et froides  
Identifier la juste dominante ( chaud-froid )  
Drapage et démonstration avec analyse personnelle à travers la carnation, la couleur des yeux et la teinte naturelle des cheveux.

Application

2ème jour : **ATELIER COULEUR (suite)**

Reprise du groupe  
Prise de conscience des possibilités étendues de la palette de couleurs  
Les couleurs et ses conséquences sur le maquillage, les cheveux, vêtements et accessoires  
Le symbolisme des couleurs  
Les couleurs tests qui permettent de définir la saison  
Le Maquillage  
Application

#### **ATELIER SILHOUETTES ET PROPORTIONS**

##### **STYLE FEMME**

Morphologie, proportions et volumes : principes de base  
Application du principe de la valorisation de soi  
Comprendre son corps afin d'en tirer parti  
Mise en valeur des points forts, atténuation des manques

Gestion de l'image corporelle individuelle  
Repérer les styles de silhouettes existants  
Apprécier les proportions : gestion des longueurs, rapport entre les parties du corps  
Optimisation de la jambe  
Maillots de bain adaptés à la morphologie

3ème jour : **ATELIER STYLE FEMME (suite)**

Organisation de la garde robe: tenue professionnelle, week-end, soirées  
Etude et restructuration de la garde robe existante  
Comment décliner une tenue en possibilités multiples  
Comment paraître plus mince, plus grande, plus dynamique  
Les tenues basiques  
L'image et l'accessoire  
Les différents styles existants : à quel type de personnalité correspondent-ils ?  
Coiffures (Volumes et Couleurs)  
Lunettes (Formes et Couleurs)

**Maquillage**

Techniques de Maquillage adaptées à la méthode  
Comment réaliser un Maquillage « flash »

**ATELIER STYLE HOMME**

L'HOMME : Atelier silhouettes et proportions  
Les différents styles : A quelle personnalité correspondent-ils ?  
Le détail qui tue  
La garde robe professionnelle  
Repérer les types de silhouettes existants  
Apprécier les proportions : gestion des longueurs, rapport entre les parties du corps.

4ème jour : **ATELIER STYLE ET ENTREPRISE**

Le look: critère implicite de sélection  
Comment vendre le look en entreprise  
Quel discours tenir ?  
Comment faire une présentation devant un groupe  
Animer une conférence  
La fonction professionnelle exercée  
La bonne présentation lors d'un entretien de recrutement

5ème jour : **EXPLOITER L'ACTIVITE DE « CONSEIL EN IMAGE »**

Analyse de la bonne gestuelle

Les erreurs à éviter

La bonne attitude

Look et Marketing: les différentes cibles,

Les partenariats

Les courriers types

Comment se positionner par rapport à la concurrence existante et à naître ?

La publicité : l'impact de l'image, l'importance du poste publicité dans la communication d'une petite entreprise aujourd'hui.

**Récapitulatif des acquis de la semaine**

Formation : 5 jours