



# Image de soi : mode d'emploi

Mode - Déco | Soins - Bien-être

Continue

**Durée**

84h

**Tranche d'âge**

18 à 25 ans

25 ans et +

**Finalité**

Attestation

**Pratique en entreprise / Alternance**

Non

**Métier en pénurie / Fonction critique**

Non

## Le conseil en image comme tremplin socio-professionnel

"C'est l'image que nous avons de nous-mêmes qui fait notre destin" : cette citation de Nathaniel Branden souligne l'importance de la relation entre image de soi et confiance qui est essentielle pour le bien-être, la crédibilité et l'estime de soi. Maîtriser cette image permet d'évoluer avec assurance dans la vie, la société et le monde professionnel. Cette formation vous permettra de révéler votre potentiel ainsi que celui de vos clients ou collaborateurs à travers leur apparence et leur attitude.

## Conditions d'accès

Aucun



## Aptitudes

A l'issue de la formation, le/la participant(e) sera capable de réaliser un bilan d'image et de conseiller sur les plans vestimentaire, visagisme, coiffure et beauté. Et ce en compte de la personnalité et des attentes de ses interlocuteurs et en leur apportant écoute et confiance !



## Programme

### Le conseil en image, pourquoi ?

Différence entre le conseil en image et le Relooking.

Importance de l'image dans la communication.

Rôle du conseiller en image.

Déontologie du conseiller en image.

Les nombreux secteurs dans lesquels le conseiller en image peut-intervenir.

Le bonheur de faire ce métier.

### Les quatre saisons et la colorimétrie en conseil en image.

Le cercle chromatique

Les quatre, les huit et les douze saisons.

Couleurs primaires, secondaires, tertiaires...

Différence entre les couleurs chaudes et froides.

Effet de la couleur sur le visage.

Déroulé d'un test des couleurs.

La symbolique des couleurs et comment les utiliser.

Exercices pratiques

### Morphologie du visage

La morphologie du visage, morphologie du corps (hommes et femmes).

Identification des complexes.

Les coupe de cheveux.

Les décolletés.

Les bijoux

Les lunettes et lunettes de soleil.

La morphologie du corps (hommes et femmes).

Exercices pratiques.

### Morphologie du corps.

Proportion du corps humain.

Morphologie du corps.(hommes et femmes)

Identification des complexes

Camoufler et mettre en avant les parties du corps grâce aux vêtements.

Harmoniser la silhouette

Exercices pratiques

### Les matières et les coupes de vêtements.



Les différentes matières et leurs effets.

Les différentes coupes et leurs effets.

Les chaussures.

Exercices pratiques.

### Les styles.

Les différents styles.(hommes et femmes)

L'association des styles.

Les accessoires et vêtements qui donnent du style.

Les intemporels.

Évolution du style.

Le style pour chaque situation.

Le style pour chaque personnalité.

Mettre en avant sa singularité.

### La garde-robe

Que faut-il au minimum dans sa garde-robe

Tri de la garde-robe.

### Accompagnement en boutique

Établir la liste des pièces à acheter

Bien conseiller son client en boutique

### Déontologie du conseil en image

Histoire du conseil en image.

Poser les questions ouvertes.

Le conseiller et coach en image.

Langage verbal et non verbal.

L'accompagnement dans la bienveillance.

Le respect du monde de l'autre.

### Auto-Maquillage et soins de la peau.

Soins de la peau,

Épilation

Auto Maquillage de jour.

Auto-maquillage du soir.

Exercices pratiques.



## Objectifs

Grâce à l'expérience de notre formatrice et à ses ateliers très pratiques, vous:

Prendrez conscience de l'impact de l'image de soi dans les relations privées et professionnelles

Apprendrez tous les outils pour valoriser cette image

Prendrez soins de votre image et/ou de celle de vos clients ou collaborateurs avec bienveillance

Disposerez de conseils personnalisés et ciblés, exploitables au quotidien

A l'issue de la formation, le/la participant(e) sera capable de réaliser un bilan d'image et de conseiller sur les plans vestimentaire, visagisme, coiffure et beauté. Et ce en compte de la personnalité et des attentes de ses interlocuteurs et en leur apportant écoute et confiance !

---

## Public

Toute personne désireuse de se former au métier de conseil en image

Toute personne ou collaborateur souhaitant développer son image professionnelle

Toute personne étant amenée à représenter son entreprise

Professionnels et salariés souhaitant acquérir des connaissances et des compétences nouvelles, afin d'enrichir leur offre de services auprès de leurs clients :

professionnels de la mode et du prêt à porter.

professionnels dans les domaines de la coiffure, de l'esthétique, du bien-être et de la beauté.

professionnels de l'accompagnement humain (Outplacement, Recrutement, mais aussi communication).

Conseillers de l'Insertion sociale et pour l'emploi.

Etc.





## Dinant

Rue Fétis, 61 5500 Dinant

082 21 35 80

### Secrétariat

Du Lundi au jeudi : de 8h30 à 21h30

Le Vendredi : de 8h30 à 17h

Le Samedi : de 8h30 à 13h

/

[centre.dinant@ifapme.be](mailto:centre.dinant@ifapme.be)

### Conditions d' inscription

Par e-mail

Via Madame Bresmal au 082 21 35 89 par mail: [natacha.bresmal@ifapme.be](mailto:natacha.bresmal@ifapme.be)

Bon à savoir

Sont inclus dans le prix de nos formations continues : accueil café et lunch-sandwich.

Formatrice : Elise RODER

