

GAGNER EN ESTIME DE SOI ET SAVOIR SE METTRE EN VALEUR

Un atout supplémentaire pour améliorer la relation client

Objectif:

A l'issue de la formation, les participantes seront en mesure de valoriser leur image et elles réaliseront que prendre soin d'elles conduit à une meilleure estime de soi.

Programme:

1) Valoriser son image permet de gagner en Estime de Soi :

- Les composantes de l'image et ses effets.
- Quelle estime et quelle image avez-vous de vous-même ?
- Quelle image renvoyez-vous ?

2) Qu'est-ce que l'Estime de Soi ?

- Découvrir le mécanisme de l'estime de soi.
- Comprendre l'influence de l'estime de soi dans la relation à l'Autre.
- Développer et/ou réparer son estime de soi, par l'image.

3) Construire votre image :

- Découvrir la symbolique des couleurs.
- Déterminer les couleurs qui vous mettent en valeur.
- Conseils complémentaires.

4) Savoir se maquiller pour se sentir en harmonie avec ce que vous êtes:

- L'entretien de la peau est le secret d'un maquillage réussi.
- Votre trousse de maquillage.
- Atelier d'auto-maquillage.

Méthode: Méthodologie participative des stagiaires avec alternance de théorie, d'exercices d'application et de mises en situation.

Public concerné: Toute personne.

Durée : 3 jours/21h.

Participantes: 5 à 12 personnes.

Pré-requis : Aucun.

Lieu: France entière: Inter/Intra.

Montant: Nous consulter.