



**FUGA**  
Formation

## CONTACTS

**FUGA FORMATION**  
29 rue de Poulainville  
80 000 Amiens  
Tel : 03 60 62 01 80  
contact@fugaformation.fr

## INFORMATIONS

**Public** : Tout public

**Prérequis** : Aucun

**Nombre de participants** :  
12 maximum

**Durée** : 2 jours soit 14h

**Lieu** : Intra / Inter

**Délais d'accès** : 7 jours  
minimum

**Modalité et méthodes  
pédagogiques** :

- ✓ Exercices pratiques
- ✓ Réflexion sur les expériences vécues
- ✓ Etude de cas

**Modalité d'encadrement** :  
Formateur spécialisé

# IMAGE DE SOI ET VALORISATION DE L'IMAGE PROFESSIONNELLE



## Objectif de la formation

- ✓ Sensibiliser les usagers à la nécessité d'avoir une bonne hygiène
- ✓ Présenter et faire identifier les zones sensibles du corps où se développent les microbes
- ✓ Enseigner les gestes d'hygiène corporelle efficaces et simples à appliquer
- ✓ Comprendre et valoriser son image de soi

## Contenu de la formation

### Comprendre l'image que l'on renvoi aux autres

- ✓ L'image de soi
- ✓ La répercussion de son image sur les autres
- ✓ Être en accord avec son image et la valoriser

### Savoir être

- ✓ Gestes et attitudes
- ✓ Les différentes postures et gestuelles



**FUGA**  
Formation

## INFORMATIONS

**Responsables pédagogiques :**  
Mme Henderson / Mr Offret

**Modalité suivi stagiaire :**  
Questionnaire contrôle qualité

**Parking gratuit**

**Salle de restauration**

**Commerces à proximité du centre de formation**

**Accessibilité PMR :**



## TARIF

**Nous consulter**

### L'hygiène corporelle

- ✓ L'importance de l'hygiène dans le milieu professionnel
- ✓ Rappel des règles d'hygiène corporelle
- ✓ L'hygiène vestimentaire
- ✓ Bien être par le soin
- ✓ Les zones sensibles du corps où se développent les microbes
- ✓ Les gestes d'hygiène corporelle à appliquer
- ✓ Connaître les différents matériels et produits pour l'hygiène du corps

### Style vestimentaire

- ✓ L'importance des couleurs
- ✓ Quelles couleurs pour un entretien ?
- ✓ Test de colorimétrie rapide à chaque participants

### Maîtriser les codes vestimentaires et esthétiques

- ✓ Explication des codes vestimentaires selon le métier et la fonction
- ✓ Morpho-silhouette, cas par cas pour expliquer comment se mettre en valeur lors d'un entretien, selon sa propre silhouette

### Conseils Coiffure & Beauté

- ✓ Conseil individuel pour la coupe, couleur à adopter et comment se coiffer pour un entretien
- ✓ Conseil concernant la barbe pour les hommes et maquillage pour les femmes

**A l'issue de la formation tous les stagiaires recevront une attestation de formation**

