

Programme formation



**CONSEIL EN IMAGE &
COMMUNICATION**



**DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL**



**VALORISATION DE
COMPÉTENCES**

LE CHEMIN VERS LA RÉUSSITE

SOMMAIRE

BIOGRAPHIE

L'ÉQUIPE

UNE OFFRE UNIQUE

ARRIVÉE

COMMUNICATION, COACHING ET PNL

CONSEIL EN IMAGE

LIBÉREZ VOS FREINS

ÉTUDE DE PERSONNALITÉ & EXCURSION

JOURNÉE DÉTENTE

MÉDITATION & ÉLOQUENCE

LEADERSHIP, LÉGITIMITÉ AU TRAVAIL

ENTREPRENARIAT

DÉPART DE LA VILLA

PLAN DE PAIEMENT

LA VILLA

TÉMOIGNAGES

AVANT DE PARTIR

CONTACT





LINDA H.

QUI SUIS-JE ?

UN SAVOIR-FAIRE UNIQUE POUR BOOSTER VOTRE RÉUSSITE

Poussée dans le monde de l'entrepreneuriat dès l'âge de 20 ans, c'est un parcours empreint de différentes expériences professionnelles à l'étranger qui rend ma méthode riche et singulière.

Une expérience atypique auquel s'ajoute des études de Management ainsi qu'un diplôme de Conseil en Image et Communication Professionnelle, aboutissant à la création de mon agence Image et Soie en 2014.

Pionnière du 1er programme en France de conseil en image en ligne, j'ai accompagné, avec mon équipe, des centaines de personnes vers leur succès comptabilisant un taux de satisfaction extraordinaire de 97%.

L'excellence étant mon maître-mot, je m'engage à fournir un service de qualité ainsi qu'un accompagnement unique afin de révéler la meilleure version de vous-même.

MA MISSION

VOUS AMENER VERS VOTRE RÉUSSITE

Ma mission est de déclencher votre réussite personnelle et professionnelle en devenant la meilleure version de vous-même.

Comment ? En vous donnant tous les outils, techniques et conseils pour mieux vous connaître, prendre confiance en vous, et enfin oser vous imposer.

Bénéficiez d'une riche expertise en conseil en image et entrepreneuriat pour apprendre à dépasser vos limites et évoluer de façon exponentielle et pérenne.

MA VISION

EXPLOITER LE DIAMANT QUE VOUS ÊTES

Je considère que chaque personne est un diamant brut.

Tel un tailleur de pierre, mon but est d'aiguiser chaque facette de ce diamant pour en faire ressortir tout l'éclat et le potentiel.

Un métier dont les compétences nécessitent observation, exigence, passion et savoir-faire afin de donner une empreinte unique à chaque accompagnement.

Linda H.

MES VALEURS

VOUS ASSURER UNE EXPÉRIENCE UNIQUE

Parce que l'humain est au cœur de mon métier, je veille à instaurer une ambiance bienveillante et conviviale dès le premier jour de la formation.

Un contexte authentique où chacun puisse se révéler et s'épanouir pleinement.

C'est ainsi que chaque personnalité et chaque moment d'échange et de partage assurent la réussite des formations.



LINDA H.

*Conseillère en image
Formatrice principale*



LINDA CHABAANE

*Experte en dépassement
de soi*



CRISTINA SINA

Assistante



ALINA

Professeure de yoga

Notre équipe

SÉJOUR ALL INCLUSIVE

Une offre unique

Allier l'utile à l'agréable est maintenant possible grâce à notre formation intensive en plein cœur d'un espace exceptionnel à Marrakech.

Parce que le travail sur soi est une démarche importante, nous avons réunit toutes les conditions pour privilégier introspection et évolution. Une expérience unique qui rend notre formation tout aussi puissante que marquante.

Formation certifiée

Les outils, supports et méthodologies proposés sont l'aboutissement d'une expertise de 10 ans et font l'objet d'une certification QUALIOP1.

Activités riches & ludiques

Méthodes d'animation actives, ludiques et innovantes combinant le travail collaboratif et le travail sur soi à 360 degré.

Gastronomie locale

Découvrez à travers ce séjour, les plats gastronomiques Marocains. Une véritable invitation à la découverte et au voyage culturel.



Arrivée

Cette première journée est dédiée à l'accueil des participants ainsi qu'à la visite de la villa.

Un dîner d'ouverture sera organisé à cette occasion afin de débiter le séjour dans un cadre chaleureux et convivial.

- Accueil à partir de 15h
- Présentation du déroulement de la formation
- Rappel des règles de la villa (règlement intérieur, vie collective, horaires du personnel, etc...)
- Répartition des espaces nuit



JOURNÉE 2

Communication, coaching et PNL

MATIN

Inclusion

Lancement de la dynamique de changement

Module "L'art de la communication"

L'image de soi

APRÈS-MIDI

Activités et jeux ludiques collectifs

Lancement du projet vision board

Module coaching, PNL et développement personnel

OBJECTIFS

- Maîtriser sa communication non verbale et améliorer ses relations
- Prendre conscience de l'image véhiculée et savoir comment la valoriser
- Acquérir des outils pour développer sa confiance et estime de soi
- Découvrir les secrets d'une réussite professionnelle
- Définir sa trajectoire personnelle et professionnelle
- Comprendre les points clefs du coaching

Conseil en image

MATIN

Étude de style vestimentaire

Morphologie silhouette

Essayages

APRÈS-MIDI

Colorimétrie

Visagisme

Cours de maquillage pour les femmes et conseils coiffure ainsi que la barbe pour les hommes



OBJECTIFS

- Véhiculer une image crédible et professionnelle
- Connaître sa morphologie et la valoriser
- Identifier les styles qui correspondent à sa personnalité
- Maîtriser l'art du style et les règles techniques des vêtements
- Découvrir sa palette personnelle de couleurs
- Maîtriser les bases d'un maquillage naturel

Libérez vos freins

Plusieurs ateliers individuels et collectifs animent cette journée. Voici une sélection des thèmes abordés.

MATIN

Jeu brise glace

Fausse croyances

Pensées limitantes

Les voix saboteuses

Les blessures de l'enfant

APRÈS-MIDI

L'acceptation du regard des autres

La peur de l'échec

Intervention experte en dépassement de soi

SOIRÉE SURPRISE

OBJECTIFS

- Identifier la source de ses freins et de ses peurs
- Apprendre à dire NON
- Le syndrome de l'imposteur
- Gestion des émotions et du stress
- Mode opératoire pour éviter l'anxiété
- Reconnaître, prévenir et soigner le burn out



Étude de personnalité & Excursion

MATIN

Jeu brise glace

Tests et étude de personnalité

FIN D'APRÈS-MIDI

Excursion (activité au choix à définir avec le groupe)

OBJECTIFS

- Cerner son environnement professionnel
- Identifier les forces et faiblesses liées à ses typologies de personnalité
- Renforcer la cohésion du groupe
- Immersion et découverte culturelle
- Sortir de sa zone de confort
- Lâcher prise



Journée détente

Cette journée est placée sous le signe de la détente et du repos.

C'est l'occasion de profiter des nombreux avantages de la villa (hammam, salle de sport, piscine, etc...) mais encore de visiter la chaleureuse ville de Marrakech en groupe.

Toutefois un créneau individuel de 45 minutes sera réservé au bilan mi-parcours afin de mesurer l'évolution de chaque participant(e) et d'évaluer les besoins restants pour la suite de la formation.



Méditation & Éloquence

MATIN

Cours de yoga à la villa avec professeur

APRÈS-MIDI

Éloquence & jeux d'improvisation

OBJECTIFS

- **Gestion du stress**
- **Acquérir des outils pour améliorer son bien-être et sa qualité de vie au travail**
- **Développer son art oratoire, sa répartie, son improvisation et sa créativité**
- **Prise de parole en public**
- **Lâcher prise**

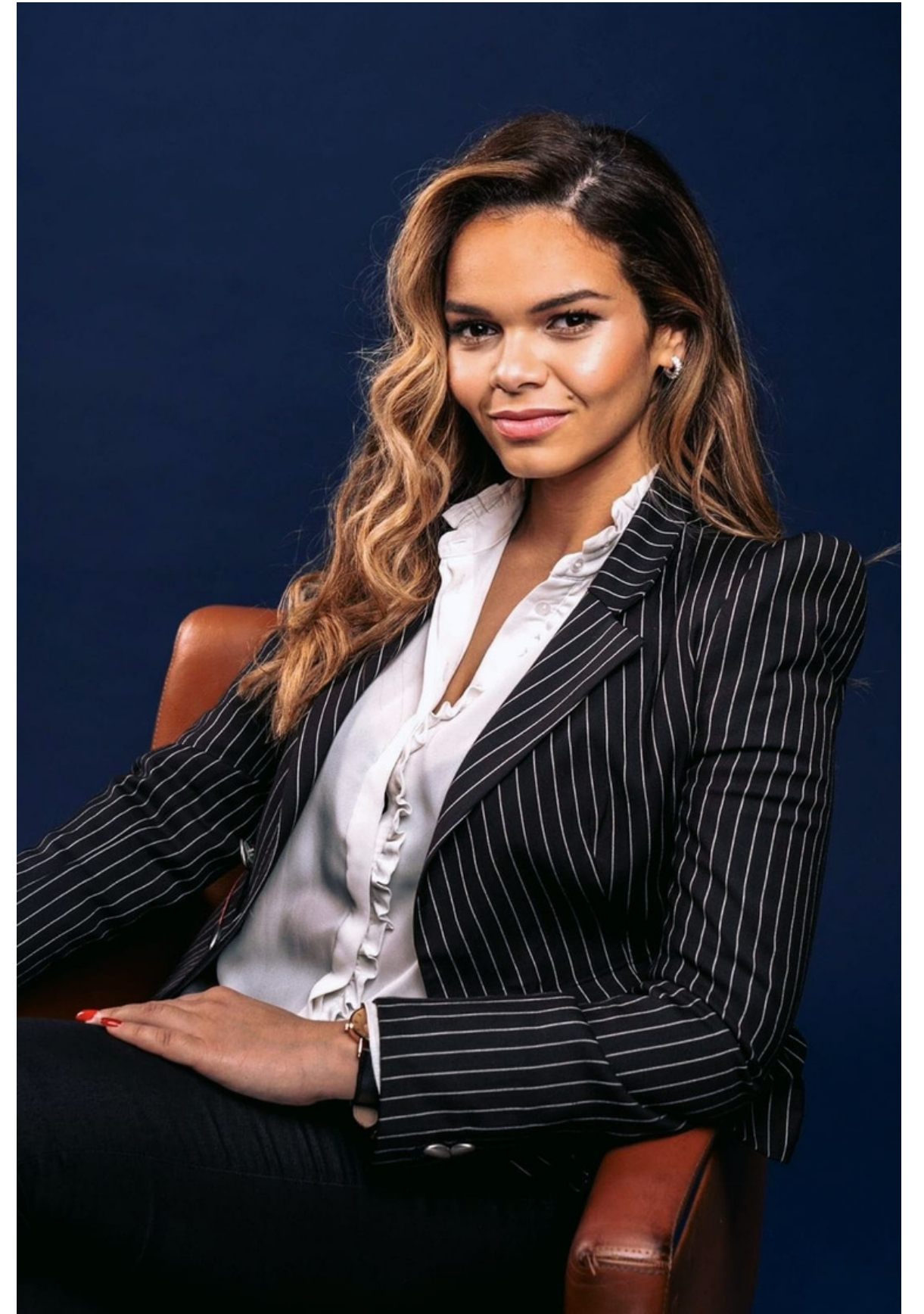


Leadership, légitimité au travail & entrepreneuriat

Linda, entrepreneuse depuis 16 ans vous partagera lors de cette journée sa vision de l'entrepreneuriat et du leadership. Une journée riche en partage d'expérience animée par des simulations de situations, des ateliers, ainsi que des conseils et outils de management pour inspirer et diriger une équipe. Une journée unique pour transformer votre vie professionnelle.

OBJECTIFS

- Déployer son charisme
- Comment asseoir sa légitimité
- Les points clefs pour devenir un leader
- Conseil et outils pour entreprendre et booster sa carrière quelque soit le domaine
- Brainstorming



JOURNÉE 9

Départ de la villa

Cette dernière journée est consacrée au départ afin que chaque participant(e) puisse s'organiser à son aise à son retour.

Un petit déjeuner copieux est préparé à cette occasion afin de repartir en toute confiance, la tête pleine de souvenirs, le cœur léger et le ventre lourd :)

goodbye



PLAN DE PAIEMENT

La formation étant certifiée Qualiopi, vous pouvez bénéficier d'un financement total ou partiel par votre OPCO et/ou CPF

FINANCEMENT PARTIEL OU TOTAL PAR **L'OPCO**



- Auto entrepreneur
- Chef d'entreprise
- Indépendant
- Salarié

FINANCEMENT PARTIEL OU TOTAL PAR **LE CPF**

**MON
COMPTE
FORMATION**



- Salarié
- Indépendant ayant cotisé au CPF ou ayant une activité salariale

FINANCEMENT PAR **FONDS PROPRES**



Possibilité de paiement en **2 FOIS SANS FRAIS**

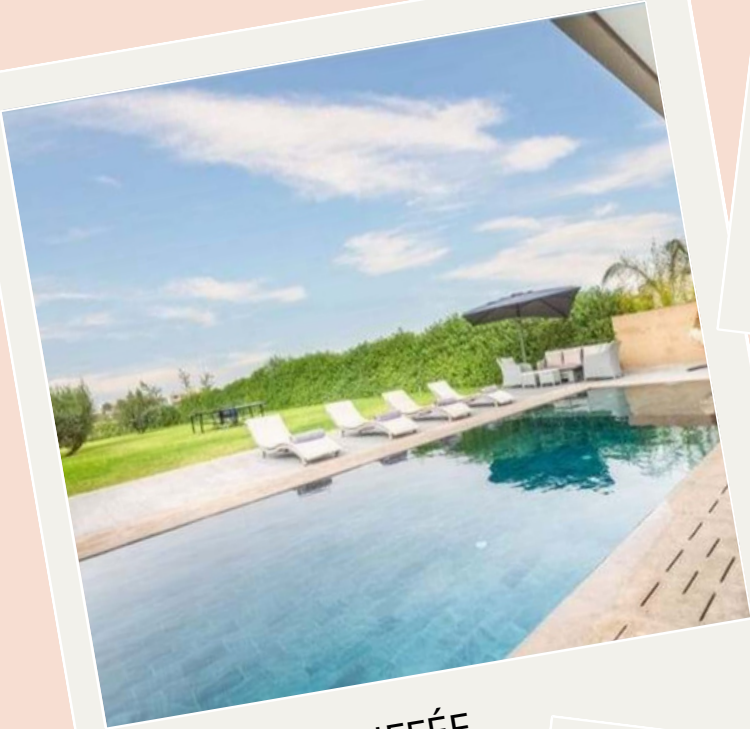




LE PALAIS DES DÉLICES



VILLA CONTEMPORAINE
DE 700 M2



PISCINE CHAUFFÉE

LA VILLA

Un paradis détente et bien-être



SALLE DE SPORT



JARDIN DE 5000 M2



HAMMAM & JACUZI ORIENTAL

TÉMOIGNAGES

Google 4.8 ★★★★★

facebook 5,0 ★★★★★

M **Mélissa Gentils**
3 avis

★★★★★ il y a 5 mois

J'ai été en formation avec Linda pendant 15 jours, cela m'a permis de m'affirmer d'un côté professionnel, de prendre confiance en moi et de me comprendre beaucoup plus. Je recommande Linda les yeux fermés, elle représente douceur, bienveillance, patience et compassion.

Visité en juillet 2023

T **THIRAN VERONIQUE**
3 avis

★★★★★ il y a 3 ans

Linda est très professionnelle, et a ce petit côté très humain que j'apprécie chez une personne. J'ai beaucoup aimé ses conseils qui m'ont permis d'améliorer mon look. Elle a vraiment de très bon goût !

Visité en avril 2020

Cristina
En ligne

12 NOV. 2017, 10:07

Bonjour Linda, je ne sais pas si tu te souviens de moi...on sait rencontré il y a 1 an jours pour jours. Je voulais t'envoyer se message pour te dire encore merci. Un an que l'on sait vu, j'essai d'appliquer tout les jours tes conseils, et même si ce n'est pas facile je fais de mon mieux.. depuis notre rencontre je ne vois plus les choses de la même façon et continu ce long travail du développement de soi, et j'essai de montrer le meilleur de moi. Encore Merci! A bientôt je l'espère 😊

Carole
Actif il y a 2 heures

20 MAI 2018, 11:23

Une rencontre incroyable ! Avec une femme incroyablement professionnelle et humaine, des conseils pour porter les couleurs qu'il me faut, une leçon de maquillage et me voilà avec plus de confiance en moi et des conseils vraiment très judicieux. ...Linda est une personne qu'il faut rencontrer pour se sentir mieux dans ses baskets !

S **Simon L**
1 avis

★★★★★ il y a 5 mois

Très bonne expérience, Linda est une très bonne coach, très professionnelle. Cette formation m'a permis de beaucoup apprendre sur moi-même, j'en ressors grandi. Je recommande vivement

Visité en juillet 2023

a **alexandre vanesse**
5 avis

★★★★★ il y a 3 mois

Je vous conseil fortement ! Une personne très agréable, débordante de joie de vivre ! Permet une transformation assez fulgurante !

Visité en avril 2023

AVANT DE PARTIR

LA CHECKLIST

PASSEPORT & DOCUMENTS DE VOYAGE

- VÉRIFIER LA VALIDITÉ DES PASSEPORTS
- VÉRIFIER SI DES VISAS SONT NÉCESSAIRES

SANTÉ & ASSURANCES

- PRENDRE UNE ASSURANCE VOYAGE POUR COUVRIR LES ÉVENTUELS PROBLÈMES
- FAIRE UNE TROUSSE DE MÉDICAMENTS

ÉLÉMENTS PRATIQUES

- IMPORTEZ DE L'ARGENT LIQUIDE LOCAL ET/OU UNE CARTE DE CRÉDIT INTERNATIONALE
- ACHETER DES ADAPTATEURS ÉLECTRIQUES POUR LES PRISES



RÉSERVEZ VOTRE APPEL

Contact

Vous avez des questions ? Ou vous désirez un devis pour vos salariés ? N'hésitez pas à réserver un créneau sur notre page ou à nous contacter directement.



+33 6 67 188 908



contact@image-et-soie.fr



www.image-et-soie.com

image & Soie