

# Relooking pour trouver un emploi

Nous savons tous que la première impression ne prend que quelques secondes, que la communication non verbale révèle de nombreux aspects de nous, notamment par l'image que nous véhiculons. Pour vous aider à prendre votre vie professionnelle en mains, voici une petite séance de relooking... Suivez le guide...



**Interview de Fanny Content,** révélatrice de cohérence, conseillère en image personnelle, formatrice en communication non verbale.

Elle aide les gens à trouver qui ils sont...

## Le relooking, ça va changer quoi ?

Statistiquement, lors des trente premières secondes d'un premier rendez-vous, le décideur a capté les signaux favorables ou non à l'emploi. Une seule chance de faire bonne impression ! Etre en adéquation avec sa personnalité et le job à pourvoir, c'est mettre en lien ce que la personne est, ce qu'elle dit, ce qu'elle montre et en faire une force pour être plus convaincant !

## Y a-t-il des trucs et astuces ?

- Etre bien préparé.
- Avoir confiance en soi.
- Avoir de l'aisance.
- Etre là où nous attend.
- Etre à l'aise dans sa tenue.
- Ne pas avoir l'air déguisé.

Si vous êtes de petite taille, préférez des tenues unites pour ne pas casser votre "hauteur".

Si vous avez les épaules tombantes, veillez à avoir une emmanchure qui, elle, ne tombe pas sur vos épaules, pour bien redessiner votre carrure.

Si vous êtes "tout en rondeurs", oubliez les pantalons cigarettes qui affineront trop vos jambes et donneront alors trop de place à votre buste. Préférez les pantalons avec la jambe droite ou "en trompette".

Si vous avez un cou très long, osez porter des cols montants.

Si votre cou est court, approfondissez vos encolures.

Dans chaque région, des professionnels en image personnelle peuvent vous aider à retrouver confiance en vous.

Renseignez-vous auprès des organismes d'aide à l'emploi.

## Les ateliers

**La palette de couleurs personnelles** définit ce qui vous correspond pour mettre tous vos atouts en valeur, comme les yeux, le teint de la peau et la personnalité.

**Style vestimentaire.** Votre coach peut vous accompagner dans les magasins pour vous aider à trouver votre style.

**Attitudes à avoir en fonction de la situation.**

**Le maquillage et la coiffure.**

## Pour qui ?

Pour les demandeurs d'emploi, les personnes déjà en fonction, les créateurs d'entreprise, monsieur et madame tout le monde qui veulent se repositionner dans leur vie professionnelle ou personnelle.

## Combien ça coûte ?

Généralement gratuit pour les demandeurs d'emploi. Renseignez-vous auprès des organismes d'aide à l'emploi.

**L'image que vous avez de vous déterminera la place que vous prendrez ! Elle est liée, entre autres, à l'estime personnelle, à la confiance en soi.**

## Plus d'info

070 233 444  
www.inforjeunes.be

