



# PROYECTO DE CAPACITACION

## IMAGEN PROFESIONAL

### Presentación:

Su imagen es, simplemente, su primer impacto y, efectivamente, “no existe una segunda oportunidad para causar una primera buena impresión”, por lo que se convierte en algo fundamental que aprenda a aprovechar todos los recursos con los que cuenta, para convertirlos, junto con su constante preparación, en herramientas poderosas que la conducirán a lograr el éxito en todo aquello que emprenda, tanto en la vida personal, como profesional.

### Objetivos:

- Tomar conciencia de la importancia que tiene el arreglo personal, como primer impacto.
- Tener una imagen congruente con su eficiencia y efectividad.

### Dirigido a:

Secretarías Ejecutivas, Asistentes Administrativos y personal de apoyo.

### Duración:

16 horas

### Contenido Temático:

01. La imagen como primer impacto.
02. Autoimagen y autoestima.
03. Estilo personal.
04. El mundo mágico del color.
05. Aplicaciones prácticas en el guardarropa.
06. Combinaciones y uso adecuado de los colores.

07. Proporciones y balance corporal.

08. Los accesorios. Todo con medida, nada en exceso.

09. El guardarropa ideal para todas las ocasiones.

10. El uniforme, ventajas y desventajas. Cuidado y mantenimiento.

11. Porte y postura.

12. Las reglas básicas de etiqueta en la oficina.

13. Una alimentación sana, para una vida sana.

14. Cuidados del cuerpo e higiene.

15. Color y proporción, aplicado al maquillaje y al cabello.

16. Automaquillaje.

17. Cuidado del cabello, diferentes estilos de cortes y peinados.