

KAMANA

la rencontre avec soi

CATALOGUE DE FORMATION

Edition 2025/2026

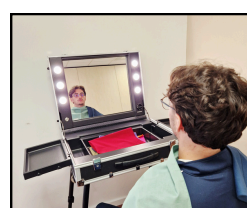
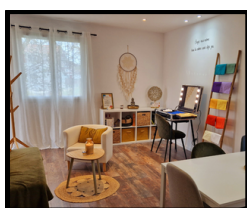
KAMANA la rencontre avec soi est un **organisme de formation certifié Qualiopi**, spécialisé dans l'image de soi, l'image professionnelle et la communication non verbale.

Je vous propose un accompagnement sur mesure, qui allie technicité, posture professionnelle et une approche profondément humaine. .

Que votre objectif soit :

- d'accompagner les autres avec plus de justesse,
- de renforcer votre posture professionnelle
- ou de vous former à l'accompagnement par l'image de soi,

Vous trouverez ici une approche éthique, personnalisée et engagée, portée par une double expertise : **soin & conseil en image**.



Organisme de
formation certifié
Qualiopi



Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au
titre de la catégorie d'action suivante :
- Actions de formation

Catégorie d'action : action de formation concourant au développement des compétences
Parcours pédagogique permettant d'atteindre un objectif professionnel

TABLE DES MATIÈRES

A propos de moi

03

Formation VIP : Valoriser l'image de soi des personnes fragilisées

Conseil en image spécialisée : Accompagnement des personnes fragilisées par la vie, la précarité, le vieillissement, touchées par la maladie ou en situation de handicap

05

Rayonner au Travail

Prendre soin de soi pour mieux accompagner les autres.

Construire une image professionnelle positive et une communication authentique

09

Formation en Conseil en Image

Maîtriser les Techniques Fondamentales

Option : Spécialisation secteur médico-social

13

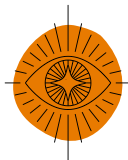
Témoignages

19

Contact- Inscription

20





KAMANA
la rencontre avec soi

Je suis Mirentxu Arribillaga, fondatrice de KAMANA – La rencontre avec soi, organisme créé en 2017.

J'ai évolué après un parcours en tant qu'infirmière, en choisissant de continuer à prendre soin des autres tout en respectant ma singularité et ma créativité.

Aujourd'hui, je mets mon expertise au service des professionnels, des organismes et des entreprises qui souhaitent accompagner avec justesse, humanité et respect.



Mirentxu Arribillaga

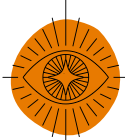


Valoriser l'image de soi, c'est pour moi un véritable levier d'estime, d'authenticité et de confiance, mais aussi de reconnexion à son identité profonde, essentiel dans toute démarche d'accompagnement.

Je vous invite à découvrir ces formations conçues avec soin, alliant rigueur professionnelle et dimension relationnelle, afin de vous accompagner dans le développement de votre pratique, en toute authenticité.

Coaching professionnel & Formations

À travers ce catalogue, je vous transmets non seulement mes compétences techniques, mais aussi une approche centrée sur l'humain, pour vous aider à prendre en charge chaque personne dans sa globalité



Lieu des formations

A Saint Pée sur Nivelle
ou en entreprise

Modalités d'accès des formations :

L'accès aux formations est sur
inscription après un entretien
d'admission afin d'apprécier la
motivation et la validation du projet
professionnel.

Délai d'accès :

10 jours après la signature de la
convention de formation.

Sanction de formation :

Attestation de formation et Certificat
de réalisation

Nombre de participants :

Coaching Individuel
ou groupe de 5 à 7 personnes
maximum

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

La formation est accessible aux
personnes en situation de handicap
ou orientation si besoin.

Contact référent handicap :
ARRIBILLAGA mirentxu

Modalités d'évaluation :

Avant : Test de positionnement
Pendant : Evaluations par thèmes
Fin de formation : dispositifs d'évaluation
des acquis de fin de formation, évaluation
de satisfaction

Modalités pédagogiques :

Méthode active et expositive, alternance
théoriques et pratiques, support de cours ,
mises en situation, réflexions de groupe

Moyens techniques :

Ordinateur, vidéoprojecteur, miroir à lumière
blanche, étoffes de couleurs, outils
d'analyse morphologique

PROFIL DE LA FORMATRICE

Mirentxu Arribillaga

**Formatrice spécialisée dans l'image de soi et la
communication auprès de publics fragilisés.**

**Infirmière diplômée d'État pendant 17 ans, dont
10 ans en oncologie, en libéral, de nuit et en
médecines internes , j'ai toujours placé
l'accompagnement humain au cœur de ma
pratique.**

**Formée au conseil en image certifié RNCP
(depuis 2017) et maître praticienne en hypnose
Ericksonienne, j'ai progressivement construit
une approche globale, intégrant soin, écoute et
valorisation de la personne.**

**Mon expérience en tant que conseillère en
insertion a renforcé ma conviction que l'image
de soi est un levier clé dans les parcours de
reconstruction.**

**Depuis 8 ans, j'interviens auprès de
professionnels et de structures dans les
secteurs médico-social, de l'insertion et des
ressources humaines.**

**En 2024, mon organisme de formation a obtenu
la certification Qualiopi.**

**Aujourd'hui, je mets cette expertise au service
des équipes du soin et de l'accompagnement, à
travers des formations qui allient outils
concrets, éthique professionnelle et
bienveillance.**

**Mon objectif : aider chaque professionnel à
intégrer l'image de soi dans sa pratique, et
chaque personne accompagnée à retrouver
confiance, estime et pouvoir d'agir.**

FORMATION VIP

Valoriser l'image de soi des personnes fragilisées

Conseil en image spécialisée :

Accompagnement des personnes fragilisées par la vie, la précarité, le vieillissement, touchées par la maladie ou en situation de handicap

“VIP” : une approche humaine qui considère la personne dans sa globalité, au delà de sa situation, dans le respect de sa dignité et de son bien être

Cette formation VIP est destinée aux professionnels de l'accompagnement souhaitant intégrer la valorisation de l'image de soi comme un outil essentiel dans leur pratique, en complément de leur activité.

La formation VIP vous permet d'acquérir des compétences théoriques, techniques et relationnelles nécessaires pour valoriser l'image de soi des personnes fragilisées par la vie, la précarité, touchées par la maladie ou en situation de handicap.

Vous apprendrez à renforcer leur estime de soi et leur dignité, tout en les accompagnant dans la réappropriation d'une image positive, afin de les repositionner en tant qu'acteurs de leur propre vie.

À travers des outils pratiques et une approche bienveillante, cette formation vous fournira les clés pour accompagner vos publics dans une démarche de valorisation de leur image personnelle et professionnelle.

***Du soin par l'image de soi,
accompagner autrement pour reconstruire l'estime de soi***

Pour qui ?

Cette formation s'adresse à tous les professionnels de l'accompagnement :

- Professionnels du secteur médico-social et socio-éducatifs : infirmiers, aides-soignants, auxiliaires de vie, éducateurs spécialisés, moniteurs éducateurs, AES, etc.
- Conseillers en insertion professionnelle, conseillers en orientation, etc.
- Professionnels de l'image et du bien-être
- Professionnels de l'animation ou de vie sociale

Prérequis

Avoir la connaissance d'un public fragilisé par la vie, justifié par une expérience professionnelle.

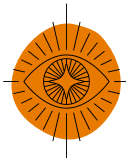
Objectifs

- 1** Comprendre l'impact de l'image de soi sur l'estime, le bien-être et la relation d'aide.
- 2** Savoir repérer les besoins spécifiques en lien avec l'image de soi chez des personnes âgées, malades ou en situation de handicap.
- 3** Construire un plan d'accompagnement personnalisé autour de l'image dans une démarche globale de soin, de soutien ou d'animation.
- 4** Utiliser les outils concrets du conseil en image (colorimétrie, vêtements, coiffure, posture, communication non verbale...) de manière éthique et adaptée.
- 5** Développer une posture professionnelle valorisante et utiliser l'image de soi comme levier pour renforcer la relation d'aide.
- 6** Favoriser une dynamique inclusive et respectueuse autour de l'identité, du respect de soi et de l'autonomie.



➤ Formation en présentiel ◀

Dans un engagement de qualité, la formation en présentiel favorise une expérience d'apprentissage plus immersive et efficace pour acquérir des compétences en conseil en image spécialisée



EXTRAIT DU PROGRAMME

J1 L'IMAGE DE SOI

- Première impression et communication non verbale
- La perception de soi : Image perçue, image souhaitée, image ressentie
- Savoir identifier les besoins spécifiques des personnes fragilisées Les enjeux de l'image professionnelle en cas de retour à l'emploi ou de réinsertion
- Accompagner sans imposer, valoriser sans standardiser, proposer sans juger.



J2 LA COLORIMÉTRIE

- Influence et Impact des couleurs sur soi pour se reconnecter positivement à son corps,
- Méthodologie d'analyse de la couleur
- Valoriser par la couleur pour reprendre confiance en son image
- Mise en pratique en binôme et positionnement professionnel

J3 LA MISE EN VALEUR D'UN VISAGE

- rendre soin de son visage pour renforcer l'estime corporelle
- Les gestes simples de valorisation du visage
- Conseils coiffure adaptés, incluant les spécificités comme l'alopécie et l'image professionnelle
- Le pouvoir des accessoires dans l'affirmation de soi
- Mise en pratique en binôme



J4 LES CONSEILS VESTIMENTAIRES

- Langage du vêtement
- Adaptations spécifiques des vêtements aux objectifs et aux besoins des personnes fragilisées
- Image professionnelle (retour à l'emploi, entretiens, stages, intégration...).
- Etudes de situations : Analyse de cas réels rencontrés sur le terrain
- L'approche psychologique : positionnement professionnel

J5 MISE EN ŒUVRE DANS LA PRATIQUE PROFESSIONNELLE

- Conception d'ateliers adaptés à son établissement
- Définir les objectifs d'un atelier image de soi
- Posture professionnelle et éthique
- Réaliser un bilan et une évaluation de l'atelier
- Évaluation finale



Les bénéfices concrets pour vos équipes et les personnes accompagnées :

- Rééquilibrer une image de soi perturbée
- Diminuer les angoisses liées à l'apparence des personnes âgées
- Faire rayonner les personnes grâce au pouvoir des couleurs
- Renforcer l'estime de soi des personnes âgées
- Rétablir la dignité souvent mise à l'épreuve



Apprenez à renforcer l'estime de soi des personnes fragilisées par la vie.

Les points forts de la formation



- **Accompagnement sur mesure :**
- Groupes limités à 5 personnes maximum, pour un suivi individualisé
- **Double expertise de la formatrice**
- Professionnelle de santé : 17 ans d'expérience infirmière, dont 10 ans en oncologie, pédopsychiatrie adolescente, et exercice libéral. Expérience en conseillère d'insertion.
- Conseillère en image certifiée d'État : 8 ans de pratique en valorisation de l'image de soi et image professionnelle.
- **Une pédagogie active et efficace**
- Cours interactifs avec mise en pratique immédiate des techniques enseignées.
- Suivi et conseils post-formation pour assurer l'appropriation durable des compétences.

Informations pratiques

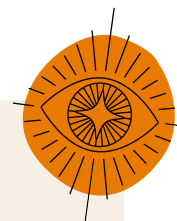
- **Durée totale : 35h** - 5 jours (en 2 sessions selon les besoins)
- **Format :** En présentiel
- **Groupe limité à :** 5 à 7 personnes par groupe

Le format en petit groupe privilégie la qualité de l'accompagnement, permet un suivi individualisé et une mise en pratique plus efficace des outils.

- **Dates :** à convenir ensemble
- **Financement :** **Organisme certifié Qualiopi** - formation éligible aux financements **OPCO / entreprises**
- Financement individuel également possible (paiement échelonné sur demande)

Tarif de groupe : 1395 € net de TVA/personne

Tarif individuel : 2100 € net de TVA/personne



FORMATION : RAYONNER AU TRAVAIL

Prendre soin de soi pour mieux accompagner les autres

Une approche innovante au service du bien-être professionnel

Rayonner au travail, c'est prendre conscience de son impact, affirmer sa posture professionnelle et cultiver une présence authentique.

Dans le monde professionnel, qu'ils soient soignants, accompagnants, administratifs, encadrants ou dirigeants, les acteurs font face à une réalité exigeante : charge émotionnelle, fatigue relationnelle, pression organisationnelle.

Ces contraintes peuvent fragiliser la posture, l'estime de soi et la qualité des relations. Face à ce constat, cette formation répond à un besoin essentiel :

👉 **Prendre soin de soi pour mieux accompagner**, écouter et soutenir ceux que l'on guide. Grâce aux outils de valorisation de soi et au conseil en image professionnelle, cette formation vous permettra de :

- Renforcer votre bien-être et votre confiance au travail
- Construire une image de soi cohérente, alignée et professionnelle
- Améliorer votre communication interpersonnelle et non verbale (bénéficiaires, équipes, familles, collègues, clients)
- Gérer les situations sensibles avec professionnalisme et empathie
- Développer une posture rayonnante, porteuse de sens

Au cœur de la formation : une exploration sensible et concrète de l'image de soi.

Je vous accompagnerai dans la découverte du langage non verbal, des couleurs, des vêtements et des accessoires, pour vous affirmer avec justesse et communiquer avec plus d'impact et d'aisance dans votre environnement professionnel.

Un temps pour vous recentrer, vous révéler et rayonner pleinement.

Cette formation est une véritable rencontre avec soi-même, un moment pour reconnecter à vos forces, nourrir votre équilibre personnel et professionnel, et incarner une posture d'accompagnant rayonnante

Pour qui ?

Accompagnement personnalisé à la demande : Formation en individuel

- Tout professionnel,
- Demandeur d'emploi
- Manager d'entreprise
- Chef d'entreprise

- Toute équipe professionnelle
- Soignants (AS, AMP, IDE, cadres de santé...)
- Équipe de vente
- Équipe d'accueil

La formation est conçue pour s'adapter aux réalités de chaque métier, à travers des approches différenciées

Prérequis

Aucun prérequis n'est nécessaire

Objectifs

- Mieux vous connaître pour mieux gérer le stress et prévenir l'épuisement professionnel
- Clarifier les messages transmis par votre image et votre langage corporel
- Renforcer votre estime de soi pour adopter une posture professionnelle congruente et bienveillante
- Valoriser votre image professionnelle dans le respect de votre identité et des codes du métier
- Développer une communication non verbale plus consciente et impactante

Une approche qui prend en compte votre réalité professionnelle

Professionnels médicaux et paramédicaux

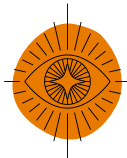
Préservez votre bien-être dans un environnement souvent exigeant, en renforçant votre image et votre estime de soi, véritables leviers de confiance et d'harmonie, pour instaurer un équilibre durable dans la relation soignant-soigné.



Professionnels accompagnants, administratifs, RH, direction, encadrement

Affirmez votre posture professionnelle et renforcez votre crédibilité, en développant une image alignée avec vos responsabilités, vos valeurs et votre fonction.





EXTRAIT DU PROGRAMME

PORTER UN REGARD BIENVEILLANT SUR SOI

- Image perçue, image ressentie, image souhaitée
- Décoder les messages envoyés par son image (attitudes, style, posture...)
- Comprendre l'impact de l'image de soi sur les autres
- Adopter un regard bienveillant et constructif sur soi-même



MIEUX SE CONNAITRE POUR MIEUX RAYONNER

- Reconnaître ses besoins et ses limites
- Identifier ses ressources internes
- Clarifier ses valeurs profondes
- Exercices pratiques

PREVENIR L'ÉPUISEMENT

- Comprendre les signaux d'alerte du surmenage
- Le bien-être au travail comme levier de performance durable
- Intégrer des pratiques simples de recentrage
- Élaborer un plan de prévention personnalisé



RENFORCER SA COMMUNICATION NON VERBALE

- Alignement entre parole, gestuelle et posture
- Décryptage du langage corporel
- Le langage des vêtements : codes vestimentaires
- Le langage des couleurs : messages implicites, impact émotionnel et perception
- Développer une communication non verbale congruente et impactante

CONSTRUIRE UNE IMAGE PROFESSIONNELLE ALIGNÉE

- Identifier les éléments visibles qui valorisent sa posture : couleurs, style, silhouette, accessoires
- Rayonner dans ses couleurs pour renforcer sa présence et sa crédibilité
- Harmoniser son style avec sa fonction, sa personnalité et les contraintes du métier
- Valoriser son image professionnelle tout en restant authentique et dans le respect des exigences et contraintes du métier



Les bénéfices pour l'équipe

- La qualité de vie au travail est améliorée.
- Il ou elle est plus efficace et performant(e).
- La cohésion d'équipe est forte.
- La relation client/bénéficiaire est meilleure.
- La gestion du stress est plus facile.

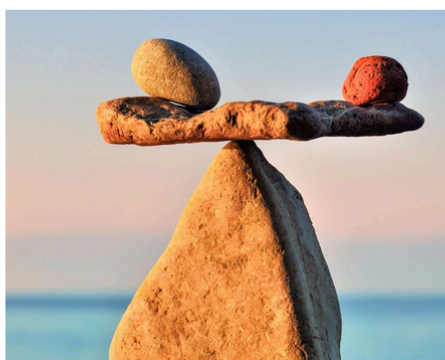


Les points forts de la formation

- **Accompagnement sur mesure :**
- Groupes limités à 5 personnes maximum, pour un suivi individualisé
- **Double expertise de la formatrice**
- Professionnelle de santé : 17 ans d'expérience infirmière, dont 10 ans en oncologie, pédopsychiatrie adolescente, et exercice libéral.
- Conseillère en image certifiée d'État : 8 ans de pratique en valorisation de l'image de soi et image professionnelle.
- Formatrice expérimentée en insertion professionnelle
- **Une pédagogie active et efficace**
- Cours interactifs avec mise en pratique immédiate des techniques enseignées.
- Suivi et conseils post-formation pour assurer l'appropriation durable des compétences.

Informations pratiques

- **Durée :** 14h (2 jours en présentiel)
- **Groupe :** 5 à 7 personnes (format privilégiant un accompagnement individualisé)
- **Dates :** à définir ensemble
- **Tarif de groupe :** sur devis **Tarif individuel :** 790€
- **Financement :** **Organisme certifié Qualiopi** formation éligible aux financements OPCO
- Financement individuel également possible (paiement échelonné sur demande)



FORMATION CONSEIL EN IMAGE

Maîtriser les techniques fondamentales

Valoriser l'image de soi avec écoute, technicité et bienveillance

La formation Conseil en Image vous permet d'acquérir les compétences essentielles pour valoriser l'image de soi d'une personne grâce à une approche à la fois personnalisée, technique et profondément humaine.

Cette formation complète couvre les trois piliers fondamentaux du conseil en image :

- La colorimétrie (14h)
- L'analyse morphologique du visage (coiffure et accessoires) (7h)
- L'analyse morphologique de la silhouette et le style vestimentaire (14h à 21h)

Au-delà des savoir-faire techniques, cette formation est une invitation à une véritable rencontre avec l'autre. Vous apprendrez à accompagner avec respect et bienveillance, en valorisant l'harmonie entre l'être intérieur et le paraître extérieur.

Vous saurez guider vos clients dans le choix des vêtements, des couleurs, des coiffures, des accessoires et des styles qui les mettent en valeur, en tenant compte de leur personnalité, de leur morphologie et de leurs besoins spécifiques.

Chaque personne étant unique, avec son histoire et ses particularités, la formation développe également des compétences relationnelles essentielles : écoute active, observation attentive, communication bienveillante et posture professionnelle.

Ces outils vous permettront de renforcer la confiance en soi, de révéler l'authenticité de chacun et d'encourager une cohérence harmonieuse entre ce que l'on est et ce que l'on montre au monde.

► Modules complémentaires (optionnels)

La formation peut être suivie seule, ou enrichie par des modules spécifiques :

Module de spécialisation : Conseil en image dans le secteur médico-social (21h)

→ **Conseil en image spécialisé** : permet d'adapter les techniques du conseil en image aux besoins spécifiques des publics du secteur médico-social (personnes fragilisées par la vie, la précarité, la maladie, en situation d'handicap).

Module complémentaire : Bien être et communication professionnelle (14h)

→ Formation indépendante, recommandée en complément du parcours.
Renforce la confiance en soi, l'impact personnel et la posture professionnelle, en cohérence avec sa fonction et son image professionnelle, dans une approche éthique, empathique et alignée.

Pour qui ?

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant enrichir sa pratique et sa posture professionnelle

- **Professionnels du prêt-à-porter, de la mode, de l'esthétique, de la coiffure**
- **Professionnels de la création** : Couturières, Stylistes, stylistes médical, photographes
- **Professionnels de la vente ou du conseil,**
- **Particuliers ou personnes en reconversion professionnelle**

- **Professionnels souhaitant découvrir le secteur médico-social** et apprendre à accompagner avec justesse des publics fragilisés grâce au module de spécialisation.
- **Professionnel de l'accompagnement** souhaitant se former en profondeur au conseil en image

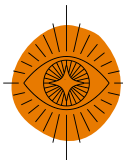
Aucun prérequis n'est nécessaire.

Objectifs

- 1 Maîtriser les techniques de colorimétrie :**
Identifier les couleurs qui mettent en valeur chaque individu, en fonction de sa carnation, de ses contrastes naturels et de sa personnalité.
 - 2 Réaliser une analyse morphologique complète**
Acquérir des compétences techniques et relationnelles pour analyser la silhouette, comprendre les lignes du corps et proposer des conseils vestimentaires personnalisés.
 - 3 Conseiller des styles adaptés aux besoins spécifiques**
Développer son sens de l'écoute et de l'observation pour accompagner chaque client dans le choix d'un style vestimentaire en accord avec sa personnalité, ses objectifs et son contexte de vie.
- Sublimer le visage avec justesse**
- 4** Apprendre à valoriser le visage grâce à des conseils personnalisés en coiffure, accessoires dans le respect de l'identité et des besoins de chacun.

À l'issue de chaque module suivi, vous recevrez :

- Une attestation de fin de formation mentionnant les compétences acquises
- Un certificat de réalisation, conforme aux critères du référentiel Qualiopi



Extrait du programme de formation : (35h à 42h)

Chaque module peut être suivi à la carte, selon vos besoins et dans la limite des places disponibles
Un devis personnalisé vous sera proposé si vous souhaitez suivre un module seul.



LA COLORIMÉTRIE (14H)

Valoriser une personne par la couleur

- Comprendre l'impact et l'influence de la couleur
- Maîtriser les techniques d'analyse de la couleur
- Savoir réaliser une séance de colorimétrie
- Être capable de proposer une palette de couleurs personnalisée

Durée : 14h Tarif : 755 € (net de TVA)

ANALYSE MORPHO-VISAGISME AU FEMININ (7H)

Mettre en valeur un visage par des conseils coiffures et accessoires

- Analyser les différentes morphologies de visage
- Identifier les besoins spécifiques de chaque personne
- Adapter les conseils coiffure et accessoires
- Développer un savoir-être professionnel
- Mettre en valeur un visage grâce à des conseils personnalisés

Durée : 7h Tarif : 390 € (net de TVA)



Au féminin(14h)



Tarif : 755 €
(net de TVA)

ANALYSE MORPHOLOGIE SILHOUETTE ET ETUDE DE STYLE : (21H)

Valoriser une silhouette avec des conseils de style personnalisés

- Analyser les particularités des différentes morphologies
- Identifier les attentes et besoins du client
- Adapter les conseils vestimentaires : coupes, matières et accessoires
- Pratiquer : mises en situation
- Style vestimentaire : Apprendre à utiliser le langage des vêtements pour transmettre des messages.
- Développer une communication et approche professionnelle adaptées

Au masculin (7h)



Tarif : 390 €
(net de TVA)

Extrait du programme – Module de spécialisation :

Conseil en image dans le secteur médico-social (21h)

Ce module forme les professionnels à du conseil en image spécialisé, adapté aux besoins spécifiques des publics fragilisés (maladie, précarité, handicap, vieillissement). Il ne s'agit pas seulement de transmettre des techniques, mais d'initier une posture profondément éthique et bienveillante, ancrée dans la réalité du terrain médico-social.

Les participants y acquièrent des bases solides pour accompagner avec justesse des personnes vulnérables, en développant des compétences techniques, relationnelles et humaines. Cette spécialisation ouvre également la voie à des approfondissements ultérieurs, selon les besoins professionnels de chacun.

Ce que vous allez apprendre :

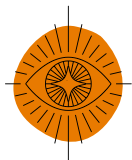
- Comprendre les enjeux de l'image de soi en contexte de fragilité
- Identifier les besoins spécifiques selon les publics accompagnés
- Adapter les techniques de conseil en image aux contraintes physiques, émotionnelles et sociales
- Construire un accompagnement respectueux, éthique et réaliste dans des environnements médico-sociaux
- Renforcer votre posture professionnelle face à la vulnérabilité
- Intégrer la pratique via des mises en situation et études de cas

Durée : 21h Tarif : 1150 € (net de TVA)



Un module à forte valeur humaine

Issu de 17 années d'expérience dans le soin (Infirmière en oncologie, pédopsychiatrie, exercice en libéral) et dans l'insertion professionnelle, ce module combine une connaissance du médico-social et maîtrise du conseil en image, pour une approche profondément humaine, concrète et engagée.



Extrait du programme – Module complémentaire :

Rayonner au travail : Bien-être et communication professionnelle (14h)

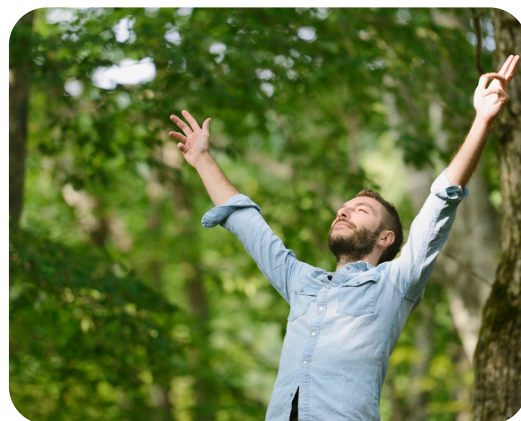
Ce module indépendant vous aide à développer la confiance en soi, l'impact personnel et une posture professionnelle affirmée, en lien avec votre rôle et votre environnement.

Il complète les compétences techniques du conseil en image par un travail sur soi, l'attitude, la présence, et l'image professionnelle, pour une communication plus alignée et authentique

Prendre soin de soi pour mieux accompagner les autres

Un professionnel épanoui, bien dans sa posture, communique mieux et crée un impact positif autour de lui.

Ce module vous donne les clés pour rayonner dans votre environnement professionnel, même en contexte exigeant, en alliant bien-être, compétences relationnelles et image professionnelle maîtrisée.



Pour plus d'informations, consultez la page 9 du catalogue de formation.

Ce que vous allez apprendre :

- Renforcer votre bien-être et votre confiance au travail
- Construire une image de soi cohérente, alignée et professionnelle
- Améliorer votre communication interpersonnelle et non verbale
- Gérer les situations sensibles avec professionnalisme et empathie
- Développer une posture rayonnante, porteuse de sens

Bénéficiez d'un tarif préférentiel si ce module est intégré à un parcours complet.

Les points forts de la formation

- **Accompagnement sur mesure :**
- Groupes limités à 5 personnes maximum, pour un suivi individualisé
- **Double expertise de la formatrice**
- Professionnelle de santé : 17 ans d'expérience infirmière, dont 10 ans en oncologie, pédopsychiatrie adolescente, et exercice libéral.
- Conseillère en image certifiée d'État : 8 ans de pratique en valorisation de l'image de soi et image professionnelle.
- Expérience terrain en prêt-à-porter
- **Une pédagogie active et efficace**
- Cours interactifs avec mise en pratique immédiate des techniques enseignées.
- Suivi et conseils post-formation pour assurer l'appropriation durable des compétences.



Une formation à la carte, selon vos besoins

Organisme certifié Qualiopi – Formation éligible aux financements OPCO
Financement individuel possible (paiement échelonné sur demande)

Construisez votre parcours de formation sur-mesure

Parce que chaque projet professionnel est unique, ma formation en Conseil en image s'adapte à vos besoins et à vos objectifs.

Choisissez les modules qui vous conviennent, combinez-les à votre rythme, et bénéficiez d'un accompagnement personnalisé.

Un devis clair et détaillé vous sera fourni, pour un parcours entièrement adapté à vos attentes.

• **Formation complète de Conseil en image (les techniques de bases)**

Durée : 35 à 42 heures - Présentiel

Tarif : à partir de 1 900 € (net de TVA)

Formation modulable et personnalisable selon vos objectifs professionnels.

À prévoir : achat du kit de tissus (étoffes) en supplément.

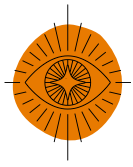
• **Formation Conseil en image + spécialisation médico-sociale**

Durée : 63 heures- Présentiel

Spécialisation accessible uniquement après la formation complète de conseil en image.

• **Parcours complet : Conseil en image + Spécialisation médico-sociale + module complémentaire "Rayonner au travail"**

Durée : 77 heures - Présentiel



TEMOIGNAGES

Avis google



Valérie

Super formatrice qui sait très bien s'adapter à des personnalités différentes au sein du groupe. Formation très intéressante et enrichissante sur la confiance en soi et l'image de soi. Je recommande cette formation à toutes les entreprises qui veulent que leurs collaborateurs se sentent bien et soient encore plus efficaces 🙌



Marie

Mirentxu est une personne surprenante. Elle sait cerner les gens très précisément. Sait être à l'écoute de l'autre et est de très bons conseils. Ses formations sont de réelles ressources pour se découvrir nous même et avancer dans le positif. Merci pour tout 😊
NB: n'hésitez pas à aller chez elle...les yeux fermés !!!



Eric

Mirentxu est une très belle personne, qualifiée, à l'écoute, avec une riche expérience, qui vous aidera à découvrir le meilleur de vous même et vous redonner confiance. Je vous la recommande très sincèrement.



Brigitte

Une personne bienveillante à l'écoute qui s'est repérée les besoins de chacun du groupe Ce fut une belle rencontre et une belle aventure merci encore.

Un grand merci à vous....

Comment s'inscrire à une formation KAMANA ?

Pour garantir un accompagnement adapté à vos besoins, l'inscription aux formations se fait en plusieurs étapes :

1. Premier échange

Prenez contact pour un échange personnalisé afin de clarifier votre projet, et vos attentes. C'est aussi l'occasion de poser toutes vos questions en toute simplicité.

2. Fiche d'inscription

La fiche d'inscription est disponible sur le site internet :

www.kamana-larencontreavecsoi.fr

Ou envoyée par mail sur simple demande.

3. Validation & convention

Une fois la fiche complétée et la convention signée, votre inscription est validée.

Délai d'accès : 10 jours minimum avant le début de la formation.



07 69 90 83 46



kamana.larencontreavecsoi@gmail.com



kamana-larencontreavecsoi.fr



172 chemin armora
64310 Saint Pée sur Nivelle
Pays Basque



Organisme de formation
certifié Qualiopi



Qualiopi
processus certifié

■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au
titre de la catégorie d'action suivante :
- Actions de formation

