

# Formation

**Personal Branding : affirmer son image  
et attirer les bonnes opportunités.**

Marie Perrissoud pour Rise&Shine Coaching

**7H EN VISIO  
OU EN  
PRÉSENTIEL**

**Le personal branding, ce n'est pas créer un personnage :  
c'est révéler ton unicité et la rendre visible.**

Rise&Shine Coaching - Siège social : 33, rue Mozart 76230 Bois-Guillaume - Tél : 06.61.74.57.41  
Email : [marie@riseandshinecoaching.com](mailto:marie@riseandshinecoaching.com) - Site : [www.riseandshinecoaching.com](http://www.riseandshinecoaching.com)  
Organisme de formation - Déclaration d'activité sous le numéro 28760652176 auprès du préfet de région de NORMANDIE  
(Cet enregistrement ne vaut pas agrément d'Etat)  
N° Siret : 909 901 894 00024 - Code APE : 70.22Z



# Rise & Shine

COACHING

## Formation « Personal Branding : affirmer son image et attirer les bonnes opportunités »

### PROGRAMME DE FORMATION 7H

\*\*\*

**Ton image, c'est ton premier vecteur d'influence.  
Grâce à cette formation, tu apprendras à définir une identité de marque personnelle unique et authentique, à te démarquer dans ton secteur et à attirer naturellement de nouvelles opportunités - en restant toi-même.**

**Durée :** 7 heures      **Type de formation :** Présentiel à Rouen ou Visio

**Date rédaction :**  
01/10/2025

**Public :** Dirigeantes - Cadres Dirigeantes - Cadres - Profession libérale - Auto entrepreneures

**Prérequis :** Pas de pré requis techniques spécifiques.

**Nombre de stagiaires :** 10 personnes maximum

## Objectifs Pédagogiques

A l'issue de la formation le/la participant(e) est en mesure de :

- Comprendre l'importance du personal branding dans leur développement professionnel
- Identifier et définir leur identité de marque personnelle
- Se présenter et présenter leur activité de manière claire et attractive
- Prendre conscience de leurs talents et savoir les valoriser
- Gagner en assurance et en crédibilité
- Développer leur visibilité et leur influence
- Renforcer leur impact professionnel et attirer de nouvelles opportunités

**Marie Perrissoud – Rise&Shine Coaching** - Adresse : 33 rue Mozart 76230 Bois-Guillaume – Tél : 06.61.74.57.41

Email : [marie@riseandshinecoaching.com](mailto:marie@riseandshinecoaching.com) – Site : [www.riseandshinecoaching.com](http://www.riseandshinecoaching.com)

Organisme de formation – Déclaration d'activité sous le numéro 28760652176 auprès du préfet de région de NORMANDIE

(Cet enregistrement ne vaut pas agrément d'Etat)

N° Siret : 909 901 894 00024 – Code APE : 70.22Z – Siège social : 33 rue Mozart 76230 Bois-Guillaume



# Rise & Shine

COACHING

## Contenu

### Matin :

#### 1. Introduction au personal branding

- Comprendre les enjeux et bénéfices

#### 2. Prendre conscience de ses talents

- Diagnostiquer ses atouts
- Valoriser son image et renforcer son assurance

#### 3. Maîtriser son univers

- Définir ses objectifs, cibles, forces et vigilances
- Cultiver et valoriser sa différence

### Après-midi :

#### 4. Se présenter et convaincre

- Travailler son image de soi et sa notoriété
- Pitcher efficacement et surprendre son audience
- Communiquer avec impact

#### 5. Accroître sa visibilité

- Posture physique et communication non verbale
- Accroître son influence et sa prospection

#### 6. Être présente et optimiser le suivi

- Maîtriser et entretenir son image
- Fidéliser et nourrir son réseau

Marie Perrissoud – Rise&Shine Coaching - Adresse : 33 rue Mozart 76230 Bois-Guillaume – Tél : 06.61.74.57.41

Email : [marie@riseandshinecoaching.com](mailto:marie@riseandshinecoaching.com) – Site : [www.riseandshinecoaching.com](http://www.riseandshinecoaching.com)

Organisme de formation – Déclaration d'activité sous le numéro 28760652176 auprès du préfet de région de NORMANDIE  
(Cet enregistrement ne vaut pas agrément d'Etat)

N° Siret : 909 901 894 00024 – Code APE : 70.22Z – Siège social : 33 rue Mozart 76230 Bois-Guillaume



# Rise & Shine

COACHING

## Méthode et moyens pédagogiques

- Alternance de théorie et d'exercices
- Mises en situations pratiques orientées "terrain"
- Méthodes pédagogiques basées sur les échanges d'expériences, des études de cas, des mises en situation qui permettent à chacun d'analyser ses pratiques, de réfléchir sur les bonnes pratiques à mettre en œuvre

## Organisation

**Formatrice :** Marie Perrissoud, coach certifiée

**Date et horaires :** 1 journée de formation de 9h à 17h

**Plusieurs sessions possibles:** nous consulter

**Dispositif de suivi de l'exécution, d'évaluation de la formation et de sanction :**

- Feuilles de présence
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Attestation de formation

**Contacts :**

- Marie Perrissoud
- [marie@riseandshinecoaching.com](mailto:marie@riseandshinecoaching.com)
- **06.61.74.57.41**

**Tarif INTER : 250€ par jour**

**INTRA : 1500€ par jour**

*Organisme certifié Qualiopi - coût de la formation prise en charge possible par votre OPCO (montant & conditions à confirmer par votre OPCO/FAF).*

**Modalités et délais d'accès : merci de nous contacter par email ou par sms/whatsapp pour plus de renseignements et pour considérer votre inscription.**

**Adaptation de la formation aux stagiaires :** Si l'un des stagiaires est en situation de handicap ou à besoin de conditions particulières, veuillez à en informer le formateur, pour que nous trouvions ensemble les solutions adaptées.

Marie Perrissoud – Rise&Shine Coaching - Adresse : 33 rue Mozart 76230 Bois-Guillaume – Tél : 06.61.74.57.41

Email : [marie@riseandshinecoaching.com](mailto:marie@riseandshinecoaching.com) – Site : [www.riseandshinecoaching.com](http://www.riseandshinecoaching.com)

Organisme de formation – Déclaration d'activité sous le numéro 28760652176 auprès du préfet de région de NORMANDIE

(Cet enregistrement ne vaut pas agrément d'Etat)

N° Siret : 909 901 894 00024 – Code APE : 70.22Z – Siège social : 33 rue Mozart 76230 Bois-Guillaume