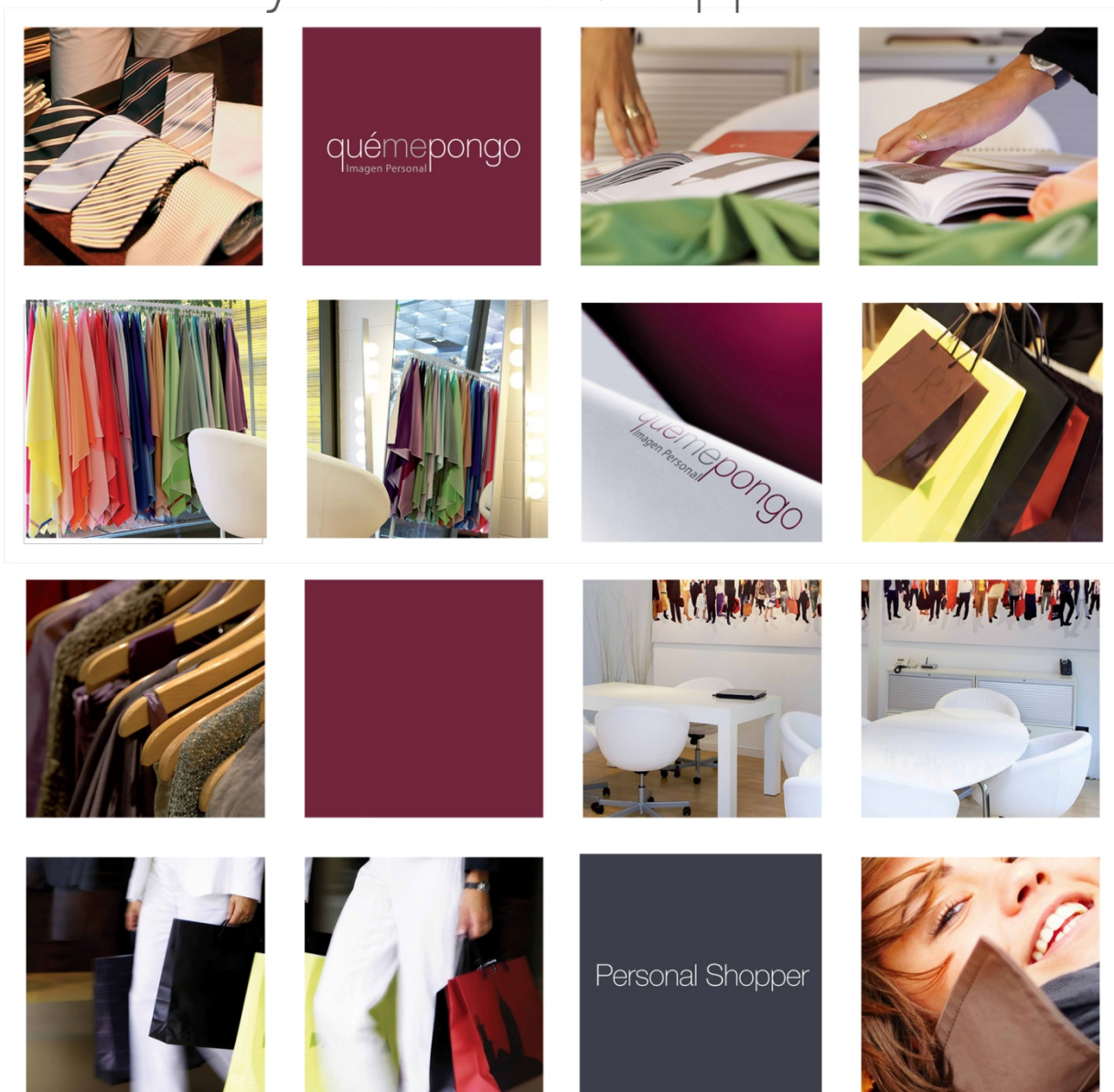


# quémepongo

Imagen Personal

## Máster Online de Asesoría de Imagen y Personal Shopper



## MÁSTER ONLINE ASESORÍA DE IMAGEN Y PERSONAL SHOPPER

### Introducción

Es un **Máster online** que va dirigido a todas aquellas personas interesadas en el mundo de la **asesoría de imagen, personal shopper y estilismo** ya sea para reforzar su carrera profesional, especializarse y formarse, o como enriquecimiento personal.

A través de nuestra plataforma online, podrás realizar el curso a través de los videos, ejercicios y apuntes impartidos por **Montse Guals**, asesora de imagen y personal shopper, y **Elisabet Olivé**, estilista y personal shopper. Ambas, fundadoras de la empresa "Quémepongo", con una trayectoria de más de 20 años de experiencia. Autoras de los libros "Qué me pongo", "¿Y yo, qué me pongo?" y colaboradoras en diferentes medios de comunicación, como radio, televisión, prensa escrita y blogs.

- **Tipo de curso:** 100% online.
- **Duración:** **114 horas de formación** a realizar en un plazo máximo de un año.
- **Todos los martes de 18:00h a 19:30h.** Impartimos clases en directo, MasterClass, debates y práctica con casos reales.
- **Garantía:** **quémepongo es empresa pionera y líder** en el sector de la imagen personal y el personal shopper con una amplia trayectoria de **más de 20 años** formando y asesorando, tanto a nivel particular como empresarial.
- **Título:** Una vez finalizado el curso se entrega un **certificado acreditativo** por haber realizado el curso. Superado el trabajo final se te otorgará y enviará un **diploma acreditado por quémepongo**.

### Metodología

Una vez realizado el pago, recibirás por e-mail tu código de acceso a la plataforma de formación on-line y podrás acceder al curso de forma automática.

Este curso consta de videos teóricos, lecciones, powers point, apuntes y ejercicios prácticos donde disfrutarás aprendiendo.

Además se te asignará un tutor al que podrás solicitar toda la información y el apoyo que necesites.

Para más información contacta con nosotros a través de

[formacion@quemepongo.es](mailto:formacion@quemepongo.es) o de nuestro teléfono **00 34 93 217 06 06**.

## **Programa:**

**Módulo :** Imagen Personal e iconología

**Módulo :** Estilismo en el vestir

**Módulo :** Visagismo \_ Cabello y Maquillaje

**Módulo :** Color

**Módulo :** Fondo de Armario

**Módulo :** Análisis del Guardarropa

**Módulo :** Personal Shopper

**Módulo :** Comunicación

**Módulo :** Protocolo y Saber Estar

## **MÓDULO - IMAGEN PERSONAL E ICONOLOGÍA**

### **1. Introducción**

### **2. Imagen personal**

- La primera impresión
- Porqué cuidamos nuestra imagen
- Qué es la asesoría de imagen
- Objetivo de la asesoría de imagen
- Asesor de imagen
- Su objetivo y metodología
- Necesidades del asesor de imagen
- Capacidades del asesor de imagen

### **Ejercicios de Imagen personal**

### **3. Iconología**

- Diferencia entre imagen y belleza
- Proyección de la Imagen Personal
- Los códigos en asesoría de imagen
  - Las líneas
  - Las formas
  - Los volúmenes
  - Los colores
- El movimiento de traslación
  - Sus líneas y velocidad
- Movimiento de proyección

- Sus líneas y velocidad
- Movimiento de gesticulación
  - Sus líneas y velocidad
- El sonido
  - El timbre de la voz
  - El registro y fuerza de la voz
  - La modulación de la voz

#### **4. Fichas de iconología**

- 1-Ficha- Valoración de las características físicas
- 2-Ficha- Cualidades que se transmite
- 3-Ficha- Cualidades que se desean transmitir
- 4-Ficha- Valoración de las características a potenciar o neutralizar

#### **Apuntes de imagen personal e iconología**

#### **Ejercicios de iconología**

## **MÓDULO - ESTILISMO EN EL VESTIR**

### **1. Introducción**

### **2. Las proporciones del cuerpo humano**

- Cánones de belleza
- Proporciones del cuerpo humano
  - Análisis antropométrico femenino y masculino
- Tipología femenina
- Tipología masculina

#### **Ejercicios de estilismo en el vestir**

- Proporción corporal
- Análisis antropométrico y siluetas

### **3. La indumentaria a través de líneas, formas, volúmenes y colores**

- Las líneas en la indumentaria
  - Línea horizontal, vertical, sinuosa, redondeada, oblicua y quebrada
- Las formas en la indumentaria
  - Forma cuadrada, rectangular, redondeada y angulosa
- Los volúmenes en la indumentaria
  - Volumen grande, medio y pequeño
- Los colores en la indumentaria
  - Vestir en monocolor, en gama y en contraste de color

#### 4. Nomenclatura femenina

- Descripción de una chaqueta
  - Tipo de bolsillo
  - Tipos de chaqueta
- Descripción de una falda
  - Tipos de falda
- Descripción de un pantalón
  - Tipo de bolsillo
  - Tipos de pantalón
- Descripción de un vestido
  - Tipos de vestidos
  - Tipo de escote
- Descripción de una camisa
  - Largos de manga
  - Tipo de sisa
  - Tipos de mangas
  - Tipos de camisas y blusas
- Descripción de una camiseta
  - Tipos de cuellos
- Descripción de un abrigo
  - Tipos de abrigos

#### 5. Nomenclatura masculina

- Descripción de una chaqueta
  - Aberturas en la espalda
  - Bolsillos de chaqueta
  - Tipos de chaqueta
- Descripción de un pantalón
  - Tipo de bolsillo
  - Tipos de pantalón
- Descripción de un chaleco
  - Tipos de chalecos
- Descripción de una camisa
  - Cuellos de camisa
  - Puños de camisa
- Descripción de una corbata
  - Nudos de corbata
- Descripción de una camisa informal
  - Tipos de camisa
- Descripción de un jersey
  - Tipo de cuellos
  - Tipo de mangas
  - Tipos de jerséis
- Descripción de un abrigo

- Tipos de abrigos

#### **Ejercicios de estilismo en el vestir**

- Las líneas, formas, volúmenes y colores de la indumentaria

### **6. Los tejidos**

- Que tenemos que tener en cuenta en un tejido
- El aspecto de un tejido
  - Tejidos lisos
  - Tejidos de cuadros
  - Tejidos de rayas
  - Tejidos de fantasía
- La elaboración de un tejido
  - El peso, grosor y movimiento del tejido
- El acabado de un tejido
  - Tejido mate, satinado, inarrugable

#### **Ejercicios de estilismo en el vestir**

- Los tejidos en su aspecto, elaboración y acabado

### **7. Correcciones ópticas a través de la indumentaria**

- Como neutralizar y potenciar las siluetas
  - Siluetas femeninas
  - Siluetas masculinas
- Como neutralizar inestetismos con las líneas y volúmenes de la indumentaria
  - Cuello largo, corto o delgado
  - Espalda ancha o estrecha
  - Busto grande, pequeño, alto o bajo
  - Talle superior largo o corto
  - Talle inferior largo o corto
  - Cintura ancha
  - Cadera estrecha o ancha
  - Glúteos voluminosos, altos o bajos
  - Extremidades inferiores largas o cortas
  - Piernas delgadas o voluminosas
  - Extremidades superiores largas o cortas
  - Brazo ancho o estrecho

#### **Ejercicios de estilismo en el vestir**

- Las correcciones ópticas a través de la indumentaria

### **8. Los Complementos**

- Asesoría y uso de los complementos
- Que tenemos que tener en cuenta a la hora de asesorar:

- Collares, anillos, zapatos, cinturones, maletín de caballero y nudos de corbata

#### **Ejercicios de estilismo en el vestir**

- Los complementos

#### **9. La etiqueta**

- El saber vestir adecuadamente en cada ocasión
- La etiqueta masculina
  - Traje oscuro, chaqué, esmoquin y frac

#### **Ejercicios de estilismo en el vestir**

- La etiqueta

#### **10. La Elegancia y el estilo**

- La elegancia y estilo
- Personalidad en el vestir- ser distinguida-
- Estilo personal
- Maneras de vestir
  - Deportivo, informal, semi-formal, formal y etiqueta
- Niveles de vestir
  - Neutro, extremado y sofisticado

#### **Ejercicios de estilismo en el vestir**

- La elegancia y estilo

#### **11. Como realizar un dossier**

Asesoría en estilismo en el vestir

#### **Apuntes de estilismo en el vestir**

## **MÓDULO – VISAGISMO: CABELLO Y MAQUILLAJE**

### **1. Introducción**

### **2. Las proporciones del rostro**

- Cánones de belleza
- Proporción del rostro
  - Análisis de visagismo
- Formas del rostro
  - Rostros femeninos
  - Rostros masculinos

### **Ejercicios de visagismo**

- Proporciones del rostro

### **3. Asesoría en cabello y peinado**

- Qué tenemos que tener en cuenta del cabello y peinado
  - Forma, volumen, color y textura
- La iconología en el peinado
  - Las formas del cabello
  - Las líneas del cabello
  - Los volúmenes en el cabello
  - El color en el cabello
- El peinado más adecuado según el tipo de rostro
  - Rostro ovalado
  - Rostro redondo
  - Rostro cuadrado
  - Rostro rectangular o alargado
  - Rostro triangular
  - Rostro triangulo invertido
  - Rostro hexagonal
- El peinado más adecuado para el cuello largo o estrecho y cuello corto o ancho

### **Ejercicios de visagismo**

- Asesoría en el cabello

### **3.1.Asesoría en maquillaje**

- La iconología en maquillaje
- Correcciones en el maquillaje para cada rostro
  - Rostro redondeado
  - Rostro rectangular o alargado
  - Rostro cuadrado
  - Rostro triangulo invertido
  - Rostro diamante
  - Rostro triangular
- Aspectos del rostro a potenciar o neutralizar a través del maquillaje
- Las cejas ideales para cada tipo de rostro
- Tipos de cejas y sus correcciones
  - Ceja caída o descendente
  - Ceja corta
  - Ceja gruesa
  - Ceja recta u horizontal
- Los ojos y sus correcciones
  - Ojos juntos o próximos
  - Ojos separados
  - Ojos hundidos



- Ojos descendentes
- La nariz y sus correcciones
  - Nariz corta, pequeña o respingona
  - Nariz larga
- La boca y sus correcciones
  - Boca pequeña
  - Boca grande
  - Labios gruesos
  - Labios delgados
- El mentón o barbilla y sus correcciones
  - Barbilla o mentón pronunciado
  - Falta de mentón o barbilla

#### **Ejercicios de visagismo**

- Asesoría en el maquillaje

#### **3.2. Complementos en el visagismo**

- Los complementos en el cabello
- Los pendientes para cada rostro
  - Pendientes redondeados
  - Pendientes lineales
  - Pendientes largos con volumen
  - Pendientes largos sin volumen
- Como influye la óptica en el rostro
  - Color del cabello
  - Forma del óvalo
  - Como influye la nariz para escoger gafas

#### **Ejercicios de visagismo**

- Los complementos

#### **Como realizar un dossier**

- Asesoría en cabello y maquillaje

#### **Apuntes**

- Apuntes de visagismo

## **MÓDULO - EL COLOR**

### **1. Introducción**

### **2. El color**

- La importancia del color
  - Los colores primarios y secundarios
  - Colores correctos e incorrectos

- Cómo influye el color en el rostro
- Metodología del test de color quémepongo
  - Conocer la armonía del cliente
  - Armonía cálida o fría
  - Armonía intensa o suave

### 3. El test de color

- Cómo realizamos el test de color
  - ¿Cómo lo hacemos?
- Análisis de belleza
- Análisis de imagen
- Fichas del test de color quémepongo
  - 1 ficha – armonía cálida con imagen seria
  - 2 ficha – armonía cálida con imagen cercana
  - 3 ficha – armonía fría con imagen seria
  - 4 ficha – armonía fría con imagen cercana

#### **Video: Practica del test de color quémepongo**

- Realización del test de color

#### **Como realizar un dossier**

- Estudio test del color

#### **Apuntes**

- Apuntes de color

#### **Ejercicios módulo del color**

## **Módulo - FONDO DE ARMARIO**

### 1. Introducción

### 2. La Importancia del fondo de armario

- Definición de fondo de armario
- Diferencia entre guardarropa y fondo de armario

### 3. Necesidades del cliente

- Necesidades fisiológicas
- Necesidades fisiológicas
- Necesidad de identificarse en un grupo social
- Necesidad de potenciar o mejorar su belleza
- Necesidad de saber la imagen a transmitir

### 4. Prioridades del cliente

- Factores a tener en cuenta

**5. Hábitos en la manera de vestir**

- Instinto, imitación y hábitos aprendidos

**6. Objetivo del fondo de armario 1 funcional**

- Actividades deportivas, personales, profesionales y sociales

**7. Objetivo del fondo de armario 2 versátil**

- Prendas versátiles femeninas y sus combinaciones
- Prendas versátiles masculinas y sus combinaciones

**8. Objetivo del fondo de armario 3 duradero**

- Prendas básicas
- Prendas temporada
- Prendas atemporales
- Prendas intemporales
- Prendas de tendencia

**9. Elementos a tener en cuenta**

- Exceso y escasez de elementos en las prendas y complementos
- ¿qué se debe valorar?

**10. Finalidad del fondo de armario**

- Cómo se crean los looks
- La importancia en la elección de looks

**11. Como se realiza un fondo de armario femenino y masculino**

- Distintos esquemas
- Creación de subfamilias, familias y grupos

**12. Fondo de armario masculino**

- ¿cómo es nuestro cliente?, ejemplo 1
- Ficha de datos personales
- Ficha de características físicas
- Ficha de características personales
- Ficha de características de las prendas y complementos

**13. Esquema fondo de armario masculino**

- Valoración y selección de prendas y complementos
- Actividades formales, semiformales e informales

**14. Looks fondo de armario masculino**

- Realización de looks en relación a las necesidades del cliente

- Looks formales
- Looks semiformales
- Looks informales

#### **15. Total prendas y looks fondo de armario masculino**

- Objetivo de los looks
- Prendas y complementos necesarios

#### **16. Fondo de armario femenino.**

- ¿cómo es nuestra cliente?, ejemplo 2
- Ficha de datos personales
- Ficha de características físicas
- Ficha de características personales
- Ficha de características de las prendas y complementos

#### **17. Esquema fondo de armario femenino**

- Valoración y selección de prendas y complementos
- Actividades formales, semiformales e informales

#### **18. Looks fondo de armario femenino**

- Realización de looks en relación a las necesidades del cliente
- Looks formales
- Looks semiformales
- Looks informales

#### **19. Cantidad de prendas y complementos debe tener un fondo de armario femenino**

- Valoración de las prendas y complementos necesarios
- Cuantos looks se deben poder realizar

#### **Apuntes del módulo**

#### **Ejercicios del módulo**

#### **Trabajo final tutelado y valorado por el profesor**

## **MÓDULO - ANÁLISIS DEL GUARDARROPA**

### **1. Introducción**

### **2. La necesidad del servicio en la sociedad actual**

- Definición de análisis del guardarropa

### **3. Capacidades del asesor**

- Qué aportar, qué transmitir, qué generar...

### **4. Factores a tener en cuenta**

- Estudiar y conocer al cliente
- Actividades que realiza
- Necesidades del cliente

### **5. Cómo se trabaja un guardarropa**

- Criterios de análisis
- Metodología del servicio
  - Qué se debe observar
  - Qué se debe analizar
  - Qué se debe valorar
  - Qué se debe proponer

### **6. Cómo debemos asesorar al cliente**

- Funcionalidad y valoración de las prendas y complementos
- Cómo optimizar y maximizar resultados

### **7. Objetivo del análisis del guardarropa**

- Modalidades del servicio
- Ventajas y beneficios

#### **Video: Cómo se realiza un análisis del guardarropa**

#### **Apuntes del módulo**

#### **Anexo: Fichas de trabajo**

- Ficha – 1: Análisis de las prendas
- Ficha – 2: Análisis de los complementos
- Ficha – 3: Propuesta de looks
- Ficha – 4: Valoración de necesidades

#### **Ejercicios del módulo**

## **Módulo - PERSONAL SHOPPER**

### **1. Introducción**

### **2. Profesión y servicio**

- Definición de personal shopper
- Profesión de personal shopper
- Servicio de personal shopper

- Relación entre moda y tendencias
  - Concepto moda
  - Concepto tendencia

### **3. Necesidades del personal shopper**

- Base de datos
- Estar al día
- Conocimientos necesarios
- Material necesario

### **4. Objetivo del personal shopper**

- Factores a tener en cuenta
- Identificar las necesidades y prioridades del cliente
- Selección de colaboradores
- Capacidades del personal shopper

### **5. Cómo trabaja un personal shopper**

- Metodología del paso a paso

### **6. Tipos de servicios**

- Diferentes formas de vender el servicio de personal shopper

### **7. Personal shopper con cliente**

- Identificar las necesidades y prioridades del cliente
- Relación entre el cliente y el personal shopper
- Puntos a tener en cuenta
- **Video:** Caso práctico

### **8. Personal shopper sin cliente**

- Identificar las necesidades y prioridades del cliente
- Relación entre el cliente y el personal shopper
- Puntos a tener en cuenta
- **Video:** Caso práctico

### **9. Personal shopper en grupo**

- Identificar las necesidades y prioridades del cliente
- Relación entre el grupo y el personal shopper
- Puntos a tener en cuenta
- **Video:** Caso práctico

### **10. Personal shopper on-line**

- Identificar las necesidades y prioridades del cliente
- Relación entre el cliente y el personal shopper

- Puntos a tener en cuenta
- **Video:** Caso práctico

### 11. Tipos de shopping

- Distintos tipos de shopping

### 12. Rutas de personal shopper

- Cómo organizar una buena ruta
- Gestión del tiempo
- Diferentes tipos de rutas

### 13. Finalidad del personal shopper

### 14. Apuntes de personal shopper

- **Anexo 1:** Fichas prácticas
  - Ficha de pre-shopping
  - Ficha de shopping
  - Ficha de ruta de personal shopper
  - Ficha de compras realizadas
- **Anexo 2:** Historia de la moda
  - Momentos claves en la historia de la moda
- **Anexo 3:** Cómo tomar medidas
  - Femeninas y masculinas
- **Anexo 4:** Etiquetado de las prendas y complementos
  - Tallas femeninas y masculinas
  - Tablas de conversión de tallas
  - Tallas de las prendas de vestir y complementos
  - Composición de producto
  - Conservación y lavado

### Ejercicios de todo el módulo

Trabajo final tutelado y valorado por el profesor

## MÓDULO DE COMUNICACIÓN

### 1. Introducción

### 2. La comunicación

- La comunicación en la imagen personal

### 3. La comunicación verbal

- La expresión oral – voz-

- El timbre
- El registro y la fuerza
- La modulación

#### **4. La comunicación no verbal**

- Movimiento de traslación
  - Cómo conseguir el objetivo de imagen
- Movimiento de proyección
  - Cómo conseguir el objetivo de imagen
- Movimiento de gesticulación
  - Cómo conseguir el objetivo de imagen

#### **Como realizar un informe**

- Asesoría en comunicación – La expresión

#### **Apuntes**

- Apuntes de comunicación

**Ejercicios** (todos los ejercicios del power de comunicación)

## **MÓDULO DE PROTOCOLO Y SABER ESTAR**

### **1. Introducción**

### **2. Protocolo y saber estar**

- Concepto de protocolo y saber estar
  - Protocolo oficial
  - Protocolo social
- Cómo nos perciben los demás
  - Sentarse en una silla
  - Entrar y salir por una puerta
  - Sacarse y ponerse una chaqueta
- El saludo
  - Cómo saludar
- Cómo recibir y despedir
- El arte de regalar
  - Qué regalar en el ámbito personal
  - Qué regalar en el ámbito profesional
- Orden de presidencia en un acto

### **3. Como realizar un informe**

- Asesoría en saber estar y protocolo



**Apuntes**

- Apuntes de protocolo y saber estar

**Ejercicios del módulo**