

*Training Proposal*



# SHARPEN YOUR SKILLS

*A Proposal To:*



VIETNAM NATIONAL UNIVERSITY- HCM  
International Education Institute



**Ms. Huynh Cao Yen Phuong**

**CTP Trainer**

**Qualification: MBA, Geneva, Switzerland**

# SỨC MẠNH TRANG PHỤC

## THE POWER OF DRESSING

“Diện mạo của bạn chính là lời chào đầu tiên mà bạn gửi đến người khác. Tạo một ấn tượng tốt đầy hứa hẹn giúp quá trình ra quyết định hiệu quả hơn.” (Trường John Robert Powers). Chương trình này sẽ giúp người học xây dựng hình ảnh bản thân chuyên nghiệp hơn, tự tin hơn trong giao tiếp, mở rộng nhiều mối quan hệ trong công việc.

*“Your appearance is the very first greeting you give to the other individual. A favorable impression is the result of an efficient and effective decision-making process.”(John Robert Powers). This program will enable participants to build a professional self-image, to be more confident in communication and open more relationships at work.*



### **Mục tiêu chương trình:**

- Nắm được các quy tắc thời trang cơ bản để xây dựng hình ảnh bản thân đẹp hơn, chuyên nghiệp và tự tin hơn.

**Thời lượng:** 2 buổi (2 giờ / buổi)

### **Nội dung:**

#### **I. Thời trang là 1 phương tiện giao tiếp**

1. Khái niệm về thời trang
2. Tầm quan trọng của thời trang trong quá trình giao tiếp

#### **II. Những quy tắc thời trang cơ bản**

1. Quy tắc phối màu
2. Chọn đồ phù hợp dáng người
3. Chọn đồ phù hợp hoàn cảnh
4. Xây dựng hình ảnh đẹp hơn

#### **III. Hỏi và đáp**

#### **IV. Thực hành:**

Phong cách cá nhân

### **Learning objectives:**

- Master some basic fashion rules for self-image plus, professionalism and confidence.

**Duration:** 2 sessions (2 hours / session)

### **Content:**

#### **I. Fashion is a means of communication**

1. What is fashion?
2. The importance of fashion in communication

#### **II. Basic dressing rules**

1. Color matching
2. Appropriate apparels for body shapes
3. Appropriate apparels for events
4. Self-image plus

#### **III. Questions & Answers**

#### **IV. Practice**

Personal styles

### **Notes:**

- Session 1: Part I - Part II.1
- Session 2: Part II.2 – Part IV