

# Formation Prise de Parole

## Gérez votre voix

### Affirmez votre posture

Je suis coach certifiée, chanteuse de jazz et formatrice en prise de parole, experte de la voix. J'accompagne les personnes à mieux s'affirmer dans leur vie grâce au travail de la voix.

Comment affirmer sa posture par le travail de la voix et du corps ? Cette formation collective vous permettra de retrouver confiance lors de vos interventions orales, d'identifier vos atouts et vos points d'amélioration et de gagner en impact à l'oral afin de convaincre et faire adhérer votre auditoire.



9h30 – 17h30  
Pause déjeuner : 1h



Pour qui ?

Entrepreneurs, formateurs,  
porteurs de projet, indépendants,  
praticiens, coachs...  
8 participants max.



Prérequis ?

Avoir un projet, une offre de service  
ou un produit à proposer



Moyens pédagogiques

- Apports théoriques
- Mises en situation
- Diagnostic vidéo
- Exercices issus des techniques de théâtre
- Support écrit en fin de formation



Formatrice

Claire Aschehoug coach certifiée  
chanteuse et formatrice en prise  
de parole (15 ans en agence de  
communication)



Date et lieu :  
Lundi 7 juin 2021  
Le Rooftop de Viry-Châtillon



Tarif : 125 € TTC



Prendre contact si concerné



## Objectifs de la formation

- Découvrir quel orateur je suis, mieux gérer ma voix.
- Devenir un orateur libre avec mes spécificités pour un meilleur impact professionnel.
- Utiliser mes forces en prise de parole pour animer mon discours et mieux faire passer mon message.
- Dépasser mon trac, mieux gérer mes émotions et gagner en confiance.



## Parcours de la formation

### Avant la formation

- Envoi du livret d'accueil

### Contenus

- Les fondamentaux du langage non verbal
- Diagnostic vidéo individuel
- Exercices pratiques
- Entraînement

### Activités

- Apports théoriques 20% - Exercices pratiques 80%
- Mises en situation

### Évaluation

- Diagnostic vidéo et autoévaluation en 2 temps
- Questionnaire de satisfaction

### Accompagnement post formation

- Possibilité de séances de coaching individuelles (payantes)