



# FORMER

## Prise de Parole en Public

### Public :

- Tout public confronté à la prise de parole en public

Tarifs: 550 € H.T. /stagiaire

**DURÉE : 2 journées**

**OBJECTIF : par l'utilisation du théâtre :**

- Trouver les clés d'une expression fluide pour être écouté
- Gérer son stress
- Savoir se positionner face à son interlocuteur, poser sa voix et adopter le ton juste

### **BENEFICES**

- Aborder ou s'exprimer devant un groupe avec aisance,
- Retrouver le plaisir dans l'expression et la communication,
- Améliorer la qualité des rapports inter-professionnels,
- Se positionner en tant qu'orateur opérationnel et efficace

### **1ERE JOURNEE :**

#### **PREMIERS PAS – EXPRESSION SCENIQUE**

Echauffement – exercices de groupe

Mise en place de la respiration, de la voix et du corps

Approche de l'improvisation (exercices à deux)

Improvisation – perfectionnement (exercices à quatre)

Première mise en application

### **2EME JOURNEE;**

#### **TECHNIQUES ET MISE EN PRATIQUE**

Echauffement – mise en énergie en groupe

Travail technique individuel

Mise en situation réelle

Bilan des acquis



Tel : 06 42 64 86 13

[www.monentrepriseestunescene.fr](http://www.monentrepriseestunescene.fr)