

## UN CORPS ET UNE VOIX EN ACCORD

**Un atelier d'une journée complète, pour faire émerger votre personnalité vocale, donner corps à vos projets professionnels et vos talents !**

**Public:** toute personne souhaitant perfectionner sa prise de parole en public

**Durée:** 7 heures formation, 1 jour

**Tarif :** 1 200,00 €HT/personne en inter entreprises et forfait journalier de 4 000 €HT en intra entreprise pour un groupe jusqu'à 8 personnes. Programme sur mesure sur devis

Hors frais de déplacement des intervenants, repas, location de salle.

**Délai d'accès :** pour session inter entreprise, selon les dates annoncées sur le site internet pour session intra entreprise et programme sur mesure contactez nous

**Nombre de participants:** de 4 à 8

**Pédagogie:** la théorie est illustrée par de nombreux exercices de mise en situation car c'est l'expérience qui révèle la connaissance et c'est le corps qui enseigne à l'esprit. Ainsi les participants découvrent non seulement la théorie mais également les conditions d'application des techniques et des processus au travers d'une démarche d'apprentissage.

**Pré-requis :** avant la formation, un questionnaire sera transmis à chaque participant dont l'objectif est de faire une auto évaluation de positionnement préalable

**Evaluation des acquis de compétences :** quiz ou QCM à l'issue de la session

**Modalités de suivi et d'exécution de la formation :**

Les feuilles de présence seront signées par les stagiaires et le ou les formateurs et par demi-journée de formation, l'objectif étant de justifier la réalisation de la formation. Un certificat ou attestation de réalisation de formation sera également remise à chaque participant.

**Accessibilité :** Nous sommes attentifs aux situations de handicap. Les exercices pratiques ne nécessitent aucune compétence physique spécifique. Toutefois il appartient au Client d'informer au préalable l'Organisme de formation, si l'un des participants souffre d'un handicap. Les exercices seront adaptés à la situation du stagiaire pour son confort.

**Intervenants :** co animation **Philippe Leclair** ([www.strategiedelareussite.com](http://www.strategiedelareussite.com)) et **Virginie Servaes** spécialisée dans l'accompagnement du changement, fondatrice de La voix du coaching ([www.lavoixducoaching.com](http://www.lavoixducoaching.com)), coach professionnel certifié (Ecole International Mozaik), coach vocal, experte en psychologie et psychophonie, consultante en voix parlée / chantée et en prise de parole.

**Indicateurs statistiques en 2022 :**

Taux de satisfaction globale: 100 %

Taux de satisfaction sur la pédagogie: 100 %

Taux de recommandation : 100 %

### **Objectifs**

- Développer l'aptitude à affirmer sa voix en mots de façon claire et méthodique en toutes situations orales.
- Apprendre à harmoniser et optimiser image vocale et perception corporelle
- Savoir se préparer mentalement à la prise de parole pour déverrouiller les blocages et mettre en valeur vos talents de communication
- Découvrir la congruence entre langage verbal, corporel et paraverbal (communication vocale)
- Savoir occuper son espace d'intervention : intelligence corporelle et émotionnelle
- Développer son charisme et son pouvoir d'influence par la confiance en soi

### **I. S'appuyer sur l'intelligence corporelle pour poser sa voix et son regard**

### **II. Prendre conscience de sa voix et savoir l'apprivoiser**

### **III. Affûter la perception de la synergie « corps-émotions-mental » pour poser sa voix**

### **IV. Manager son intelligence émotionnelle dans l'action**

### **V. Savoir transmettre une communication**

### **VI. Savoir donner force et relief à ses prises de parole : chaque participant est invité à venir avec un texte de son choix.**

### **VII. Affûter sa respiration pour gérer les émotions au cours de la prise de parole**

### **VIII. Savoir se préparer à une intervention orale individuelle:**

### **IX. L'entraînement : l'aisance vient de la répétition**

**Bilan:** tour de table