

Perfectionner son aisance à l'oral

Formation pour particuliers

Prendre la parole en public, avoir une bonne éloquence demande une maîtrise de diverses techniques de communication verbale et non-verbale. La formation que nous proposons permet, grâce à des situations ludiques et variées, de trouver son chemin pour acquérir une aisance verbale.

Objectifs de la formation

- ✓ Maîtriser sa posture à l'aide de techniques de communication verbale et non-verbale.
- ✓ Diriger sa prise de parole.
- ✓ Maîtriser ses émotions lors de la prise de parole en public.

Contenu

- Travailler la posture, la présence et la prestance dans une situation donnée (construire votre posture corporelle adéquate : regard, gestuelle, déplacements, attitude).
- À l'aide d'un rythme verbal et non verbal développer son expression corporelle. (développer votre charisme : captiver l'attention de l'auditoire).
- Maîtriser votre voix : découvrir et développer vos capacités vocales.
- Maîtriser le souffle et la présence : maîtriser les techniques oratoires pour rendre son discours vivant et dynamique.
- Préparer la prise de paroles pour évacuer les tensions.
- Développer son imaginaire, se comporter et se tenir en adéquation avec la situation.

Méthode pédagogique

- Méthode transmissive : mise en situation ludique et variées sur repères fondamentaux et les appuis techniques

- Méthode participative en petits groupes : écoutes, observations, échanges de perception
- Méthode active : mises en situation et expérimentations individuelles.

Public :

Tout public adulte souhaitant développer ses capacités oratoires. (10 personnes maximum)

Durée de la formation :

12 heures sur deux jours consécutifs

Calendrier :

Lundi 28 et mardi 29 mars 2022

Samedi 2 et dimanche 3 avril 2022

Protocole d'évaluation :

- Une auto-évaluation initiale, mise en comparaison avec une auto-évaluation finale.
- Un QCM sur les points abordés pendant la formation.
- Une mise en situation pratique devant le reste du groupe, avec retours et observations.

Formatrice : Katie Bournine, conteuse. Elle a été formée au conservatoire du 12^{ème} arrondissement par Charles Piquion, a suivi de nombreuses formations au Clio de Vendôme avec Bruno de la Salle, Agnès Hollard, à l'âge d'or de France avec Annie Kiss et à l'ARPLE avec Ralph Nataf.

Ce que nous mettons à disposition

- ✓ Une spécialiste du conte
- ✓ De nombreuses ressources littéraires
- ✓ Une salle de réunion.

- ✓ Des tables et des chaises.
- ✓ Un vidéo projecteur.
- ✓ Une connexion internet.

Ce dont nous avons besoin

- ✓ En cas de demande de formation sur place (venue de l'intervenante sur votre site), prévoir les items indiqués dans la rubrique précédente.

Accessibilité

L'association s'assure que les locaux proposés par les structures soient accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Les formations peuvent être adaptées à des personnes en situation de handicap. Nous contacter pour plus d'informations. Le tarif pourra être revu en fonction du besoin du ou des candidats concernés.

Pour toute situation de handicap ou problématique liée aux conditions d'accès, vous pouvez contacter notre référente handicap, Adélaïde Pitré, au 09.72.43.50.38 et par mail à motsetregards@gmail.com.

Tarifs

Prise en charge individuelle : 140 euros TTC par personne.

Prise en charge employeur : 280 euros TTC par personne (possibilité d'être pris en charge par un OPCO).

**Pour toute demande de renseignement,
contacter :**

Association Mots et Regards

Adélaïde Pitré

motsetregards@gmail.com

09 72 43 50 38

Mots et Regards : NDA 11930914293

Remise d'une attestation de stage en fin de formation.