

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

MASTERCLASS

17-18/10/2024

INTERVENANT.ES



« Dans ces deux ateliers, je vous guiderai pour structurer clairement vos objectifs et votre discours grâce à 8 règles d'or. Vous saurez prendre en compte les attentes du public, et dialoguer avec lui avec assurance et charisme grâce à une maîtrise de l'espace, du rythme et de votre gestuelle ».

Vivian Pieper Coach vocale et formatrice professionnelle
Ateliers "Structurer votre discours" et "Etre en phase avec son public"

« Je vous propose de découvrir la méthode Pilates, gymnastique douce mais exigeante de renforcement des muscles profonds pour améliorer la posture, la précision, la coordination et la fluidité des gestes. La capacité du corps à adopter une posture solide et à réaliser des gestes harmonieux est un atout majeur lors de la prise de parole en public. »

Claire Chateaneuf Kinésithérapeute et professeur de Pilates
Atelier Pilates "Posture et respiration pour réussir sa prise de parole"



« Se débrider, et développer la confiance et l'authenticité dans la prise de parole en public... Cet atelier de 2h se concentrera sur la dédramatisation de la peur du ridicule, peur des regards extérieurs, peur de sa propre voix... Il contribuera aussi à donner des clefs concrètes pour la gestion du souffle, des émotions et de l'écoute de soi. »

Sklaeren Huré Comédienne professionnelle et dramathérapeute
Atelier théâtre d'impro "Capter l'attention en développant sa confiance"

« Le pitch est un art ! Nous découvrirons ensemble quand pitcher, pour qui et pour quoi. Pour capter l'attention et remporter l'adhésion, nous utiliserons la surprise, les émotions, l'humour. A travers des mises en situation et des exercices en binômes vous apprendrez à maîtriser les techniques de communication non-verbale pour convaincre votre publique et laisser une bonne impression. »

Rébecca Bourgois Coach professionnelle et formatrice
Atelier "l'art de pitcher une idée"



« Le corps et les émotions sont souvent les grands oubliés du monde professionnel. Ces ateliers vous apprendrons à réhabiliter votre corps et vos sensations, en conscience et avec bienveillance pour apprivoiser votre stress et vos émotions. Vous apprendrez ainsi à mobiliser pleinement vos compétences oratoires tout en préservant votre calme intérieur. »

Jean-Daniel ROCHE Kinésithérapeute, conférencier et formateur
Ateliers Yoga du son, mindfulness et Chi Nei Tsang