

Informations pratiques



Toute l'année



3 jours
9h30 – 17h30



Rue du Grand-Pré 5
Lausanne



Tout public



Fr. 1800.-



Attestation



Coaches

Prune Beuchat
Alain Borek
Baptiste Coustenoble
Mélanie Foulon
Jean-François Michelet



artoratoire
@manufacture.ch



+41 21 557 41 60



Offre

Prendre la parole en public

- 3 jours d'atelier pratique
- Tout public, aucun pré-requis
- Inscriptions individuelles ou collectives

Autres formations pratiques en art oratoire

- Apprendre à parler aux médias
- Construire son discours
- Atelier pour formateurs·trices : p.ex. préparation des élèves aux concours d'éloquence, aux examens oraux, aux entretiens d'embauche
- Formation sur mesure
- Coaching individuel : p.ex. préparation d'un discours

Possibilité d'organiser les ateliers dans vos murs, en Suisse romande.

Des sessions de formation ont lieu toute l'année

**Ateliers pratiques de
6 participant·es maximum
pour un suivi individualisé**

Formation continue
Prendre la parole en public

Ateliers en
art oratoire



Présentation

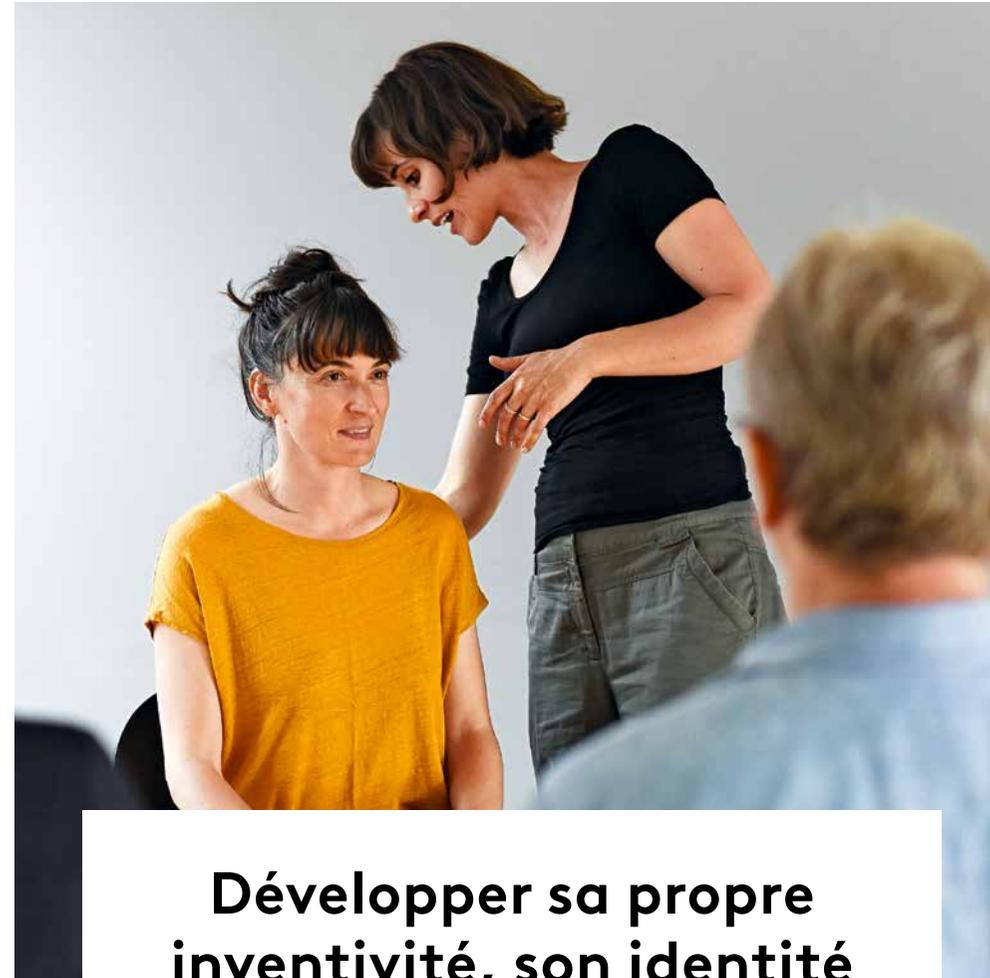
Destinée à toute personne souhaitant améliorer sa prise de parole en public, cette formation de trois jours est menée par des comédien·nes diplômés de La Manufacture et spécifiquement formés au coaching en art oratoire.

Depuis 2010, ces ateliers, au service de l'éloquence, ont acquis une solide réputation auprès d'entreprises privées, de collectivités publiques et de particuliers.

Grâce à des exercices pratiques et des situations concrètes, les comédien·nes-coachs abordent et travaillent trois éléments fondamentaux : la voix, le regard et la posture.

S'appuyant sur des techniques théâtrales et corporelles, le participant·e renforce ainsi les appuis du corps pour garantir sa stabilité physique et émotionnelle, travaille le rythme de sa respiration, son timbre et la puissance de sa voix pour rendre la parole plus percutante, assure la fluidité de son regard pour être en lien constant avec son public.

Objectifs de la formation



Développer sa propre inventivité, son identité et ses qualités d'orateur.

- Gagner en autonomie face à son auditoire (sans note ou projection) en plaçant la parole au centre de la présentation ;
- Être pleinement porteur de son message ;
- Renforcer la qualité de sa présence ;
- Gérer le stress, les émotions et les effets du trac liés à la prise de parole en public ;
- Créer une alliance avec son auditoire.

Programme

L'atelier se déroule sur trois jours.
Les deux premières journées sont consécutives et la troisième intervient quelques semaines plus tard.

1^{er} jour

Découverte de la pratique

Présentation individuelle suivie d'une première interview filmée ;
Analyse et synthèse de l'interview ;
Exercices sur la voix, le regard et la posture.

2^e jour

Pratique et mise en jeu de l'art oratoire

Approfondissement des techniques abordées lors du 1^{er} jour ;
Coaching individualisé ;
Mise en scène de la parole à partir de textes ;
Mise en jeu de la parole en interaction avec un public.

3^e jour

Concrétisation des objectifs et pistes d'évolution

Bilan de l'apprentissage et de l'application des acquis ;
Jeux de rôles et mises en situation individualisées à partir d'expériences vécues ;
Conclusion et conseils personnalisés.

Déroulement

Les ateliers comptent six participant·es au maximum pour permettre à chacun·e un retour individualisé et le temps de s'exercer.