

ATELIER « CONFIANCE EN SOI ET PRISE DE PAROLE EN PUBLIC »



Avec TalkShop®, révélez l'orateur qui est en vous et prenez du plaisir à vous exprimer en public !

Vous tremblez à l'idée de prendre la parole et vous perdez tous vos moyens ? Vous avez des choses à dire mais les mots vous manquent ? Quand vous parlez personne ne vous écoute ? Vous manquez d'à propos et de sens de la répartie ? Vous n'osez pas donner votre avis et vous affirmer ? Vous rêvez de développer votre présence et votre charisme... ?

**Si vous vous reconnaissez dans certaines de ces situations,
tout n'est pas perdu : TalkShop® est fait pour vous !**

La philosophie TalkShop®

Les TalkShops, ce sont des rendez-vous, tous les deux mois, sous forme d'ateliers d'une journée, le samedi, à Paris.

TalkShop vous invite à la rencontre de vous-même et des autres, pour développer à la fois la **confiance en vous** et la **prise de parole en public**, quel que soit votre objectif : professionnel, développement personnel, préparation d'un examen...

Vous apprendrez à développer votre présence vocale et corporelle, à déployer votre force de conviction pour captiver votre public, à gérer votre trac, et ce, quel que soit le sujet abordé.

Vous venez ponctuellement ou régulièrement, pour progresser à votre rythme, dans un climat convivial, ludique et bienveillant. Parce que l'on peut progresser en s'amusant !

La pédagogie TalkShop®

- ▶ Des exercices ludiques sur le souffle, la respiration, la phonation, l'articulation, la détente corporelle, la gestuelle, l'imagination, la relation avec le public ...
- ▶ Vous travaillez en solo, à deux ou en groupe, pour explorer vos atouts, expérimenter vos interventions et apprendre en observant les autres.
- ▶ **20% de théorie et 80% de pratique !**

Les prérequis

Ce stage ne requiert aucune connaissance particulière et s'adresse à tous, quels que soit votre niveau et votre ambition. Venez avec votre énergie, votre motivation et vos difficultés pour les dépasser dans le plaisir et la bonne humeur !

La formatrice



« Accompagner les personnes dans le déploiement de leur efficacité et de leur bien-être ».

Nadia Guiny,

Présidente de l'association Serependity

- ▶ Coach certifiée (coaching professionnel et coaching intégratif),
- ▶ Animatrice de stages de développement personnel
- ▶ Praticienne en hypnose ericksonienne
- ▶ Formatrice en France et à l'étranger (management, leadership, créativité, prise de parole en public, gestion du stress.....)
- ▶ Consultante en communication et sur la prévention du stress et des risques psychosociaux
- ▶ Ancienne attachée de presse, journaliste d'entreprise et directrice de la communication
- ▶ Ancienne choriste et soliste (chant lyrique, gospel, jazz)

Informations pratiques

- ▶ **Dates 2013** : sur demande.
- ▶ **Lieu** : à Paris (adresse communiquée 10 jours avant le stage)
- ▶ **Horaires** : 9h30 – 17h30
- ▶ **Tarif** : 100 € (inclut les 15 euros d'adhésion à l'association Serependity)



Et pour aller plus loin...

Si d'ici là, vous avez une urgence (préparer une interview, un entretien d'embauche, un discours, votre participation à une table ronde...), je vous propose un coaching individualisé pour structurer vos messages, clarifier vos enjeux, vous entraîner....

Vous atteindrez vos objectifs en quelques séances ! Le coaching pourra être complété par un inventaire de personnalité*.

**Outil Process Com[®] permettant de mieux se connaître, gérer ses émotions, son stress et de mieux communiquer avec les autres.*

Informations et inscription :
Nadia Guiny ■ Tel : 06 76 09 90 13 ■ n.guiny@serependity.com
www.serependity.com