

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Développer sa voix pour la maîtriser en toutes situations
- Jouer de cet outil pour renforcer l'impact de vos messages
- Se familiariser avec sa voix pour savoir l'économiser



1/2 JOURNÉE



TOUT PUBLIC (4 À 8 PARTICIPANTS)



PRÉSENTIEL, DISTANCIEL OU MIXTE
12 STAGIAIRES MAXIMUM



CONTACTEZ-NOUS POUR SÉLECTIONNER DES
DATES DE FORMATION



FORMAT CLASSIQUE :
1 COMÉDIEN FORMATEUR, SAYNÈTES EN VIDÉO,
JUSQU'À 3 MISES EN SITUATION.

2200 EUROS



FORMAT PREMIUM :
2 COMÉDIENS FORMATEURS, SAYNÈTES JOUÉES
EN LIVRE, JUSQU'À 5 MISES EN SITUATION.

3600 EUROS



AUCUN PRÉREQUIS N'EST DEMANDÉ POUR
PARTICIPER À CETTE FORMATION

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Saynètes
- Vidéos
- Apports théoriques et pratiques
- Mises en situation
- Echanges interactifs
- Présentation Powerpoint
- Plateforme LMS

*Les moyens et supports mobilisés sont
employés en fonction des besoins identifiés
lors du questionnaire de positionnement.*

*Nos formateurs sont des experts de la
thématique et reconnus dans le métier :
consultez leur profil dans notre CVthèque
accessible en ligne.*

Certification non concernée

CONTENU DE LA FORMATION

AXE 1

Prendre connaissance de sa voix

Tour de table des participants

- Quels sont les besoins liés à mon métier ?
- Quels sont mes propres besoins ?

Diagnostic vocal personnalisé

- S'entendre soi-même pour se familiariser avec sa voix
- Identifier les points forts et axes d'amélioration

AXE 2

S'entraîner pour maîtriser et travailler sa voix

Exercices individuels et collectifs issus du théâtre

- POSTURE : adopter une bonne posture physique pour favoriser l'émission de la voix
- RESPIRATION : connaître son rythme respiratoire et travailler sur la respiration ventrale
- SOUFFLE : respirer pour se détendre et contrôler son souffle pour parler sur l'expiration
- ARTICULATION : travailler une diction précise en pratiquant une gymnastique des lèvres et de la mâchoire
- FLUIDITÉ : articuler pour éviter de parler trop haut
- TIMBRE : poser, asseoir sa voix pour l'économiser

Trainings

- Mettre en pratique les apprentissages
- Travailler ses axes d'amélioration dans des situations professionnelles concrètes

AXE 3

Jouer avec sa voix pour améliorer sa communication

Exercices individuels et collectifs issus du théâtre

- Utiliser les différentes caractéristiques de sa voix en fonction des messages à faire passer pour gagner en impact :
 - HAUTEUR
 - VOLUME
 - RYTHME
 - INTONATION

Trainings

- Mettre en pratique les apprentissages

ACCOMPAGNEMENT POST FORMATION EN OPTION