

Les clés pour bien communiquer et passer de spectateur à acteur

Envie d'une parenthèse de formation stimulante et atypique, rapidement transférable dans votre quotidien professionnel ou privé ?



Vous souhaitez améliorer vos techniques de communication et vous exprimer avec assurance et conviction, face à un public ou simplement avec vos équipes ?

Venez dépasser vos blocages lors d'un moment exclusif avec Olivier Lejeune et bénéficiez de ses techniques issues de l'art de la comédie.

Informations pratiques

- Tarif : Chf 120.- (collation comprise)
- Inscriptions limitées à 12 personnes
- Atelier confirmé sous réserve d'un minimum de participants
- Lieu de l'atelier :
Démarche, Société Coopérative
Rue du Lion-d'Or 4
1003 Lausanne



Quelques mots sur l'intervenant :

Olivier Lejeune, comédien, auteur, metteur en scène, homme de radio et de télévision, vous fait vivre une aventure à la fois ludique, enrichissante et passionnante. Il fait un parallèle entre son métier d'artiste et le monde de l'entreprise.

Thématiques :

- Apprendre à transmettre et contrôler ses émotions en déverrouillant tous ses blocages possibles (trac, timidité, stress...) pour gagner en confiance et mieux communiquer.
- Développer au maximum sa force de conviction, convaincre une audience et imposer son univers en toute quiétude.
- Se retrouver dans sa bulle de bien être pour inviter les autres à vous y rejoindre, savoir écouter, donner et accepter de recevoir.
- Renforcer sa confiance en soi, son aisance et sa présence physique et développer son rayonnement personnel.

Méthodes :

- Jeux de rôles, travail d'interprétation et de mise en scène.
- Tour d'horizon de toutes les techniques para verbales : articulation, souffle, pose et volume de la voix.
- Exercices d'expressions corporelles. Coordination de la pensée avec son corps.
- Exercices pratiques qui développent l'imaginaire, techniques de créativité.



Une thérapie pour le moral. Parfois, on arrive avec des batteries vides... et l'affection, la compréhension que dégagent ceux qui vous regardent vous regonflent. Cet atelier est un très bon moyen de reprendre confiance en soi.