



## INFORMATIONS



Visio-atelier



Début le mercredi 08 novembre 2023



DURÉE : 02:00

Prix : **22.00 €**

**PROFILS** : formatrice en communication, comédienne improvisatrice

### PRE REQUIS :

Formation à distance : avoir un ordinateur, un casque audio, un micro et une webcam (utilisation de la plateforme Zoom). Afin de suivre les cours en visio dans de bonnes conditions, il faut impérativement une bonne connexion internet.

Pour information, il est préférable de travailler dans une pièce isolée et au calme et d'avoir un ordinateur par apprenant.

Pour information, le lien de connexion vous sera envoyé par l'animateur.trice 4 jours avant le démarrage de votre activité. En cas de non-réception n'hésitez pas à contacter l'accueil au 03.89.46.48.48 ou par mail [contact@universitepopulaire.fr](mailto:contact@universitepopulaire.fr)

Cet atelier est ouvert à tous, aucun pré-requis n'est nécessaire.

**MATERIEL** : Aucun

**CODE ACTIVITÉ** : 8AD251

## DESCRIPTION

Cet atelier ludique et progressif vous proposera des exercices issus de l'improvisation théâtrale permettant plus d'aisance dans sa communication : voix, diction, respiration, regard, posture, expressivité, éloquence et assertivité.

Derrière nos prises de parole se joue la question de l'affirmation de soi, du positionnement ou de la manière de trouver sa place dans un groupe. Mais avant tout, il s'agit déjà de croire soi-même en sa propre parole. Ce module est idéal pour se préparer à des oraux, à un entretien ou mener des réunions. Il vous aidera à développer votre sens de l'accroche et de la répartie.



## OBJECTIFS

A l'issue de cet atelier, chaque participant aura appris à :

- gagner en aisance dans ses prises de parole
- Mieux gérer son trac
- Etre plus réactif et oser improviser dans sa communication aux autres.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mercredi	08-11-2023	18:00	02:00	VISIO-ATELIER