

Silence, tu communique !

L'art de prendre la parole pour prendre sa place

Samedi 14 et Dimanche 15 juin 2025

dans un **lieu exceptionnel et préservé**

à 25 kms de Montélimar (Drôme)



animé par *Beatrice Fornari*

Deux journées sur la prise de parole et l'expression de soi

pour jouer avec son intelligence émotionnelle
& découvrir le pouvoir de l'improvisation théâtrale



Objectifs

- 1 - Dépasser ses peurs et gérer le stress de l'expression orale**
- 2 - Gagner en confiance et en estime de soi pour s'affirmer dans sa prise de parole**
- 3 - Adapter son discours, son ton et son énergie en fonction de l'interlocuteur ou du groupe**

Bénéfices

1 - Faire preuve d'une communication verbale et non verbale claire et alignée

2 - Affirmer son leadership grâce à sa prise de parole

3 - Se sentir à l'aise pour oser prendre sa place



Déroulement Jour 1

Premiers pas pour mesurer ses compétences et qualités

Éléments en jeu dans la communication verbale et non verbale

Identification de ses ressentis émotionnels dans la prise de parole

Facteurs de stress et régulation des émotions

Valorisation de son "avatar" d'orateur.trice

Application de techniques d'improvisation théâtrale



Déroulement Jour 2

Clarification du sens du discours et de l'impact désiré

Influence de la joie et de l'énergie vitale dans l'expression orale

Storytelling et entraînement sur des pitches improvisés et préparés

Jeux de silence et de postures dans le partage du message

Expression libre, guidée ou structurée avec l'utilisation d'archétypes

Ajustement de sa parole à l'autre ou au public



UN EFFECTIF ADAPTE !
Seulement 10 à 12 personnes

Plus-values de la formation

Le plaisir au coeur des apprentissages et de l'audace

La puissance de l'improvisation pour accélérer le processus d'intégration

L'expertise de l'intelligence émotionnelle pour aller plus loin

L'expérimentation directe pour associer le fond et la forme

Les feed-backs coaching immédiats pour progresser dans l'instant



JE DIS

OUI!

CANVA STORIES



JE DIS

OUI!

CANVA STORIES

Venez jouer à prendre la parole!

**pour assumer votre identité et votre style de communication,
pour oser transformer vos pensées, vos décisions, vos actions,
pour vous sentir plus libre, plus vivant, plus vous-même !**

TARIF PUBLIC : 925€ TTC

PRE-VENTE jusqu'au 5/05/2025 : 795€ TTC (avec le code PITCH)

(L'hébergement et les collations sont inclus dans le prix)

INFORMATIONS & INSCRIPTIONS

Béatrice Fornari - www.be-enjoy.fr

06 03 99 80 66

