



Adultes et professionnels

FORMATIONS



# OSEZ L'ORALITÉ

Prendre la parole à haute voix, s'exprimer en public... les occasions sont nombreuses, de la vie quotidienne à la vie professionnelle. Comment se sentir à l'aise face à ceux qui nous écoutent ? Maîtriser sa voix, son souffle, ses gestes, utiliser son regard. Cette formation alterne des exercices de réveil corporel, d'expression verbale et vocale mais aussi d'imagination afin de donner la parole à chacun et renforcer l'estime de soi. Retrouvons le plaisir des mots. Osons faire confiance à sa parole pour pouvoir la transmettre.



Maximum 15 personnes



Module indépendant d'une journée (Prolongation possible)



Tarif sur demande



Un local au calme, chaises et tables



Matériel fourni

## OBJECTIFS

- Prendre du temps pour soi, respirer, se détendre
- Apprivoiser sa voix, apprendre à la moduler
- Mettre le corps et la parole en jeu
- Introduire les paramètres de l'oralité dans le conte

## CONTENU

Trois axes de formation :

- Prise de conscience corporelle et mise en voix
- Jeux vocaux et exercices d'expression verbale
- Mise en pratique par des exercices mêlant écriture et oralité.

## PUBLIC

Animateurs, futurs instituteurs, puéricultrices, bibliothécaires, demandeurs d'emploi.

## MODULES COMPLÉMENTAIRES POSSIBLES

- Lecture vivante
- Outils, astuces et décors de conteurs

