

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC  
ATELIERS & STAGES COLLECTIFS  
COACHING INDIVIDUEL  
ATELIER D'ECRITURE

*Prendre conscience de ce que l'on dégage  
et valoriser son image face à un public.*

**Notre méthode,  
c'est 10% de théorie et 90 % de pratique !**



**NOUS CONTACTER :**

Tel. 06 20 36 14 90  
Contact@spin-compagnie.fr



**NOTRE ADRESSE :**

174 Rue du Faubourg Saint-Honoré  
75008 Paris  
Salle 21 au 2ème étage en fond de cour

*Métro :*  
*St Philippe du Roule (ligne 9)*  
*Miromesnil (lignes 9 et 13)*

*Bus :*  
*Lignes 22, 28, 32, 43, 52, 80, 83 et 93*

[www.spin-compagnie.fr](http://www.spin-compagnie.fr)

**PRISE  
DE PAROLE  
EN PUBLIC**

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC  
ATELIERS & STAGES COLLECTIFS  
COACHING INDIVIDUEL  
AIDE A L'ECRITURE ET REECRITURE



Une journée de stage condensée et dynamique, sur les fondamentaux de la prise de parole en public, vous permettant de faire le point sur vos atouts et vos faiblesses à l'oral.

Mises en pratique des techniques de base du coaching théâtral : voix, diction, articulation, regard, posture, gestuelle, respiration diaphragmatique et déplacements.

---

### Objectifs :

- \* Bien placer votre voix et vous faire entendre
- \* Donner de la couleur à votre discours (rythme et respiration)
- \* Dynamiser votre posture et votre gestuelle
- \* Gérer votre stress et vos émotions
- \* Prendre confiance en vous

---

### Stages 2019 :

16 mars - 20 avril - 18 mai  
22 juin - 20 juillet - 7 septembre  
19 octobre - 23 novembre

**Horaires :**  
**les samedis de 10h00 – 17h00**

Tarif : 170 € / personne

Tarif réduit\* : 140€ / personne  
*\*(demandeurs d'emplois et étudiants)*

Un accompagnement individuel sur-mesure, adapté à votre personnalité, pour vous aider à progresser le mieux possible et atteindre vos objectifs.

Les séances peuvent s'installer dans la durée, pour ancrer les mécanismes au fil des semaines et développer vos talents de communicant.

---

### 1er entretien de 30min : OFFERT

---

### Objectifs :

- \* Se Préparer à tout type d'intervention en public
- \* Mieux communiquer avec ses collaborateurs et sa hiérarchie
- \* Se préparer à un oral d'examen devant un jury
- \* Préparer un entretien d'embauche et mettre en avant ses compétences
- \* Affirmer son leadership

Une séance 1h30 : 190€  
Forfaits à partir de 3 séances

Séances sur rendez-vous du Lundi au Samedi

### ATELIERS D'ECRITURE / PITCHER SON PROJET

Aide à l'écriture et corrections de tous types de documents professionnels : Discours, argumentaire commercial, pitch de projet, mémoire, lettre de motivation, présentation PowerPoint, exposé etc ...

Atelier bi-mensuel, nous contacter pour les dates

### Tarifs :

1 atelier «découverte» : 20€  
Plein tarif (ateliers suivants) : 40€

Cours particulier : 75€

Une formation de 10h, réparties en 5 ateliers de 2h, durant 5 semaines consécutives, le mercredi soir de 19h à 21h, pour vous initier aux techniques de prise de parole en public et vous perfectionner en douceur. Groupe de 10 participants maximum par session.

---

### Programme :

- \* Bilan individuel pour chaque participant
- \* Acquisition des bases techniques (voix, diction, regard, posture, gestuelle, respiration, déplacements...)
- \* Mise en situation de prise de parole filmée
- \* Savoir improviser pour rebondir en toute circonstance

---

### Sessions 2019 :

- Du 13/03/19 au 10/04/19
- Du 15/05/19 au 12/06/19
- Du 26/06/19 au 24/07/19
- Du 18/09/19 au 16/10/19
- Du 13/11/19 au 11/12/19

**Horaires :**  
**les mercredis soir de 19h00 à 21h00**

Tarif : 250 € / personne