



60 av. Jean Charles Rivet  
19100 Brive-la-Gaillarde  
contact@labellevoix.fr  
09 82 53 34 38



Un département de la S.A.R.L. LA BELLE VOIX

## MA VOIX, MON OUTIL DE COMMUNICATION S'affirmer et convaincre

### Public

Toute personne souhaitant renforcer ses capacités naturelles et mettre ses qualités d'orateurs au service de son discours

### OBJECTIFS

**Maitriser les techniques de respiration adaptées à la Prise de Parole en Public**

**Contrôler ses émotions**

**Valoriser son discours**

**Améliorer sa capacité à convaincre**

### Durée :

**Niveau 1 : 1 journée**

**Niveau 1 § 2 : 2 journées**

### PROGRAMME

#### Gérer sa respiration

Prendre conscience de sa respiration

Contrôler son état émotionnel

Maintenir une respiration adaptée à la prise de parole

#### Affirmer son discours

Renforcer son identité vocale

Optimiser ses aptitudes naturelles

Contrôler son attitude vocale en fonction des situations

#### Convaincre son auditoire

Apprendre à maintenir l'attention

Dynamiser son discours

### Formules et tarifs H.T.

#### Inter-entreprises

450€ / j / pers. (mini 3 pers.)

#### Intra-entreprises

1200€ / j / groupe (6 pers maxi)

#### Formation Individuelle

650€ / j /

