

06.62.79.01.96

*Arthea*  
COMPAGNIE NADIA BAJI  
Depuis 1986

www.nadiabaji.fr

**PRENDRE  
LA PAROLE AVEC AISANCE  
ET CONVICTION  
PAR LES  
TECHNIQUES THÉÂTRALES**

*Stage*

*du 22 au 24 février 2012 de 10h à 18 h*

**DIF  
Possible**

*Formation personnalisée en mini groupe*

**Salles Saint-Roch**

**35 rue Saint-Roch, 75001 Paris**

# Nadia Baji

Depuis 1986, Nadia Baji utilise les techniques théâtrales comme outils de formation. Spécialisée dans les méthodes comportementales et les techniques d'expression, elle est également metteur en scène de théâtre et d'opéra. Elle dirige régulièrement des stages de formation professionnelle pour les entreprises et les professionnels du spectacle (groupes, individuels)



**Parmi ses clients :** Afdas, Arisem, Aventis, Axa, Axalto SA, Bibliothèque Nationale de France, Cityjet, Cognitis France, Conseil Général du Val de Marne, École de formation des avocats centre-sud, École Nationale de la Magistrature, EDF, France Télévision, Fromageries Bel, GE Facto France, Groupama, Mairie de Choisy le Roi, Mairie de Paris, Unibail, Université Paris Dauphine, Vinci Park

## Objectifs

- Découvrir le fonctionnement de la voix et en maîtriser l'utilisation.
- Se faire entendre et comprendre lors de ses interventions orales.
- Développer son charisme et conquérir son auditoire.

## Méthode

Exercices pratiques et ludiques, entraînement intensif par improvisations, mises en situations et jeux de rôles, travail sur des textes variés.

**Contrairement aux idées reçues, chacun d'entre nous a de la voix. Prendre la parole en public est un véritable sport qui s'apprend par la pratique et l'entraînement.**

**Formation personnalisée en mini groupe de 2 à 4 personnes**

# Programme

## I - Communication non verbale

**A. Décrypter le langage corporel :** Verticalité - centre de gravité - architecture personnelle - éliminer les tensions musculaires - élargir son champ de réceptivité : regard, écoute - identifier l'image que l'on renvoie aux autres.

**B. Respiration - Relaxation :** Inspiration/Expiration abdominale - libérer son centre émotionnel - se concentrer - gérer ses énergies - développer sa présence.

## II - Technique vocale

Explorer l'appareil phonatoire "des pieds à la tête" et en maîtriser l'utilisation : colonne d'air, projection du son, volume, débit, résonance, rythme, articulation, intonation - comprendre les parasites physiques et psychologiques qui altèrent la voix.

## III - Expression orale

Prendre la parole avec confiance - oser la spontanéité - susciter l'intérêt - s'adapter à son auditoire - apprivoiser le trac et le stress - éliminer les tics de langage - argumenter - improviser - utiliser les silences - parler fort et longtemps sans fatigue- être éloquent sans être bavard - exprimer son dynamisme et sa force de conviction.

## IV- De la parole à l'éloquence

Travail sur textes variés en fonction des impératifs des stagiaires : discours, présentations de projets, plaidoiries, soutenances de thèses, extraits de théâtre, enseignement, conférences. exploration d'exemples professionnels concrets.

## Renseignements et administration

Structure : ARTHEA  
Directrice : Nadia BAJI  
Adresse : 3 rue de Wattignies - 75012 Paris  
Téléphone / Fax : 01 48 24 03 13  
Portable : 06 62 79 01 96  
www.nadiabaji.fr  
Siret n° 393 666 029 000 45  
Organisme de formation professionnelle n° 117 522 113 75

## Informations pratiques

Date du stage : du 22 au 24 février 2012  
Lieu du stage : Salles Saint-Roch, Paris  
Nombre de participants limité à 4 personnes  
Prérequis : Aucun  
Horaires : 10h -13h / 14h - 18h  
Durée totale : 21h

## Tarifs

**Entreprises (formation continue) : 900 € H.T.**

Convention de formation professionnelle entre l'entreprise et ARTHEA

**Particuliers : 450 €**

---

## Bulletin d'inscription pour particuliers

**A adresser à :**

**ARTHEA / Nadia BAJI - 3, rue de Wattignies - 75012 PARIS**

**Nom et Prénom :** .....

**Adresse** .....

.....

**Tel** ..... **e-Mail**.....

**JE M'INSCRIS AU STAGE : PRENDRE LA PAROLE AVEC AISANCE  
ET CONVICTION (22 au 24 février 2012)**

**\* pour réserver ma place, je joins un chèque de 250 € d'arrhes, non encaissé avant le stage, à l'ordre de « ARTHEA ».**

**\* le solde sera réglé le 1er jour du stage.**

**\* je recevrai une convocation donnant toutes les précisions utiles.**

**ANNULATION**

**1/ En cas d'annulation de la part du stagiaire, les arrhes ne seront pas remboursées mais pourront être transférées sur un autre stagiaire.**

**2/ En cas d'annulation de la part du formateur, les arrhes seront intégralement remboursées.**

**Date:**

**Signature:**