



Compagnie Conte sur Moi
Maison des associations « La Passerelle »
15bis, rue du Bosquet – 06510 Carros
Tel 06 65 42 57 12
Email : cie.contesurmoi@gmail.com
www.contesurmoi.com

Prendre la parole en public

L'objectif de cette formation est d'aborder toutes les étapes d'une prise de parole en public pour favoriser une expression orale fluide et efficace et susciter l'intérêt de son auditoire.

- Favoriser l'expression orale, de façon fluide et efficace
- Gérer ses émotions et son trac
- Intéresser son auditoire et pouvoir s'adapter

Intervenante : Fatiha Sadek

Fatiha a plusieurs cordes à son arc : conteuse professionnelle, comédienne, metteuse en scène, auteure et formatrice, intervenante artistique et enfin hypnologue ...Depuis plus de 20 ans, son travail de création et transmission tourne essentiellement sur la parole : la littérature orale, le récit de vie et plus spécifiquement le conte.

sa curiosité insatiable l'entraîne à se questionner et à approfondir toujours et encore ses connaissances. Elle se forme auprès de Enfance et Musique, au Centre Méditerranéen de Littérature Orale (CMLO), au Centre Artistique International The Roy Hart Theater, au Théâtre National de Nice et au Centre des Arts du récit en Isère. Elle s'intéresse au conte thérapeutique et approfondit ses recherches en devenant praticienne en hypnose Ericksonienne. Riche de toutes ces expériences, elle crée des spectacles en direction de différents publics. Elle forme des professionnels et des pédagogues à l'art de conter et au récit de vie. Elle développe des ateliers de pratiques artistiques auprès de différents partenaires (écoles, lycées, associations). Ces dernières années, sa démarche artistique l'amène à recueillir des récits de vie qui nourrissent l'écriture de ses spectacles : *La femme d'argile -Le Rêve de Thia et le destin de quelques autres, Les Elles de mon immeuble, Frissons intimes.*

Fatiha est à l'origine de la « Compagnie conte sur moi » en 2009.

Contenus proposés :

- Favoriser la concentration
- Gérer sa respiration, savoir poser des silences
- Améliorer sa posture et prendre conscience de l'espace
- Construire un discours, un récit structuré
- Apprendre à déposer son regard et poser sa voix
- Susciter l'intérêt de l'auditoire.
- Observer les ressentis, accueillir les émotions, sans jugement de soi ni des autres.
- Décrypter le langage corporel
- Eliminer les gestes parasites
- Improviser et laisser libre cours à la créativité, à la spontanéité, retrouver le goût du jeu
- S'engager individuellement et collectivement.

Public : adolescents et adultes, Aucun pré-requis n'est nécessaire pour suivre cette formation
Durée et tarif à déterminer