



# Expression Orale



*- Oser prendre la parole en public en apprenant à mieux se connaître et se faire confiance -*

Un stage animé par  
Julia Laclen

Transmettre en Scène™

The question is...

“J’ai souvent tendance à stresser quand je dois prendre la parole face à un groupe de personnes”

“Je dois régulièrement prendre la parole au sein de mon activité professionnelle, et je cherche un espace pour m’y entraîner ”

“Au quotidien, je parle trop vite et je n’articule pas assez, on ne me comprend pas toujours quand je m’exprime”

“Je suis à la recherche d’outils pour captiver et/ou garder toute l’attention de ceux qui m’écoutent quand je prends la parole – que ce soit dans le perso ou le pro”

“Je voudrais développer ma spontanéité, être capable d’improviser facilement et de rebondir sur des imprévus lors de mes prises de parole en public”

Le stage

# Expression Orale c'est :

- ✿ Effectuer un travail technique sur l'art de s'exprimer - placement de la respiration, placement de la voix, varier les rythmes du discours...
- ✿ Un travail sur l'Adresse à l'Autre concernant l'expression du corps
- ✿ Une expérience qui va vous amener à placer en vous de nouveaux automatismes de prise de parole avec des exercices que vous pourrez continuer à répéter chez vous.
- ✿ Un espace d'évolution avant tout bienveillant, où l'art donne cette dimension très légère, conviviale et porteuse de différentes transformations internes.



# Expression Orale

## En Pratique :



- ✦ 7h d'atelier théâtre sur une journée complète en totale immersion
- ✦ Une série d'échauffements pour préparer le corps, la respiration et la voix à se mettre en action
- ✦ De nombreux jeux-exercices autour du placement de la voix sur la respiration, ainsi que du placement du corps dans l'espace pour accompagner le discours.
- ✦ Des exercices d'improvisations guidées, essentiellement autour du thème de la prise de parole et de la spontanéité.

## À qui s'adresse ce stage ?

- À toute personne qui se sent suffisamment à l'aise avec le théâtre pour pouvoir explorer ensemble la prise de parole par le biais de cet outil.
- À tous ceux qui veulent développer leur spontanéité dans leurs interactions quotidiennes
- À toute personne qui a besoin de travailler sur sa prise de parole en public dans le cadre professionnel
- À celui ou celle qui a besoin d'outils pour déstresser quand il s'agit de prendre la parole face à l'Autre
- À tous ceux qui ressentent un manque de confiance en eux dans leur capacité à prendre la parole et/ou improviser au quotidien.

Note importante

Ici, il n'y a pas de "niveau" ; pas de débutant ou d'expérimenté...  
Il n'y a que de l'Expérimentation, peu importe votre bagage initial.

« La qualité de l'expression verbale  
est d'être claire sans être banale »

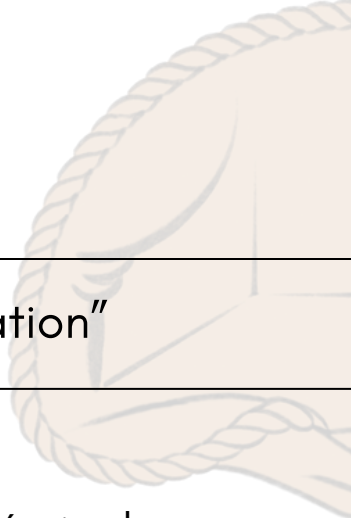
Aristote

# Julia Laclen

“Passionnée par les arts de la scène depuis enfant, j’aime toucher à tout en tant qu’artiste - théâtre, danse, chant, musique... Arrivée aux études supérieures, je me suis naturellement tournée vers cette branche, en me spécialisant dans le théâtre, que j’enseigne depuis 2015. Au fil des années, je me suis de plus en plus intéressée aux bienfaits que la scène pouvait avoir sur l’individu, ce qui est devenu à ce jour un point central de mon enseignement. À travers mes cours et mes stages, j’offre donc la possibilité à chacun de se découvrir, de découvrir sa créativité tout en s’essayant aux pratiques théâtrales - voire à d’autres arts de la scène.

Étant réellement passionnée par ce que je fais, je souhaite donner le meilleur et je ne demande qu’à avancer en harmonie avec chacun.”





---

“Découverte/Transmission” - “Réflexion” - “Création”

---

Transmettre en Scène™ est un projet qui vise à promouvoir la Pratique et la Théorie des Arts de la Scène.

C'est un projet qui se veut avant tout collectif, vous proposant :

- Divers cours et stages autour des Arts Vivants pour vous permettre d'Expérimenter ; explorer votre créativité et vous découvrir vous-mêmes, le tout encadré par des animateurs passionnés.
- Du contenu sur internet pour vous apporter des connaissances et/ou pour vous nourrir de diverses réflexions autour des arts du spectacle (articles, interviews, podcast...)
- De participer à des projets artistiques, vous donnant ainsi l'occasion de vous immerger pleinement dans votre potentiel créatif.



# Tarifs et Modalités d'Inscription



## **Tarifs :**

Les Tarifs sont toujours indiqués sur la page de l'évènement programmé.

## **Modalités d'inscription :**

Toute inscription se fait par mail à l'adresse : [contactjulialaclen@gmail.com](mailto:contactjulialaclen@gmail.com)

(Un acompte de 30% vous sera demandé pour valider votre inscription - à savoir que vous pourrez aussi payer la totalité du stage à ce moment-là, sans quoi, le reste de la somme sera à payer au plus tard avant le début du stage).



Avec grande hâte de vous retrouver lors d'une session à venir !