

CAM

Webcamisez comme un pro

Notre contexte professionnel ou privé nous conduit à nous exprimer davantage devant notre webcam. Nous ne sommes pas égaux devant cet exercice : appréhension de son image, crainte d'être jugé sur son apparence, difficulté à rester naturel devant l'objectif. De manière ludique et pratique apprenez à apprivoiser votre image face à une camera.

**DISTANCIEL
S'EXPRIMER
EN VISIO**

OBJECTIFS

- # Maîtriser son image devant sa webcam
- # intégrer son environnement
- # Comprendre l'importance du corps et de la voix
- # Maîtriser son stress pour optimiser sa performance
- # Maîtriser et accepter son image



Tous



2 heures
Délai de réalisation
14 jours



Aucun prérequis



Note finale grille
d'évaluation



En intra à partir de
500 €HT/session



Formateur
comédien



De 6 à 12
participants



Outil visio, outil
collaboratif (Klaxoon,
Wooclap, ..), livret

PROGRAMME

Connaitre les trucs et astuces des pros
S'initier à la sophrologie
Prendre conscience de son non verbal
S'entraîner à la technique « DIVA » :
débit/intonation/volume/accentuation
Exercices de prise de parole
Mises situation pratiques

06 69 72 18 38

info@replik.fr repliks.fr



Siret 81049165400010-Code NAF : 7022Z