

Apprendre par corps

M-IMAGE

Bougez votre image d'entreprise

Le corps a son propre langage, pas facile de faire taire les gestes qui nous trahissent !

Dans le monde professionnel, la **communication non-verbale**, nos attitudes, nos manières d'être, influent autant sur notre interlocuteur que notre discours.

L'Association Apprendre par corps, spécialiste du mouvement, vous propose d'aborder la communication gestuelle de manière originale et innovante.

Bougez votre image d'entreprise, en apprenant d'abord à bouger vous-même !

Bouge et les choses bougeront...

Déroulé

- présentation du mime corporel, de l'intervenante et de l'atelier
- mise en mouvement
- semi-improvisation et mises en situation en groupes
- temps d'échange et discussion

Notions abordées

posture, prise de parole, attitude, discours, cohésion et cohérence, respiration maîtrise des mains, image professionnelle



Thème

Geste et communication

Intervenante

Géraldine Moreau

Durée

une demi-journée

Qui?

toute personne au sein de l'entreprise
min : 1 / max : 8

Où?

sur le lieu de travail ou autre

Matériel

deux tables,
quelques chaises

Points forts

- gestion du stress
- maîtrise du discours et des gestes
- conscience de son corps et de son attitude
- favoriser la confiance en soi
- travail en collectif
- moment convivial et ludique