

PRISE DE PAROLE

Quand la magie du théâtre rencontre la
puissance du coaching

**Le séminaire qui aide à développer
une prise de parole claire,
impactante au sein de vos équipes**



***Format adaptable
à votre entreprise**

Notre concept

Le Saynet'Coaching



Et si le changement ne passait plus par des concepts... mais par l'expérience directe ?

Le **Saynet'Coaching** est un format de séminaire immersif qui combine la puissance transformatrice du coaching et la force d'incarnation du théâtre.

Son ambition est claire : permettre aux professionnels de sortir de leurs schémas habituels, d'oser de nouvelles postures et de les vivre immédiatement, dans une simulation de réalité inspirée de leur quotidien professionnel.

Ici, on ne parle pas du changement.
On l'incarne et on le met en scène.





Pourquoi la transformation est-elle si rapide ?

Parce que la parole n'est plus seulement verbale.

Elle devient :

- corporelle
- émotionnelle
- incarnée

Sur scène, les mécanismes inconscients apparaissent immédiatement.

Le coaching permet de les déverrouiller en direct, et le théâtre de tester de nouvelles postures sans délai.

Ce qui prendrait des mois en formation classique se déploie en quelques jours, avec une intégration durable.



Les bénéfices réels après un séminaire

Pour les personnes ayant des freins pour la prise de parole, le coaching collectif, seul, peut parfois rester trop conceptuel.

Le théâtre, quant à lui, peut devenir uniquement ludique.

La synergie des deux crée un levier exceptionnel :

- le coaching éclaire, aligne et transforme en profondeur
- le théâtre fait vivre, ressentir et intégrer corporellement

À l'issue du séminaire, les participants repartent avec :

- une confiance renforcée et tangible
- une prise de parole plus fluide, plus posée, plus impactante
- une posture relationnelle plus juste
- une meilleure lecture des dynamiques humaines
- une capacité accrue à coopérer et inspirer

Vos intervenants Saynet'Coaching

Michel CORDEBOEUF

L'humaniste qui vous touche en plein cœur

Michel est un artiste accompli depuis une cinquantaine d'années. Il est comédien, chanteur et écrivain. C'est un hyper créatif doué des relations humaines qui ne cesse de se produire sur scène. Il y a un avant et après "Michel".

Il a accompagné au cours de ses coachings et ateliers des centaines de personnes, scolaires, artistes, dirigeants et hommes politiques à reprendre confiance en eux et à libérer leur prise de parole.

www.michelcordeboeuf.fr



Thomas LARMAILLARD

L'accélérateur (coach mental)

Thomas a accompagné individuellement plus d'une soixantaine de professionnels à se débarrasser de leurs limitations intérieures pour redevenir pleinement qui ils sont et développer leur activité avec plus de conscience.

Il est fondateur de la Sublim Academy, un écosystème de d'accompagnement qui accompagne les indépendants à assumer leur véritable identité et transformer leur prise de parole en public.

www.thomas-larmaillard.com

Une expérience immersive et transformatrice



J1

Incarner son message

Incarner son discours commence par un retour à soi. Le corps s'ouvre, la voix s'ancre, l'intention s'éclaire. Tu apprends à parler vrai, présent, aligné, pour toucher sans forcer.

J2

Inspirer avec impact & assurance

Apprendre à apprivoiser le trac, créer des accroches vivantes, répondre avec justesse aux objections, gagner en spontanéité et transformer chaque prise de parole en opportunité de connexion.

Jour 1 incarner son message

1/ Lancement & mise en énergie

- Brise-glace
- Faire connaissance et poser un cadre de confiance
- Présentation inspirante
- « La version de moi que j'aurais rêvé être quand j'ai commencé à prendre la parole »

2/ Se libérer du mental pour révéler sa présence

- Échauffement expressif
- Jeu du "Blabla"
- → Se présenter sans les mots pour révéler sa musicalité intérieure, son énergie et sa présence

3/ Affirmer qui tu es pour mieux convaincre

Exercice du "Vrai Choix"

Objectifs :

- Renforcer la confiance en soi et dans l'autre
- Assumer pleinement ce que l'on est
- Comprendre l'impact des mots que l'on choisit

Jour 1 incarner son message

4/ La posture : le premier message que tu envoies

Travail sur :

- La posture du corps, les mains, le mouvement, le regard
- Aligner corps et intention pour gagner en crédibilité naturelle

5/ La voix : faire passer le bon message avec la bonne tonalité

- Trouver les mots justes
- Ajuster la tonalité
- Faire vibrer son discours

6/ Mise en pratique globale

- Présentation d'un texte préparé → Un pitch incarné et cohérent
- Intégration :
 - Posture
 - Voix
 - Tonalité

Clôture Jour 1

- Bilan collectif et ressentis
- Ancrage des apprentissages

Jour 2

Inspirer avec impact et assurance

1/ Gérer le trac et transformer la peur en alliée

Atelier de coaching mental

- Comprendre la peur de prendre la parole
- La "formule des gagnants"
- La peur comme alliée, non comme ennemie
- Outils concrets avant une prise de parole :
 - Respiration
 - Visualisation
 - Gestion des objections mentale

2/ Développer sa spontanéité et capter l'attention

- Créer une accroche percutante
- Approche du compliment
- Approche par la question
- Approche par l'anecdote

→ S'adapter à toutes les situations



Jour 2

Inspirer avec impact et assurance

3/ Faire face aux objections avec aisance

- Exercice immersif : Jeu de l'interview
- Apprendre à répondre avec calme, clarté et assurance
- Transformer les objections en opportunités de connexion

Clôture du séminaire

- Bilan final
- Questions / réponses
- Intégration des apprentissages





Contact Information

Siège :

40 bis route de Gençay 86000 POITIERS

Numéro de téléphone :

06.59.66.28.12

Email :

contact@thomas-larmaillard.com

www.lesaynetesdupossible.com

