

Tableau des formations offertes à la FHOSQ, saison 2023-24

De 2 à 4 périodes par jour, dans un même lieu. En français ou en anglais.

Titre des formations	Type d'activité	Durée	Cible	Maximum de participants	Cachet pour 1 période	Cachet pour chaque période supp.
La présence scénique, de l'entrée à la sortie	Conférence participative	45 min.	10 ans et plus	30 et moins	200 \$	150 \$
				60 et moins	300 \$	200 \$
Cours de maître : mon entrée en scène	Cours de maître	45 min.	Tous niveaux	30 et moins	150 \$	100 \$
				60 et moins	300 \$	200 \$
Prendre la parole ; pourquoi et comment?	Conférence participative	45 min.	15 ans et plus	30 et moins	200 \$	150 \$
				60 et moins	300 \$	200 \$
				100 et moins	500 \$	350 \$
Cours de maître : ma présentation orale	Cours de maître	45 min.	Tous niveaux	30 et moins	200 \$	100 \$
				60 et moins	300 \$	200 \$
Communication non-verbale et langage corporel	Atelier pratique	45 min.	15 ans et plus	12 et moins	200 \$	150 \$
Développer mes forces communicationnelles en quelques minutes	Accompagnement personnalisé	50 min. / séance	Tous niveaux	1, 2 ou 3 personnes à la fois (but d'entraide)	100 \$	80 \$

Description des formations :

Conférence participative : La présence scénique, de l'entrée à la sortie

Lorsqu'on est en scène, il arrive que notre concentration et notre conscience du public se relâchent, à certains moments. La qualité de notre présence est alors affaiblie et le public se laissera donc facilement distraire par toutes sortes d'éléments qui ne devaient pas faire partie du spectacle.

Cette formation vise à comprendre le concept de présence scénique; nous verrons d'abord les éléments qui favorisent une présence attrayante pour le public, puis nous verrons les différents moyens pour garder active cette présence, même en groupe et sur de longues périodes en scène.



Cours de maître : Mon entrée en scène

À tour de rôle, quelques participants font l'essai d'une entrée en scène avec salut au public, puis reçoivent les conseils de la formatrice de façon à améliorer sur le champ leur présence et leur relation aux spectateurs.

Ce cours est un heureux complément de la conférence « Présence scénique : de l'entrée à la sortie ». Il permet aux participants de mettre en pratique ce qu'ils ont appris lors de la conférence et d'apprendre par l'observation de leurs pairs.

Conférence participative : Prendre la parole ; pourquoi et comment?

Quand on se présente devant public, il est parfois utile de prendre la parole. Mais est-ce qu'on parle sur scène comme dans la vie? Comment s'y prendre pour intéresser le public et lui donner envie de nous écouter? Est-il possible de gagner le cœur du public en seulement quelques phrases? Dans cette conférence, nous verrons en quoi notre prise de parole peut être appréciée des spectateurs et quels résultats cela peut nous permettre d'obtenir. Nous verrons aussi comment préparer son texte et comment s'exercer avant de parler devant public.

Cours de maître : Ma présentation orale

À tour de rôle, quelques participants font l'essai d'une courte présentation de deux ou trois phrases, puis ils reçoivent les conseils de la formatrice de façon à améliorer sur le champ leur communication devant public.

Ce cours est un heureux complément de la conférence « Prendre la parole sur scène; pourquoi et comment? » Il permet aux participants de mettre en pratique ce qu'ils ont appris lors de la conférence et d'apprendre par l'observation de leurs pairs.

Atelier : Communication non-verbale et langage corporel

Notre corps parle, notre visage, nos yeux et nos mains communiquent également. Qu'on le veuille ou non, dès qu'on est sur scène, tout ce qu'on fait – et même tout ce qu'on ne fait pas – dit quelque chose à ceux qui nous regardent. Est-il possible de maîtriser notre langage corporel pour mieux contrôler ce que les gens pensent de nous? Est-il possible de réduire au minimum la communication non-verbale pour mettre en évidence le contenu d'un texte ou d'une performance musicale? Bien sûr! Question de savoir-faire, mais aussi d'astuces scéniques à connaître. C'est ce que les participants apprendront, par une série d'exercices ciblés et des conseils personnalisés.

Accompagnement personnalisé : Développer mes forces communicationnelles en quelques minutes

Que ce soit pour travailler sur une présentation prévue prochainement ou pour développer des compétences scéniques en général, l'accompagnement personnalisé permet de progresser rapidement. En compagnie de la formatrice, les participants pourront identifier leurs forces actuelles pour gagner en confiance, puis apprendre à développer ces forces pour établir leur style de communicateur et gagner leur auditoire.