**STAGE 5 jours**

**Trac, angoisse face à un auditoire**

*"Comment s'exprimer en public en apprivoisant son stress ?"*

Manque de confiance, mains moites, palpitations, perte de mémoire…

Vous voudriez vous sentir à votre place et à l'aise, en toutes circonstances, que ce soit :

lors d'un jury d'examen, d'un entretien d'embauche, d'une présentation à un Comité de Direction, d'une présentation à votre clientèle, d'une conférence, d'une audition, d'un casting, d'un concert… bref, dans toute situation personnelle ou professionnelle d'enjeu important pour vous.

**Comment rester en pleine possession de vos moyens ? Apprivoiser votre stress ?**

**Comment gérer la relation face à un interlocuteur ou un groupe et à vous adapter à votre auditoire?**

* **Vous aurez les réponses pendant ce stage : Lien PROGRAMME**

**Un accompagnement avec des spécialistes du stress et de la communication pour rester vous-même, en tirant partie de votre personnalité et de votre voix. 🡺 Lien EQUIPE**

**CALENDRIER :** 12, 13, 14 et 25, 26 Avril 2014 🡺 **Lien Détails pratiques**

[**Voir le site d’inscription**](http://www.sophrokhepri.fr/inscription/comment-aller-mieux-au-travail)

**Tarif :** 690 euros TTC. (Possibilité de paiement en 3 fois sans frais), remise à 550€ pour une inscription avant le 17 mars 2014.

* **J'en profite ! (lien inscription)**

**Pour toute étude sur mesure**,  
contactez nous au 06 60 47 71 64 🡺 **DEVIS GRATUIT** (lien fiche contact du site)  
[contact@sophrokhepri.fr](mailto:contact@sophrokhepri.fr?subject=demande%20de%20renseignement&body=Bonjour%2C%0Asuite%20%C3%A0%20votre%20E-Mail%2C%0A)