VOTRE COACH

Sara Lepage
Coach personnelle et professionnelle
Formatrice
Experte en prise de parole et affirmation de soi
Certifiée RNCP II
Master coach en entreprise

Reiki I, II
Comédienne, metteure en scène
Professeure de théâtre

Marseille / Paris
et Visio Coaching

06 12 27 56 85

coaching.saralepage@gmail.com

@saralepage

SARA LEPAGE
COACHING ET DÉVELOPPEMENT

PRISE DE PAROLE ET CONFIANCE EN SOI

WWW.COACHING-SARALEPAGE.COM

COACHING PERSONNEL ET FORMATION

J'aide les personnes qui souhaitent réussir leur prise de parole à gérer leurs émotions pour développer leur éloquence et être percutant en étant confiant et en accord avec soi!

Un programme de coaching individuel ou en groupe avec les outils du théâtre pour que prendre la parole devienne une réussite à chaque fois.

200% CHALLENGE ET POSITIVE ATTITUDE

Programme "*POWER ACTING*"

Comment devenir un orateur charismatique en 5 étapes :

Etape 1 : Etat des lieux et vision
Définir vos objectifs et challenges personnels

Etape 2 : Se connaître et croire en soi
Eliminer les interférences pour oser s'affirmer

Etape 3 : Qualités et énergie d'un orateur
Acquérir des techniques pour être impactant

Etape 4 : Intelligence émotionnelle et relationnelle
Gérer son stress et avoir une communication authentique

Etape 5 : Bilan et ouverture
Célébrer le chemin parcouru et se projeter avec confiance

"L'esprit humain est complexe mais merveilleusement créatif et nous pouvons être qui nous voulons"

Vous souhaitez améliorer votre communication orale afin d'être authentique, confiant et convaincant.

Vous avez une prise de parole à préparer et vous aimeriez être accompagné pour avoir des clés pour gérer votre stress et booster votre confiance en vous.

Vous aimeriez être à l'aise et avoir du charisme pour prendre votre place et réaliser vos rêves.