



SLAM

Formation

Libérez Votre Voix

- Durée : Atelier de 2h30- 1 journée
- Formation interactive, pédagogique, ludique et poétique
- Public : HF
- Nombre de personnes : 10 max
- Contraintes techniques : salle confortable pour accueillir les participants, un paperboard ou tableau, repas pris en charge sur le lieu si besoin.

La formation innovante **Libérez Votre Voix** vise à offrir une journée **ludique, pédagogique et inspirante**.

Le slam est une pratique artistique mais également un **outil de développement personnel** puissant. C'est la plateforme idéale pour renforcer l'**estime de soi et favoriser la liberté individuelle** au sein d'une structure. Avec **Libérez Votre Voix**, je souhaite aider les participants à défendre leurs projets avec force et détermination et ainsi **créer les conditions de leur réussite**.

Cette formation s'adresse aux Hommes et femmes dans le monde de l'entreprise (Chefs d'entreprises, salarié-es, en formation) et ne requiert aucune expérience artistique.

Elle se déroule dans un esprit **bienveillant** entre respect, confiance et bonne humeur afin de **fédérer** les participantes entre elles.

les Thématiques

Slam et Confiance en Soi

- Identification et surmontement des barrières de confiance en soi.
- Utilisation du slam pour exprimer ses émotions et ses aspirations.
- Jeux d'écriture pour booster sa créativité, (re)donner du sens à son projet.

Techniques de Slam

- Création de textes puissants et personnalisés.
- Travail sur le rythme, la rhétorique et la présence scénique.
- Techniques pour faire entendre sa voix avec conviction, devenir une oratrice efficace.

Prise de Parole en Public

- Préparation physique et mentale avant une prise de parole.
- Gestion du trac et de la nervosité.
- Développement d'objectifs de performance accessibles.

Égalité, leadership et Empowerment

- Sensibilisation autour de l'égalité des sexes et des discriminations en entreprise.
- Encouragement à défendre ses idées et son projet avec engagement.
- Transmettre des valeurs communes et fédérer le collectif.

La formation **Libérez Votre Voix** vise à créer un espace où les participants gagnent en **confiance, sépanouissent** et s'expriment de manière **authentique et puissante**.

Cette journée est une opportunité unique de promouvoir l'**émancipation** des participants. Le slam n'est pas seulement un art, c'est un moyen de se connecter avec son pouvoir intérieur, de briser les barrières et de prendre confiance en son unicité.

Mélodie Mò Slameuse et Conférencière

Formée au Conservatoire à Paris, je suis **comédienne et cascadeuse** depuis 20 ans. Je découvre le slam, il y a 10 ans et remporte **la médaille d'argent en 2023** lors de la coupe de la ligue de slam pour slam connexion.

Je me spécialise dans la prise de parole en public en créant des conférences gesticulées slammées . “ **LibrEs!** ” et “ **Plus Haut !** ” sont des conférences ludiques et pédagogiques qui questionnent l'émancipation, la volonté, l'empouvoirement et la liberté.

Depuis, je propose **des coachings, séminaires et formations** en partageant mes connaissances oratoires, sportives et universitaires acquises durant toutes ces années.

Historique du Slam

Le slam est bien plus qu'une simple performance artistique. C'est **un art puissant** qui tire ses racines des mouvements sociaux et culturels des États-Unis dans les années 1980. Inventé par Marc Smith pour dépoussiérer la poésie et la rendre accessible à tous, le slam signifie littéralement : **faire claquer**. C'est un mélange de poésie, de performance et de compétition pour créer un événement captivant face à un public survolté.

Le slam permet de prendre conscience de son unicité tout en s'appuyant sur le collectif en s'exprimant sur des questions sociales, politiques et personnelles.





Rennes - France

SLAM

Formation Libérez votre Voix

Offrez à votre structure une formation unique,
une expérience motivante, ludique et pédagogique.



melodiemmo4@gmail.com / www.melodiemmo.com



06 25 62 10 84



Rennes - France



Tarif Atelier 2H30 : 800 euros - 1 journée : 1500 euros

Atelier de 2H30 et Conférence 2000 euros