

## Voix masquée, démasquée ou à distance ... ... comment faire ?

Depuis les débuts de la crise sanitaire, nos modes de communication ont été transformés, d'abord par l'explosion des formations en ligne, puis par l'obligation du port du masque. Ces nouvelles conditions de prise de parole entraînent bien souvent une fatigue nerveuse, corporelle et vocale inconnue jusqu'alors.

Et si c'était justement l'occasion d'apprendre à utiliser autrement notre voix ?

A partir des contraintes de la voix masquée et à distance, nous explorerons ensemble les solutions concrètes pour se faire mieux entendre dans des situations de parole exigeantes, tout en se préservant de l'usure vocale et de la fatigue nerveuse qui peuvent en découler.

**Durée** : 2h en distanciel

**Public** : Professionnels

### **Objectifs** :

Améliorer le quotidien des professionnels en situation de prise de parole masquée, à distance ou démasquée :

- se faire mieux entendre et mieux comprendre par un meilleur usage de la voix
- réduire les fatigues vocales, physique et nerveuse liées à ses prises de parole
- renforcer les interactions de qualité, à distance ou en présentiel

### **Contenu** :

Nous partirons de l'expérience propre aux participant.e.s pour leur apporter des conseils concrets et adaptés :

- **identifier les mauvais usages de la voix** à partir des conséquences sur la voix du port du masque et de la prise de parole à distance
- **repérer les pratiques qui préservent et optimisent la voix** à l'intérieur de toute situation de parole exigeante (durée, public, lieu, ...)
- **apprendre à se faire mieux entendre et mieux comprendre** lorsque la voix est entravée ou sollicitée de façon inhabituelle (puissance, message, interactions, ...)
- **partager les solutions créatives et efficaces**, pour en faire des sources de motivation et de confiance en soi

**Modalités pédagogiques :**

Questionnaire préalable envoyé aux participant.e.s  
Exposé en ligne avec support power point et outils d'interaction à distance (sondages, questions, quiz)  
Réponse aux questions des participant.e.s en cours d'exposé  
Exercices simples à refaire chez soi  
Vidéos et article sur le sujet transmis en prolongement du webinaire

**Pré-requis :** aucun

**Intervenante**



Chanteuse lyrique soliste pendant 30 ans, **Aline JALLIET** est aujourd'hui coache vocale et consultante formatrice. Autrice et conférencière, elle a publié un essai sur la voix en 2017, *La Voix de son Être*, et a fait paraître en 2020 son premier roman, *Humain-e*, aux éditions L'Harmattan. Elle intervient en France et à l'étranger, dans les entreprises et les structures de formation, sur toutes les questions liées à la voix, à l'écoute et à la prise de parole.

Site : <https://www.alinejalliet.com> / Mail : [contact@alinejalliet.com](mailto:contact@alinejalliet.com)