



Présentation des interventions Chant Postural en entreprise

« Être de mieux en mieux dans un monde de plus en plus difficile »

CHANT | POSTURAL

Mind7 Chant Postural

« Le leadership et la légitimité demande une sécurité intérieure sans faille »

► Ma proposition :

Relier la posture et la voix efficacement avec le Chant Postural **au quotidien**.

CHANT | **POSTURAL** accompagne :

- Les dirigeants et les managers,
- Les coaches et les formateurs.





Le Chant Postural : dans quel cas ?

- Communiquant ou manager ayant un usage intensif de sa voix
- Toute problématique de voix : aphonie chronique, voix cassée ou forcée, faible ou mal assurée, toux nerveuse
- Ceux qui souhaitent développer la qualité de l'expression orale en enrichissant et maîtrisant leur posture, leur voix
- Toute problématique de positionnement professionnel, de difficultés relationnelles, de prise de parole en public
- Prévention des risques psycho-sociaux : stress, hypersensibilité, émotivité, burn-out
- Problèmes de dos récurrents : cervicales, épaules, lombaires

Nos objectifs pédagogiques

Faire de sa voix un atout professionnel, se positionner dans sa fonction

Acquérir une posture dynamique permettant d'être en capacité de saisir les opportunités

Booster votre confiance avec des clés concrètes quels que soient les événements rencontrés

Installer le bien être dans sa vie : c'est l'installer aussi dans l'entreprise

Savoir se maîtriser en toutes circonstances :

- Rester centré
- Afficher une valeur stable
- Ne plus être en proie au regard extérieur

Faire de sa sensibilité un plus. Construire un axe référent, charpenté et vibrant d'énergie. La voix sur tous les plans :

- Emotionnel
- Mental
- Physique

Un protocole innovant et pragmatique

1 – Diagnostiquer

→ Observer et définir les besoins

3 – Faire la différence entre force et puissance

→ Passer de la projection à la propulsion

2 – Installer / intégrer des repères nouveaux

Pour acquérir les bénéfices d'une assise solide, centrée et sécurisée afin d'exprimer objectivement son expertise.

→ Exercices posturaux

→ Par binôme

→ Fonder la verticalité sur l'appui sur le bassin

➔ Pour intégrer une posture de dirigeant juste et centrée

Profiter d'une nouvelle stabilité pour explorer de nouvelles voies.

Être légitime dans sa mission en entreprise.

Nos formules de coaching en entreprise

➤ Diagnostic :

- Recenser les besoins sur site

➤ Coachings :

- Ateliers découverte d'1h30 en groupe (par équipe, service...)
- Coaching individuel de manager ou chef d'entreprise
- 3 formules intensives :
 - Demi-journée (3 heures)
 - Journée (6 heures)
 - Formule week-end

CHANT | POSTURAL

Nos témoignages

« Une approche tellement géniale -
qui donne d'excellent résultats !

UN AVANT et UN APRES ».

Olivier B. Coach et conférencier

« Les bienfaits de cette formation rejaillissent sur ma façon de gérer mon travail et adapter mon comportement au quotidien. Une posture correcte et une voix centrée s'avère utile au sein d'une réunion de travail, d'une négociation ou dans la gestion d'un conflit. »

Joanne Z. Responsable commerciale d'un portefeuille international.

« Les bénéfices sont multiples : on se sent plus juste et plus sûr de soi dans bien des situations professionnelles stressantes telles que devoir prendre la parole en public, assumer son leadership... »

M-F. B. Directrice du pôle Management dans une banque.

« Son approche corporelle et son énergie parfois tranchante ont été pour moi une révélation et une aide inouïe pour m'aligner et aller de l'avant en ces temps incertains. »

Louise B. Ecrivain et experte RSE

« Ma manière d'enseigner a profondément changé; naturellement centrée, dans une sensation de disponibilité et de détente intérieure. Tout devient fluide, facile. Les personnes que j'accompagne l'ont immédiatement remarqué. Simple, juste et puissant. »

Sabine S. Formatrice

CHANT | POSTURAL

By Elisabeth BAILE

Mon parcours :

Chanteuse, formatrice, ostéopathe et auteure du livre « Je me libère la voix » aux éditions LANORE, j'ai expérimenté la voix sous toutes ses formes, ce qui m'a amené à créer la technique du Chant Postural. Celle-ci a la singularité de mettre en évidence que le manque d'assurance dans la voix et la posture vont de pair. Or, la peur de la cambrure nous empêche de trouver une assise solide. Notre voix s'en trouve fragilisée, bridée. Je vous propose de trouver un appui nouveau sur votre bassin. La voix gagne alors en amplitude, clarté et puissance naturelle.

Me contacter :



www.chantpostural.com



+33 6 85 23 07 47



chantpostural@gmail.com

[Vidéo Chant Postural Elisabeth Baile](#)