



- Période de questions : comment s'y préparer
- Préparation chez soi d'une présentation
- Contrôle du trac pour mieux performer (relaxation, respiration, décontraction, renforcement positif, visualisation, concentration)

### **Approches pédagogiques**

- Théorie et exercices pratiques de groupe
- Exercice individuel de prise de parole devant un auditoire (les participants)
- Rétroaction et analyse des exercices pratiques par la formatrice



**LOUISE-VÉRONIQUE SICOTTE**

Louise-Véronique Sicotte détient un baccalauréat en art dramatique de l'UQAM ainsi qu'une maîtrise en cinéma de l'Université de Montréal. Depuis plus de 20 ans, elle met à profit sa polyvalence dans le domaine de la communication et des médias. Elle est formatrice, conférencière, présentatrice d'événements, intervieweuse, narratrice et critique de cinéma. En tant que communicatrice, elle a obtenu le grade de membre distingué (DTM) des clubs d'art oratoire Toastmasters International. Elle est membre du Club Toastmasters McGill.