

Vendredi 06 mars 2026 : Journée d'ateliers en non-mixité

9h : ACCUEIL

9h15 : Réveil collectif surprise

9h40 à 11h10 - Session 1
Ateliers "Nos classiques"

**Convaincue et prête à
me rendre visible**
Claire Bourrasset

**Storytelling,
raconte-toi
autrement**
Clémence Aurore

**Muscle ta rhétorique
et ton argumentation**
Léa Schwebel

**Valorise tes talents
pour booster ta
carrière**
Céline Brûlé

**Je réponds à des
attaques sexistes**
Charlotte Baheu &
Marie Blandin

**Affirmée et assertive
face aux
déstabilisations**
Fanny Dufour

Gagne en charisme
Catherine Bossard

11h20 à 12h50 - Session 2
Ateliers "Un pas de côté"

**Célèbre-toi grâce à
l'art du Kasàlà**
Claire Bourrasset

**Gagne en expressivité
avec la LSF**
Kelig Vitard &
Clémence Aurore

**Mes émotions, ma
force pour une parole
vivante et vibrante**
Léa Schwebel

**Le Slam pour
m'empuissancer**
Mélodie Mô

**Déroule-toi
ton tapis rouge**
Charlotte Baheu

**Mets de l'humour
dans tes prises
de parole**
Catherine Bossard

Toutes en Chœur
Willy Bigot Okumu

14h30 à 16h - Session 3
Ateliers "Nos classiques"

**Prendre ma place
de leader**
Claire Bourrasset

**Ma voix, mon corps,
mes alliés**
Willy Bigot Okumu

**Muscle ta rhétorique
et ton argumentation**
Léa Schwebel

**Valorise tes talents
pour booster ta
carrière**
Céline Brûlé

**Ose enfin la vidéo sur
les réseaux sociaux**
Marwa Cupif

**Affirmée et assertive
face aux
déstabilisations**
Fanny Dufour

Gagne en charisme
Catherine Bossard

**13h à 14h20 : Déjeuner, Stands et Mini-
conférences de nos partenaires.**

**16h à 18h : Goûter, Spectacle et
Scène ouverte : à vous la parole pour nous
partager vos mots et vos histoires !**

Un festival Les Nouvelles Oratrices



“Nos classiques” : des ateliers pour gravir vos prochains sommets professionnels

Parler de soi positivement, avec assurance, enthousiasme, bienveillance. Garder le lead dans ses discussions et plus globalement, dans sa carrière. Déjouer les pièges liés à son genre, pour se réinventer et ouvrir la voie à d'autres femmes. Tout un programme ! Nos ateliers vous donnent des astuces et des terrains d'expériences pour progresser.

Convaincue et prête à me rendre visible

Animé par Claire Bourrasset :

Avant de te rendre visible, il faut être convaincue que cela te sera utile et compatible avec tes valeurs ! Viens construire ton plan de visibilité aligné, pour pouvoir enfin pleinement et sereinement te lancer.

Storytelling, raconte-toi autrement

Animé par Clémence Aurore :

Et si tu mettais en mots et en voix, l'histoire qui révèle qui tu es, tes valeurs, ou encore ton activité ? Viens chercher les clés de la narration et de l'authenticité dans cet atelier.

Muscle ta rhétorique et ton argumentation

Animé par Léa Schwebel :

Tu veux gagner en force de conviction et remporter l'adhésion sur tes projets ? Viens découvrir les différentes stratégies argumentatives, expérimenter l'art du débat et de la reformulation ! Cet atelier t'aidera à bien comprendre ta cible pour plus d'efficacité et une meilleure gestion des objections.

Valorise tes talents pour booster ta carrière

Animé par Céline Brûlé :

Sauras-tu identifier tes réussites, tes talents, ta fameuse “zone de génie” ? Repars de cet atelier avec un sentiment d'accomplissement, pour évoluer dans ton prochain objectif de carrière.

Je réponds à des attaques sexistes

Animé par Charlotte Baheu & Marie Blandin :

Fais-tu partie des 9 femmes françaises sur 10 qui ont déjà mis en place une stratégie d'évitement pour ne pas être victime d'actes ou de propos sexistes ? Alors viens dans cet atelier ! Nous te donnerons des billes pour te défendre, avec sérieux, pédagogie et humour.

Affirmée et assertive face aux déstabilisations

Animé par Fanny Dufour :

Apprends à réagir de façon constructive et affirmée même en situation conflictuelle ou difficile. Cet atelier va t'aider à adopter une communication interpersonnelle efficace. Attention, tu risques d'en repartir avec beaucoup plus d'estime de toi !

Gagne en charisme

Animé par Catehrine Bossard :

Tu souhaites jouer avec les silences, aligner ta posture avec l'image que tu veux donner de toi, gagner en énergie communicative... et prendre ta place ? Alors on t'attend à cet atelier expérimentiel et unique !

Prendre ma place de leader

Animé par Claire Bourrasset :

Approprié-toi ton leadership ! Après avoir déconstruit les stéréotypes du leader idéal, nous partirons à la découverte de tes propres talents pour révéler ton pouvoir d'influence vers ta vision pour le monde.

Ma voix, mon corps, mes alliés

Animé par Willy Bigot Okumu :

Ta voix est ta signature, et ton corps en est le socle. Ensemble, ils portent ton énergie, ta présence et ton leadership. Cet atelier va t'aider à libérer ce potentiel et à t'affirmer avec confiance, clarté et impact.

Ose enfin la vidéo sur les réseaux sociaux

Animé par Marwa Cupif :

Dans cet atelier, tu prends ton téléphone... et tu prends ta place. On t'accompagne pour te filmer simplement, avec confiance et enthousiasme. Que tu veuilles pitcher qui tu es, ton activité ou ton expertise, tu choisis ton sujet et tu repars en fin de séance avec ta vidéo, tournée dans une ambiance bienveillante et sororale.

Un festival Les Nouvelles Oratrices



“Un pas de côté” : des ateliers pour sortir en douceur de votre zone de confort

Ce n'est pas naturel d'être “visible” : on se sent toujours “trop” ou “pas assez”. Mais tu risques de passer à côté de toi-même si tu restes dans ta zone de confort, à l'abri des regards et des supposés jugements (spoiler alert : on te jugera quand même, quoi que tu fasses). Alors autant en jouer, t'amuser, prendre plaisir à te montrer et à t'exprimer. C'est le concept de nos ateliers “Un pas de côté” : vivre une expérience que tu n'aurais pas imaginée, qui viendra renforcer tes compétences et ton appétence à être visible. Notre cadre est ultra-bienveillant, on respectera tes limites.

Célébre-toi grâce à l'art du Kasàlà

Animé par Claire Bourrasset :

C'était quand la dernière fois que tu as pris le temps de te célébrer ? Lors de cet atelier, utilise la technique ancestrale du Kasàlà, pour redécouvrir tes forces et les magnifier par la parole.

Gagne en expressivité avec la LSF

Animé par Kelig Vitard & Clémence Aurore :

Découvres comment t'emparer des codes de la Langue des Signes Française pour t'exprimer grâce à ton visage, ton regard et tes mains ! Pas besoin de notions préalables en LSF pour cet atelier. C'est par le jeu, la découverte, les gestes, que tu gagneras en expressivité pour tes futures prises de parole en public.

(cet atelier n'apprend pas à maîtriser la LSF mais à en utiliser les ressorts visuels et gestuels pour ta communication orale).

Mes émotions, ma force pour une parole vivante et vibrante !

Animé par Léa Schwebel :

Loin d'être un frein, nos émotions sont une ressource précieuse ! Ce sont des signaux que tu peux apprendre à accueillir, identifier et utiliser pour donner du relief et de l'impact à tes interventions orales. Apprends comment les mettre au service d'une prise de parole vibrante et incarnée.

Le Slam pour m'empuissancer

Animé par Mélodie Mô :

Cet atelier te propose des exercices ludiques d'écriture et d'oralité afin d'exprimer tes idées. Que ce soit pour surmonter la peur de parler en public, affûter ta plume ou simplement prendre du plaisir à rythmer tes mots, viens vivre une expérience entre introspection et performance scénique. Et découvrir l'art du slam !

Déroule-toi ton tapis rouge :

Animé par Charlotte Baheu :

Savoir improviser, ça ne s'improvise pas ! C'est pour ça que nous te proposons de t'entraîner et de t'outiller. Ainsi tu pourras rebondir, libérer ta créativité, appréhender positivement ta prise de parole et assumer tous ces regards sur toi car oui, tu as des choses intéressantes à dire !

Mets de l'humour dans tes prises de parole

Animé par Catherine Bossard :

Cet atelier t'invite à revisiter les ressorts comiques dans une prise de parole : car une pincée d'humour aide toujours à faire passer les messages et à gagner en sympathie. Apprends à bien huiler ta prochaine présentation et viens expérimenter l'écriture d'un billet d'humour !

Toutes en Chœur

Animé par Willy Bigot Okumu :

L'atelier vocal 100 % feel good qui te libère : on chante, on rit, on bouge et on ose, ensemble ! Un vrai moment vibrant où les voix s'ouvrent, s'unissent et résonnent dans une énergie joyeuse et puissante. Et cerise sur le gâteau : même sans savoir chanter, tu vas adorer !

