



## AISANCE ET CRÉDIBILITÉ FACE CAMÉRA



👤 La vidéo est devenue un levier incontournable pour les dirigeants et entrepreneurs. Pourtant, beaucoup se sentent mal à l'aise face à une caméra ou ne parviennent pas à projeter une image naturelle et crédible. Ce coaching intensif de 3 heures vous permet de prendre la parole face caméra avec confiance, fluidité et authenticité, sans réciter de texte et sans jouer un rôle.

### OBJECTIF DU COACHING

- Dépasser l'appréhension face caméra
- Adopter une posture professionnelle et sereine
- Maîtriser la voix, le regard et la présence
- Gagner en aisance pour toutes vos futures vidéos

### DÉROULÉ DE L'ACCOMPAGNEMENT

#### 🧠 Mise en confiance et posture

Respiration, voix, regard et présence.

#### 🗣️ Prise de parole naturelle

Structurer ses idées sans réciter, trouver son ton et son rythme.

#### 🎬 Mise en situation face caméra

Cadrage, environnement, prises filmées et retours personnalisés.

### VOTRE ACCOMPAGNANT

🚀 Coaching animé par un professionnel disposant de 25 ans d'expérience en captation vidéo et en conduite d'interviews. Un regard expert, bienveillant et orienté résultats.

### MODALITÉS

Durée : 2 heures - Format : individuel car personnalisé et confidentiel

Tarif : 500 € HT - Lieu : à définir (présentiel ou espace professionnel)

**Contactez-moi pour planifier votre session et transformer votre aisance face caméra.**

François-Régis ROUBEAU - 0645611600 - [froubeau@gmail.com](mailto:froubeau@gmail.com) - [f2rprod.com](https://f2rprod.com)