

## A propos des événements Tiptop Vital

- **Conçus et animés par**  
Antoinette Virginie HINGRE
- **Annoncés par**  
AlbiMag, Demosphère Agenda Alternatif,
- **Alignés sur mesures sanitaires en vigueur**  
port du masque\*, respect des distances, lavage des mains (gel hydroalcoolique / savon)... Masque inclusif
- **Organisés par**  
l'association Tiptop Vital dès 1999
- **Où ?**  
**Albi, 81000**  
42 rue de la Madeleine  
à 200 mètres de la gare SNCF d'Albi Madeleine et du parking préfecture  
**près de chez vous ?**  
formuler votre demande  
auprès de Tiptop Vital
- **Comment ? Sur réservation**  
dès parution dans la presse et les réseaux  
06 34 39 11 68 entre 13 et 15h  
tiptop.vital@yahoo.com

Ne pas jeter sur la voie publique. Imprimé par Conep, Anatole France, 13100 Aix-en-Provence pour l'association 1901 Tiptop Vital. Illustration couverture : © Virginie Antoinette Hingre Ka-No

# Comment faire rayonner notre **voix** pour être **mémorable**

**Albi**

**28  
septembre  
2021 13h**

**Conférence-Atelier TiptopVital  
06 34 39 11 68**

*Vous avez la sensation d'être invisible dans un groupe ; vous avez l'impression que l'on vous coupe souvent la parole, que l'on vous snobe, que vous allez vous liquéfier lorsque vous prenez la parole...*

## **Transcender cela durablement, c'est possible !**

Cette conférence-atelier « Comment faire rayonner notre voix pour être mémorable » fera découvrir trois étapes clés qui permettront de prendre conscience du corps, du souffle et de la voix afin de vous révéler à vous-même de manière mémorable et d'agir avec pertinence.

## **Conférence-Atelier mardi 28 septembre 2021 - 13h**

Durée 2h30 ; 7 à 10 personnes sur réservation.  
Pour les participants aux Master Class, entrée offerte selon places disponibles à 13h sinon à 18h30.

**Antoinette Virginie HINGRE**, Révélatrice d'authenticité



- Comédienne-Diseuse,
- Pratiquante de la méthode Tomatis et des training audio-vocaux, transmis directement par le Docteur Tomatis durant trois années consécutives,
- Pratiquante de la créativité, même dans l'épreuve,
- Première Coach diplômée d'état en France (Master 2003), superviseuse, membre International Coach Federation.

Elle accompagne sur mesure chaque personne qui vit un chaos, une rupture personnelle ou professionnelle ou tout simplement qui souhaite composer sa vie autrement.

**06 34 39 11 68**

**virginiehingre.com**

Cliquer sur « Joindre la révélatrice d'authenticité » pour y déposer votre message écrit.

## **MasterClass Se présenter simplement avec clarté**

**Durée : 4 heures** + accès à la conférence-atelier

**Bénéfice :** Gagner en confiance, contacter la joie

**Dates :** mercredi 29 septembre 2021 13h30-17h30

## **MasterClass Dire-Lire à voix haute**

**Durée : 7 heures 30** + accès à la conférence-atelier

**But** de la MasterClass : communiquer un contenu vivant et se nourrir des bienfaits de la lecture à voix haute

**Bénéfice :** Se concentrer, mémoriser, se dynamiser

**Moyens :** Enracinement du corps Méthodes issues du théâtre et de la méthode Tomatis.

**Dates :** jeudi 30 septembre 2021 8h30-12h et 14h-18h

## **MasterClass Oser dire sa pépite. Prêt ? Silence ! Moteur !**

**Durée : 7 heures 30** + accès à la conférence-atelier

**But** de la MasterClass : « Briller en apprivoisant Ombre et Lumière intérieures »

**Bénéfice :** Gagner en confiance, croire 100% en sa pépite

**Moyens :** Enracinement du corps. Conscience du regard et de l'auditoire...

**Dates :** Vendredi 1er octobre 2021 8h30-12h et 14h-18h

## **MasterClass Communiquer avec Corps et Voix**

**Durée : 15 heures** + accès à la conférence inclus

**But :** Communiquer un contenu positif et vivant avec un langage corporel approprié, en toutes situations.

**Bénéfice :** Gagner en clarté/aisance, agir avec pertinence

**Moyens :** Enracinement du corps. Conscience du souffle, de la voix, du mouvement et de l'impact sur l'auditoire...

**Dates :** Samedi 2 octobre 2021 9h-13h 15h-19h

+ Dimanche 3 octobre 2021 9h-13h et 15-18h.

## **\* Pour les personnes intéressées**

dès parution presse/réseaux, téléphoner entre 13 et 15h,  
envoyer un courriel à [tiptop.vital@yahoo.com](mailto:tiptop.vital@yahoo.com)

**Objectifs MasterClass Tiptop Vital :** 1/ s'entraîner avec régularité  
2/ maîtriser l'alchimie Corps-Souffle-Voix afin d'être naturellement soi-même,  
3/ rayonner et être mémorable est une précieuse clé en toutes circonstances.  
**Avantage Tiptop :** être garanti de stricte confidentialité et être supervisé.