

KIT DE PASSAGE À LA SCÈNE

Oser créer un mouvement d'impact

S.C.È.N.E™

5 étapes



MISS PURPLE
COACH

© Muriel Atipo - Tous droits réservés

La Méthode S.C.È.N.E™



Passer de l'ombre à la scène avec une conférence signature

Ce workbook n'a qu'un but : te mettre EN SCÈNE.

Pas de théorie. Pas de blabla. Juste : PENSE → ÉCRIS → PARLE À HAUTE VOIX.

À la fin : tu seras prête à PRENDRE LA PAROLE.

C'est parti. 💖

S

STRUCTURER

Transformer son vécu en message puissant



Je comprends ce que je porte.

Exercice 1 - Écris ton histoire en 3 actes

Réponds à ces 3 questions. Honnêtement. Sans filtre.
(2-3 lignes pour chaque)

AVANT : Qui j'étais ? Quel était le problème ?

LE TOURNANT : Quel moment m'a changée ?

APRÈS : Qui je suis devenue ? Qu'est-ce que j'ai découvert ?



Exercice 2 - Dis ton histoire à haute voix (3 min)

Lis ce que tu viens d'écrire. À HAUTE VOIX. 3 minutes.
Appuie sur ENREGISTREMENT.

Après avoir raconté ton histoire :

- Comment je me suis sentie ?

.....

- Est-ce que c'était vrai ? Authentique ?

.....



CONSEIL : Écoute la vidéo. Tu vas voir ta PUISSANCE.



MISS PURPLE
COACH

Exercice 3 - Crée ta phrase signature (30 sec)

Condense tout en UNE PHRASE.

Utilise cette formule :

Je suis [qui] et j'aide [qui] à [résultat] grâce à [mon approche]

EXEMPLE : "Je suis coach et j'aide les femmes invisibles à devenir visibles grâce à leur histoire"

Exercice 4 - Dis ta phrase (1 min)

Prononce ta phrase 5 fois. Jusqu'à ce que ça coule naturellement.
Enregistre la 5ème version.

- Combien de tentatives avant que ce soit naturel ?

- Est-ce que je la crois vraiment ?

💜 Cette phrase, tu la diras PARTOUT maintenant.

✓ As-tu structuré ?

- ☐ J'ai écrit mon histoire en 3 actes
- ☐ Je l'ai dite à haute voix (3 min)
- ☐ J'ai créé ma phrase signature
- ☐ Je la dis naturellement

Si tu as coché 4/4 → Tu as structuré. 💜

C

CRÉER

Créer un concept unique de conférence signature



Mon message devient un univers.

Exercice 1 - Les étapes que tu transmets

Sur la base de TON parcours personnel et de ce que tu as vécu, quelles sont les étapes clés que tu transmets à tes clientes ?

(4-5 étapes max - ce ne sont que les grandes lignes)

ÉTAPE 1 :

ÉTAPE 2 :

ÉTAPE 3 :

ÉTAPE 4 :



Tu apprendras à développer ta méthode complète dans FROM PAIN TO POWER™ :
L'Expérience Extraordinaire

Exercice 2 - Ton concept de conférence signature

Quelle expérience veux-tu faire VIVRE à ton audience ?

Quelle transformation veux-tu qu'elle vive EN ÉCOUTANT ta conférence ?

L'expérience que je veux créer :

La transformation que je veux qu'elle vive :



Exercice 3 - Présente ton concept (5 min)

Debout. Présente ta conférence signature à haute voix.

Dis l'expérience et la transformation qu'elle vivra. 5 minutes. Enregistre-toi.

Après avoir présenté :

- Comment c'était de la PRÉSENTER ?

- Avais-je de la conviction ?

- Est-ce que c'était clair ce que je veux créer ?



Exercice 4 - L'univers visuel de ta conférence

Ta conférence a une identité. Un look. Une ÉNERGIE.

Décris-la :

- Quelle couleur représente ton concept ?

- Quel est le ton/l'énergie de ta conférence ?

- Comment tu veux qu'on se SENTE en te regardant ?

✓ As-tu créé ?

- ☐ J'ai identifié les étapes que je transmets
- ☐ Je sais l'expérience que je veux créer
- ☐ Je sais la transformation que je veux créer
- ☐ J'ai défini l'univers visuel de ma conférence

Si tu as coché 4/4 → Tu as créé. 💜

È ÉLEVER

Oser incarner sa voix et sa vision



J'ose être vue et entendue.

Exercice 1 - Trouve ton énergie en scène (5 min)

Debout. Les deux pieds ancrés. Respire profondément.

Maintenant : PARLE. À HAUTE VOIX.

Dis quelque chose que tu CROIS vraiment. 5 minutes.

Enregistre-toi.

Après :

- Comment ça rendait ?

- Avais-je de la conviction ?

- Ma voix était-elle MIENNE ?

Exercice 2 - Ton corps en scène (3 min)

Debout devant un miroir (ou enregistre-toi).

Parle de ta conférence. 3 minutes.

Observe :

- Mes mains : vivantes ou mortes ?

- Mon regard : où je regarde ?

- Ma posture : suis-je ancrée ?

- Mon sourire : vrai ou forcé ?



Exercice 3 - Affirme ton autorité (2 min)

En scène, dis :

'J'ai accompagné X femmes. Je SAIS ce dont je suis capable. Je suis ici pour t'aider.'

2 minutes. Avec conviction.

Après :

- Comment c'était de dire ça ?

.....

- Est-ce que c'était vrai pour moi ?

.....

Exercice 4 - Incarner ta mission (3 min)

Le syndrome de l'imposteur ? Tu le dépasses EN PARLANT.

Dis : **'Ma mission est [ta mission]. Et je la porte VRAIMENT.'**

3 minutes. Sans notes.



CONSEIL : Plus tu parles, plus tu incarnes.

✓ As-tu élevé ?

- ☐ J'ai trouvé mon énergie en scène
- ☐ J'ai travaillé ma présence physique
- ☐ Je peux affirmer mon autorité
- ☐ Je dépasse l'imposteur en parlant

Si tu as coché 4/4 → Tu as élevé. 💜

N

NOURRIR

Créer un mouvement autour de son message



Je ne parle plus seule.

Exercice 1 - Qui est ton audience idéale ?

Décris la femme que tu veux VRAIMENT aider :

• Quel âge ?

• Quel est son plus gros problème ?

• Pourquoi tu veux l'aider elle ?

Exercice 2 - 5 sujets que tu veux dire

Qu'est-ce que tu veux ENSEIGNER à ta communauté ?

5 sujets clés :

1.

2.

3.

4.

5.

Exercice 3 - Enseigne UN de tes 5 sujets (10 min)

Choisis UN sujet.

Enseigne-le. À HAUTE VOIX. Comme en live. 10 minutes.

Enregistre-toi.

Après :

- Comment c'était de l'enseigner ?

- Avais-je de la passion ?

- Ma communauté voudrait-elle revenir ?

Exercice 4 - Comment tu les impliques ?

Nourrir, c'est pas juste parler.
C'est ENGAGER ta communauté.

- Quelles questions tu pourrais poser ?

- Comment tu peux les impliquer ?

- Quel est ton prochain CTA (Call To Action, appel à l'action) ?

✓ As-tu nourri ?

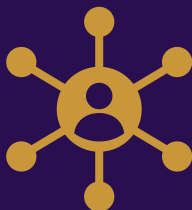
- ☐ J'ai défini mon audience idéale
- ☐ J'ai 5 sujets à enseigner
- ☐ Je peux enseigner un sujet (10 min)
- ☐ Je sais comment engager ma communauté

Si tu as coché 4/4 → Tu as nourri. 💜

E

EXPANSER

Transformer sa voix en écosystème durable



Ma scène devient un levier.

Exercice 1 - Ton écosystème futur (10 min)

Imagine. 5 ans. TON écosystème est complet.
Qu'est-ce qu'il contient ?

☐ Un livre ? (sur quoi ?)

.....

☐ Une conférence signature ?

.....

☐ Un programme de formation ?

.....

☐ Une communauté payante ?

.....

☐ Des partenariats ?

.....

Exercice 2 - Comment tu expands ?

Qu'est-ce que tu veux créer APRÈS cette conférence ?

- Quel est ton premier produit/service ?

- À quel prix ?

- À qui tu le vends ?

Exercice 3 - Présente ton futur (5 min)

En scène, tu dis :

'J'ai une vision. Dans 5 ans, voilà ce que j'aurai créé...'

Parle. 5 minutes. Enregistre-toi.

Après :

- Avais-je de la conviction ?

- Est-ce que ma vision résonne avec moi ?

Exercice 4 - Quel héritage tu veux laisser ?

Au-delà de l'argent. Au-delà du business.

Qu'est-ce que tu veux que tes clientes disent de toi dans 10 ans ?



✓ As-tu expansé ?

- ☐ J'ai défini mon écosystème futur
- ☐ Je sais comment monétiser
- ☐ Je peux dire ma vision (5 min)
- ☐ Je connais mon héritage

Si tu as coché 4/4 → Tu as expansé. 💜

Tu es passée de l'ombre à la scène

S - Message :

C - Concept unique :

È - Leadership :

N - Communauté :

E - Écosystème :



Tes affirmations

Dis-les chaque jour

1.

2.

3.



Ton premier pas

Demain. Tu fais QUOI ?

Ma première action :

Je la fais quand :

Je le dis à qui :

💜 Pas dans un mois. Demain.



Tu es prête

Tu as traversé ce workbook.

Tu as structuré. Tu as créé. Tu as élevé. Tu as nourri. Tu as expansé.

Tu es maintenant UNE FEMME DE LA SCÈNE.

La scène t'attend.

Oublie l'ombre.

Prends ta place.



- Muriel Atipo



Tu veux aller plus loin ?

Rejoins FROM PAIN TO POWER™ :

L'Expérience Extraordinaire

Tu as fait les exercices. Tu as structuré ton message. Tu sais ce que tu veux dire.

MAIS... comment tu vas vraiment le FAIRE ?

Comment tu vas :

- ✓ Écrire ton livre stratégique ?
- ✓ Construire ton écosystème complet ?
- ✓ Créer ta conférence signature ?
- ✓ Transformer ton expertise en mouvement d'impact ?

C'est là que FROM PAIN TO POWER™ : L'Expérience Extraordinaire entre en jeu.

FROM PAIN TO POWER™ : L'Expérience Extraordinaire est un programme d'accompagnement intensif où tu vas :

- Écrire ton livre AVEC moi
(De l'idée au lancement)
- Construire ton écosystème COMPLET
(Livre + conférence + communauté + revenus)
- Créer ta conférence signature
(Celle qui te distingue VRAIMENT)
- Lancer ta présence publique
(Et être entendue)

4 mois. Accompagnement personnalisé. Avec une petite tribu de femmes qui font la même chose.

The logo consists of the letters 'MP' in a stylized, handwritten font. The 'M' and 'P' are connected, with the 'P' having a long, flowing tail that loops back towards the 'M'.

MISS PURPLE
COACH

Candidater pour FROM PAIN TO POWER™ : L'Expérience Extraordinaire

Est-ce que ce programme est pour toi ?

Oui, si tu :

- ☒ As structuré ton message (tu viens de le faire 🖱)
- ☒ Veux vraiment écrire ton livre
- ☒ Veux créer ton écosystème complet
- ☒ Es prête à investir 4 mois EN ACTION
- ☒ Es prête à t'investir financièrement
- ☒ Veux un accompagnement personnalisé

Si tu as coché 6/6 → C'est pour toi.

Comment ça marche ?

ÉTAPE 1 : Tu remplis le formulaire de candidature

ÉTAPE 2 : On a une conversation privée (Zoom 30 min)

ÉTAPE 3 : Si c'est aligné → Tu rejoins la prochaine cohorte

ÉTAPE 4 : 4 mois d'accompagnement intensif

Simple.

🖱 Candidater maintenant

<https://go.misspurplecoach.com/frompain2powerprogramme>

MP

MISS PURPLE
COACH

Notes personnelles

Notes personnelles