

## PROGRAMME DE FORMATION

### Prise de parole en public

#### PUBLIC

Toute personne ayant à partager un message en public, animer et souder son équipe, convaincre des interlocuteurs

#### OBJECTIFS

Maîtriser les techniques de l'expression, être capable de communiquer efficacement par l'expression orale

Acquérir la maîtrise de la voix, de la gestuelle, de l'argumentaire et une plus grande confiance en soi

#### NIVEAU REQUIS

Aucun

#### PÉDAGOGIE

Exposés préparés ou improvisés

Enregistrement vidéo

Observation et analyse sur fond et forme

Apports théoriques

Mises en situation

#### ENCADREMENT

Nos formateurs sont de véritables pédagogues avec une expérience terrain.

Ils ont tous expérimentés

#### DURÉE

2 jours (14 heures)

#### Dans un premier temps

- Les techniques d'expression orale et les différentes formes de prise de parole
- Les techniques d'écoute avec une approche corporelle basée sur : la respiration, la gestion du trac, l'écoute active

#### Dans un second temps

- J'améliore l'efficacité de mes présentations
- Je construis mieux mes messages
- J'utilise mes atouts : voix, regard, implication et je suis confiant
- Je gère mon impact personnel
- Je retiens l'attention de l'auditoire
- Je fais passer mon message avec sérénité