



Prendre la parole en public

Mis à jour le 09/02/24

Objectifs

- Gérer vos appréhensions & votre stress
- Optimiser votre communication non verbale
- Organiser et hiérarchiser vos idées en vue d'une intervention orale
- Captiver l'attention de votre auditoire

Public

Toute personne qui souhaite développer son niveau de maîtrise de la communication en vue d'améliorer ses prises de parole et d'optimiser ses échanges relationnels

Programme

- **Gérer vos appréhensions & votre stress**
 - À la découverte de votre personnalité
 - Identifier ses peurs & ses croyances
 - Savoir respirer
 - La voix élément essentiel de votre charisme
- **Optimiser votre communication non verbale**
 - Apprendre à transmettre un message, une émotion sans mots
 - Jouer avec les silences
- **Organiser et hiérarchiser vos idées**
 - Les 3 piliers de la communication
 - Savoir raconter une histoire
 - Organiser ses idées en vue d'une présentation
 - Écrire pour l'oral
- **Captiver l'attention de votre auditoire**
 - Se positionner dans l'espace
 - Apprendre à regarder son auditoire
 - Savoir respirer
 - La voix élément essentiel de votre charisme
 - Utiliser les silences pour garder l'attention du public
 - Réaliser une présentation captivante

DURÉE & DATES

2 jours soit **14 heures**



- 09-10 décembre 2024

COÛT

830 € nets de taxes / pers.

EFFECTIF

Min. : 4 participants

Max. : 8 participants

PRÉREQUIS

Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Apports théoriques et échanges, mises en situation, jeux pédagogiques, exercices
- Séances de formation en salle
- Supports de cours fournis aux stagiaires au format papier ou numérique.

SUIVI ET ÉVALUATION

- Signature de feuilles d'émargement.
- Évaluation sous forme de questions orales ou écrites (QCM), mises en situation.
- Questionnaire de satisfaction.
- Attestation de formation.

ENCADREMENT

Consultant Formateur en communication.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

[Retrouvez notre charte d'accueil des personnes en situation de handicap en cliquant ici](#)

MODALITÉS D'INSCRIPTION

[Retrouvez toutes les modalités d'inscription à nos formations en cliquant ici](#)

DÉROULEMENT DE LA FORMATION

[Vous souhaitez savoir comment se déroule une formation à la CCI Portes de Normandie ? Cliquez ici pour en connaître le déroulement.](#)

TAUX DE RÉUSSITE AUX CERTIFICATIONS

[Cliquez ici pour découvrir les taux de satisfaction à nos formations](#)

BESOINS D'INFOS



DANS LE MEME DOMAINE

[Alphabétisation pour adultes](#)

[Améliorer sa communication professionnelle](#) **[Profils DISC inclus]**

[Développer la confiance en soi en milieu professionnel](#)

[Être à l'aise pour s'exprimer en milieu professionnel](#) **[Nouveau contenu]**

[Gagner du temps](#)

[Gérer son stress professionnel](#)

[Grammaire et orthographe / Pack VOLTAIRE](#)

[Collaborer avec soi-même pour collaborer plus sereinement avec les autres](#) **[NOUVEAU]**

[Lâcher prise et prendre du recul](#)

[L'Orthographe autrement avec la Méthode Joannidès](#)

[Prendre des notes et rédiger des comptes rendus](#)

[S'exercer à la communication non violente \(CNV\)](#)

[Améliorer ses écrits professionnels](#) **[Nouveau contenu]**

[ACCUEIL](#)