



# Prise de parole

Cette formation destinée aux débutants va vous entraîner à prendre la parole devant un auditoire de toute taille, en maîtrisant les outils et les techniques des professionnels de l'animation et de la scène.

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- ▶ Repérer et utiliser ses points forts dans la prise de parole
- ▶ Repérer ses axes de progrès et mettre en place les actions permettant de progresser
- ▶ Appliquer les techniques de préparation mentale
- ▶ Appliquer les techniques de gestion du stress et des émotions
- ▶ Adopter une posture adaptée à la prise de parole en public

## CONTENU DE LA FORMATION

- Faire le check-up individuel de son style de communicant
- Se préparer sur tous les fronts
- Gérer son stress et atténuer son trac
- Captiver son auditoire et l'associer
- Les clés pour réussir à l'oral
- S'entraîner activement

## POINTS FORTS DE LA FORMATION

- Une formation très opérationnelle



**Durée de la formation :** À définir



**Public :** Toute personne souhaitant développer son impact à l'oral et devant un groupe



**Prérequis :** Aucun



**Moyens matériels :**

- Supports de cours



**Approche pédagogique :**

- Alternance d'apports théoriques et d'exercices sur cas réels apportés par le stagiaire
- Pédagogie personnalisée adaptée aux stagiaires



**Modalités d'évaluation :**

- Evaluation des acquis réalisés tout au long de la formation au travers d'exercices
- Attestation de formation



**Coût de la formation :** Devis personnalisé sur demande (financement possible avec l'OPCO)



**Lieu de formation :** Au centre (01), en entreprise ou en visio