

### Maitriser la prise de parole en public

#### Objectifs de la formation

A la fin de la formation, le stagiaire est capable de :

- Maîtriser sa prise de parole devant un auditoire
- Assurer efficacement l'animation d'une réunion

#### PROGRAMME

##### 1. Mieux se connaître pour développer sa confiance en soi :

- Maitriser son image publique afin de gagner en cohérence
- Cerner ses qualités, ses talents et ses points de progrès
- Transformer les feed-back en leviers de progression

##### 2. Préparer sa prise de parole en public :

- Apprendre à mieux gérer son trac
- Travailler sa communication non verbale
- Parfaire son expression orale
- Apprendre à convaincre

##### 3. Structurer son intervention :

- Identifier les spécificités et les attentes de son auditoire pour adapter son message.
- Analyser objectivement le contexte de l'intervention.
- Organiser ses idées.

#### CONTEXTE

Prendre la parole en public et maîtriser la communication orale n'est pas une chose aisée. On ne naît pas grand orateur, mais on peut le devenir avec de l'entraînement.

#### PUBLIC CONCERNÉ

- Tout public

#### AUCUN PRÉREQUIS

#### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Formation réalisée en présentiel lorsque les règles sanitaires le permettent ou en visio-conférence pour des groupe de moins de 6 personnes.

Partages d'expériences, ateliers de mise en pratique et mise en situation

#### MODALITÉS D'ÉVALUATION

Mise en situation en fin de formation et exercices pratiques

#### CALENDRIER ET INSCRIPTION

Envoyer une demande par mail à [contact@gallileo-coaching.com](mailto:contact@gallileo-coaching.com) , une date sera ensuite déterminée.

Prestation assurée pour des groupes de 4 personnes minimum et 16 maximum

#### INFORMATIONS PRATIQUES

- 1 jours, soit 7h
- 4 personnes mini - 16 personnes maxi (inter ou intra entreprise)
- Lieu Bordeaux (adresse à confirmer)
- Horaires : 9h – 17h30 pause déjeuner incluse

#### TARIF

200 euros HT / personne

Formation accessible aux personnes en situation de handicap