

Réussir sa prise de parole et ses interventions en public

Prérequis

Aucun prérequis

Objectifs pédagogiques

- Acquérir confiance et aisance dans sa prise de parole en public
- Apprendre à structurer son discours pour le rendre efficace

Public visé

Tout public

Programme

Prise de parole en public : la situation à fort enjeu

- Vous et votre image : exploration des ressources personnelles : atouts et points d'amélioration
- La mobilisation des 3 fonctions (corps, tête, cœur)

Intégrer les composants de la communication non-verbale dans son intervention

- Importance du verbal et non verbal sur le message

Importance de la préparation

- Savoir s'approprier le thème
- Structurer comme un sandwich
- Enrichir le thème de son vécu
- Construire sa carte mentale
- Comprendre ses émotions et neutraliser ses pensées négatives

Capter son auditoire

- Savoir accrocher son auditoire dès l'entrée en scènes
- Interagir avec le public
- Donner du rythme
- Maîtriser les temps
- Être à l'écoute de son ressenti pour mesurer l'impact de son discours
- Prendre en compte « l'état émotionnel » de son public
- Développer son charisme
- Importance de la conclusion : messages à retenir, ré-appuyer le ou les messages forts, donner les perspectives

Gérer son trac et construire sa zone de confort

Réussir sa prise de parole et ses interventions en public

Méthodes et supports pédagogiques

- Pédagogie active et participative
- Définir son plan de progrès
- Echanges d'expérience et discussions
- Exposés, diaporamas, exercice pratiques
- Remise de documentation et supports de formation
- Feuille d'émargement
- Attestation de présence
- Évaluation des compétences acquises : QCM, Cas pratiques, Quiz

L'intervenante

Chantal BENOIST, Consultante, Chef de projet conseil RH, Coaching et Formation. Depuis plus de 20 ans, elle accompagne les managers, les équipes et service RH, dans la recherche de l'efficacité personnelle et professionnelle.

Durée, date et lieu

Durée	Date	Lieu
1 jour (7h) – de 9h à 17h	28 septembre 2023	Cité de l'Agriculture - Orléans

- La confirmation d'inscription vous sera adressée par mail.
- Si la formation devait être annulée faute de participants vous seriez également prévenu par mail 15 jours avant le début de la formation.

Coût de la formation

Tarif adhérent AREA	550,00€ HT (soit 660,00€ TTC) / personne
Tarif non adhérent AREA	650,00€ HT (soit 780,00€ TTC) / personne

Le +

- Un groupe de 12 participants maximum, tous professionnels de l'agroalimentaire afin de partager des expériences et des préoccupations concrètes.
- Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Afin de répondre aux différentes contraintes merci de nous contacter.

