

Réussir sa prise de parole et ses interventions en public

Prérequis

Aucun

Objectifs pédagogiques

- Comprendre les fondamentaux de la communication orale pour identifier ses atouts personnels et ses axes d'amélioration
- Appliquer des techniques de préparation pour structurer son discours de manière efficace
- Analyser l'importance du langage non verbal dans la transmission du message
- Associer le para-verbal pour augmenter l'efficacité de son discours, et capter l'attention de l'auditoire

Public visé

Tout professionnel en contact avec des clients

Programme

Prise de parole en public : situation à fort enjeu

- Explorer vos ressources personnelles Vous et votre image : atouts et points d'amélioration
- Mobiliser les 3 fonctions (corps, tête, coeur)
- Avoir les clés de l'orateur

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

- Comprendre l'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

Ateliers : exercices de diction / mises en situation / préparer et structurer son intervention

Capter son auditoire

- Savoir accrocher son auditoire dès l'entrée en scène
- 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
- Conclure : importance des messages à retenir, ré-appuyer le ou les messages forts, donner les perspectives

•
Atelier : mises en situation

Réussir sa prise de parole et ses interventions en public

Gérer son trac et construire sa zone de confort

Atelier : exercices de respiration

Méthodes et supports pédagogiques

- Pédagogie active et participative
- Echanges d'expériences et discussions
- Exposés, diaporamas, exercices pratiques
- Recueil des besoins
- Évaluation des acquis avant et après la formation
- Évaluation sur le déroulement de la formation réalisée par les stagiaires
- Remise de documentation et supports de formation
- Feuille d'émargement
- Attestation de formation

L'intervenante

Chantal BENOIST – Experte management, efficacité professionnel, RH au sein du cabinet Actiforces

Durée, date et lieu

Durée	Date	Lieu
1 jour (7h) – de 9h à 17h	20 mars 2025	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.

