



# PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC : SOYEZ ACTEUR DE VOTRE DISCOURS

## OBJECTIFS

Acquérir aisance et confiance en soi dans l'exercice de la prise de parole en public. S'approprier les techniques de base tant sur le fond que la forme.

## CONTENU

### Être AUTEUR

- Les questions à se poser en amont en lien avec mon objectif et mon auditoire.
- La méthode pour concevoir le draft : fil rouge, angle d'attaque, idées clés, illustrations et exemples, conclusion.
- Rédiger le plan d'une intervention.

### Être ACTEUR

- Prendre la mesure de la communication non-verbale.
- Travailler et expérimenter :
  - La respiration
  - La posture, l'ancrage, la verticalité, l'occupation de l'espace
  - Le regard : direction
  - La voix : le rythme, la modulation, le volume, les silences
  - La gestuelle intentionnelle.

Se préparer aux QUESTIONS et à L'IMPROVISATION

## PRÉ-REQUIS

Être un acteur du développement de son territoire amené à s'exprimer régulièrement en public.

## PUBLICS

Elus

## VALIDATION

Attestation de fin de formation

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Dispositif d'appréciation des résultats prévu par le Greta

## SERVICES VALIDEURS

Le Greta remet une attestation de formation

## TARIF

Consulter le GRETA

## DURÉE INDICATIVE

9 heures

## A NOTER

### Commentaires sur la durée :

9 heures dont 3 heures en commun puis 3x2 heures en coaching à votre convenance.

### Commentaires sur la méthode pédagogique :

Sur site ou au GRETA Ardèche Drôme -  
La méthode est basée sur un mix d'apports théoriques, de supports visuels et d'exercices pratiques individuels.  
Chaque stagiaire bénéficiera en outre d'un accompagnement individuel par le coach-formateur mettant l'accent sur ses points d'amélioration spécifiques.



**Contacts**

**FICHE FORMATION**

Mise à jour le 8 Février 2022

