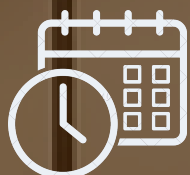


FORMATION PRISE DE PAROLE EN PUBLIC



Améliorer votre capacité à communiquer et à convaincre



2 JOURNÉES
17 HEURES



ELMED
12 RUE DES CHAUFFOURS
95000 CERGY

TARIF

420 TTC

Qualiopi
processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

INSCRIPTION



www.elmedformation.fr

ROSE AMEZIANE

FONDATRICE D'ELMED
FORMATRICE ET CHRONIQUEUSE MEDIA

FORMATION PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

PERFECTIONNER SON ELOQUENCE



2 journées
17 heures



ELMED
12 Rue des Chauffours
95000 CERGY
RER Cergy préfecture
5 min à pied de la station



www.elmedformation.fr



Repas pris en charge

Programme

1ère journée

Introduction

- *Présentation des participants et du formateur*
- *Quels sont vos attentes et vos objectifs ?*
- *Identifier vos axes d'amélioration*
- *Explication des mécanismes de prise de parole en public*

1 : Les fondamentaux du langage non-verbal

- *L'importance de la gestuelle, des micro-expressions et du langage corporel*
- *La mise en action du corps : exercice de lâcher prise et de confiance en soi*
- *Travailler votre ancrage au sol et ajuster votre posture*
- *Placer votre regard*
- *Développer votre gestuelle pour dynamiser votre présence*

2 : Les fondamentaux du langage verbal et para-verbal

- *Savoir placer et porter votre voix en fonction de votre auditoire*
- *Diction, articulation et rythme et intonation pour plus d'impact à l'oral*
- *La maîtrise des silences*
- *Utiliser la respiration diaphragmatique pour mieux projeter sa voix*
- *Exercices de lecture de textes et de discours*

ELMED

3 : Développer son aisance oratoire

- *Lâcher-prise et vous faire confiance*
- *Développer votre instinct et votre ressenti des situations*
- *Oser la théâtralité*
- *Exercices et mises en situation*

2ème journée

1 : Préparer et structurer une intervention

- *Définir l'objectif de son intervention*
- *Concevoir l'accroche d'un message*
- *Préparer ses arguments*
- *Découvrir le triangle rhétorique (Ethos, Pathos et Logos)*
- *Découvrir les différentes familles d'arguments et les structures d'argumentation*
- *Anticiper les objections de son interlocuteur*
- *Outils + exercices pratiques*

2 : Prise de parole filmée

- *Exercices d'improvisation dirigée pour développer son éloquence, sa réactivité et son adaptabilité*
- *Améliorer la confiance en soi et apporter de la souplesse à vos interventions*
- *Gérer les interactions de groupe et se positionner comme leader*

3 : Bilan final

- *Auto-diagnostics – Débriefing entre les participants et le formateur*
- *Recommandations individuelles et plan d'action pour aller plus loin*
- *Remise d'un certificat de réalisation*



MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Cours théoriques et mise en pratiques
- Exercices de mises en situation orale
- Extraits de textes et discours
- Prise de parole filmée avec analyse du formateur
- Support pédagogique

PRIX DE LA FORMATION

- 420€ restauration comprise

INTERVENANTS

- Rose AMEZIANE : Formatrice et chroniqueuse média
- M Mohamed ABDENNEBI, Coach vocal et scénique
- Nabila Kessar : sophrologue



LIEU DE FORMATION

12 Rue des Chauffours 95000 Cergy



ACCESSIBILITÉ

Le site de formation est accessible aux personnes à mobilité réduite



RYTHME

2 jours (14 h)



PRÉ-REQUIS

Maîtrise de la langue française (écrit et oral)/ niveau DELF B2 ou équivalent



PUBLIC VISÉ

Professionnels, demandeur d'emploi, étudiant

MODALITÉS DE SUIVI ET D'EVALUATION

- Questionnaire d'auto-positionnement
- Entretien individuel de positionnement réalisé par téléphone au moment de la candidature
- Exercices et mises en situation
- Evaluation de prise de parole filmée
- Evaluation de satisfaction en fin de parcours
- Attestation de Formation ELMED
- Certificat pédagogique ELMED

LES RÉSULTATS OBTENUS

- Taux moyen de satisfaction globale de nos stagiaires en Formation Continue

(Très satisfait/ Satisfait)

100 %



09 87 14 70 35



contact@elmedformation.fr



www.elmedformation.fr



12 Rue des Chauffours
95000 Cergy