



La prise de parole en public

AFFIRMER SON LEADERSHIP (1J-2J/7H-14H)

Objectifs

- Gérer son stress.
- Gagner en aisance, autorité, énergie.
- Délivrer un message clair et marquant.
- Charmer et captiver ses interlocuteurs.

Contenu

Aisance

Comment être à l'aise pour mettre à l'aise.

Espace et lien

Les 5 fondamentaux pour s'emparer de l'espace et créer le lien avec le public.

Message

Les 3 piliers d'un message percutant et mobilisateur.

Voix

Intéresser, distraire, charmer par la voix (respiration diaphragmatique, projection des sons, intentions vocales).

Prosodie

Gestion du rythme, de l'intention, de la modulation et de l'articulation.

Alternance de théorie et de mises en situation avec et sans caméra. Mises en commun et formalisations par l'animatrice.

En début de formation : diagnostic individuel.

Durant la formation : mises en situation permettant de mesurer les progressions par étapes.

Evaluations et formalisations par l'animatrice.

Support

Un Guide de la prise de parole en public sera distribué aux participants à l'issue de la formation.

Formatrices

Béatrice Toulon/Marlène Reux.

Infos pratiques

12 personnes maximum.

Toutes les personnes désireuses d'acquérir plus d'aisance, de puissance et d'expression dans leurs prises de paroles. Pas de prérequis.

Horaires : 9H00-17H30.

Lieu : Paris, régions.

Tarifs

Inter : 700€/pers/j.

Intra et individuels. Nous consulter : contact@maestria-consulting.com.