

## OBJECTIFS

- Réaliser une présentation orale efficace
- Exploiter ses ressources pour porter son discours
- Favoriser et canaliser les échanges

## PUBLIC

Toute personne amenée à s'exprimer oralement lors de réunions, exposés, présentations de projet ou même d'entretiens de face à face

## PRÉREQUIS

Aucun

## STAGIAIRES PAR SESSION

De 4 à 6 personnes

## TARIF

320 € HT l'inscription par personne,

**Pour plus de renseignements et pour étudier votre projet en formation, nous contacter :**

par téléphone au 05.59.14.04.44

ou par mail : [afpiadour.pau@metaladour.org](mailto:afpiadour.pau@metaladour.org)

## DURÉE

7h soit 1 jour

## ÉVALUATION DES ACQUIS

Jeux de rôle avec mises en situation

## FORMALISATION DES RESULTATS

Attestation de formation

## ACCESIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Pour toute situation de handicap, pour plus d'information contacter nous au 05.59.14.04.44 ou consulter notre site internet : [Accessibilité \(formation-industries-adour.fr\)](http://www.accessibilite-formation-industries-adour.fr)

## MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Méthodes actives et participatives
- Jeux et exercices de communication

 **CONTENU DE LA FORMATION****Préparer sa prise de parole**

- Définir clairement les objectifs de sa prise de parole
- Organiser ses idées et structurer ses interventions
- Créer un environnement favorable

**Réaliser une présentation orale efficace**

- Mieux se connaître à l'oral pour apprendre à maîtriser ses craintes et à exploiter ses atouts
- Communication non verbale : porter le message avec son corps
  - La respiration
  - Le regard
  - Les gestes
  - L'occupation de l'espace
- Communication verbale : prendre la parole
  - Poser sa voix
  - Articuler
  - Utiliser les silences
  - Convaincre et générer la confiance

**Favoriser et canaliser les échanges**

- Susciter la participation
- Pratiquer l'art du questionnement et de la reformulation pour des échanges constructifs
- Renforcer ses qualités d'écoute pour décoder les questions et mieux adapter ses réponses
- Canaliser et maîtriser les échanges et les temps de parole

 **POUR ALLER PLUS LOIN**

Autres formations proposées en Intra-Inter-entreprises :

- Développer son potentiel et améliorer sa communication
- Gérer les situations difficiles et de stress
- Conduite de réunion

**ACCES AU  
PLANNING DE  
FORMATION**