

Prendre la parole en public

La prise de parole en public n'est pas une chose facile pour tout le monde, alors même que sa fonction au sein de l'association peut nécessiter de devoir communiquer à l'oral. Surmonter son stress et son émotivité, cela s'apprend, par l'acquisition d'outils et par la préparation, même pour les personnes les plus introverties, pour développer sa confiance en soi.

Cette formation s'adresse en particulier aux administrateur.trice.s amené.e.s à prendre la parole en public

Public

Administrateur.rice.s voulant approfondir sa technique de prise de parole. Ouvert aux salarié.e.s

Pré-requis : être amené.e à prendre la parole en public

Objectifs

Libérer le potentiel de chacun pour apprendre les techniques et trouver le plaisir de prendre la parole en public

A l'issue de ces 2 journées les participant.e.s repartiront avec des «clefs» à utiliser dans leur quotidien professionnel et privé

Méthode Pédagogique

Atelier très convivial, à l'écoute de la personne dans une ambiance détendue et de mise en confiance. Exercices ludiques. Mises en situation

Intervenant

Jean-Louis AIVADIAN et **Gilles GALIANO**, comédiens formateurs de la Compagnie Sketch Up et du Parvis des Arts

Contenu

La démarche de formation prend en compte les besoins et attentes des participant.e.s et s'appuie sur leurs expériences et leurs ressources.

Elle permet de travailler sur «l'outil» de l'orateur :

Le corps : détente, relaxation, gestion des émotions et du stress

La voix : souffle, diction, articulation

Différentes techniques ludiques d'expression sont proposées pour favoriser un travail individualisé avec repérage des « points forts » et des pistes à travailler

→ **S'inscrire**

Durée : 2 jours

**Dates et lieu : 16 mars et 20 avril 2021
au Théâtre du Parvis des Arts à Marseille**

Tarif par participant.e : Salarié.e : 400 €

Bénévole : gratuit pour les adhérent.e.s

