



**1 jour
soit 7 h**



**Accessible
à tous**

POUR QUI ?

Toute personne désirant être à l'aise ou s'améliorer dans sa prise de parole en public.

FINALITÉS

S'exprimer clairement à l'oral est nécessaire, voire indispensable dans notre société et dans les entreprises. Pour autant vous ne vous sentez pas à l'aise lorsque vous devez présenter ou représenter votre service, votre structure. L'appréhension du « silence », le manque de confiance ou la peur du regard de l'autre taraude 80 % de la population mondiale. Il est pourtant régulier de devoir : exprimer un point de vue, présenter des résultats, valoriser l'activité, porter un projet

Objectifs pédagogiques

- ▶ Identifier ses talents pour gagner en confiance et en aisance
- ▶ Comprendre ses axes de progrès pour s'améliorer step by step
- ▶ Mobiliser et aligner la tête, le cœur et le corps
- ▶ Utiliser les clés de la communication verbale, para verbale et non verbale
- ▶ Être authentique et légitime pour convaincre

Conditions d'intervention

- ▶ Modalités de formation : Présentiel ou Distanciel
- ▶ Rythme : continu ou séquentiel
- ▶ Effectif mini - maxi : inter (entreprise) 3 à 8 / intra (entreprise) 3 à 8

Équivalences et passerelles

- ▶ Sans équivalence et passerelle

Prérequis

- ▶ Sans prérequis

NOS FORMATEURS

- ▶ Formation animée par un consultant bénéficiant d'une expérience conséquente au sein de différents groupes. Nos consultants sont formés aux techniques d'animation et de formation et interviennent dans tous types de structures.
- ▶ Pendant 6 mois le stagiaire a la possibilité de contacter le formateur sur la mise en applications des acquis de formation dans son milieu professionnel.

PROGRAMME DE LA FORMATION

1

ÉVALUER VOTRE CAPACITÉ À COMMUNIQUER

1.5h

- ▶ Se questionner sur ses talents ?
- ▶ Evaluer sa capacité à prendre la parole
- ▶ Utiliser le feedback pour être conseillé
- ▶ Identifier son plan de progrès et son envie de progresser

2

ANTICIPER SA PRISE DE PAROLE

2h

- ▶ Se préparer : élément essentiel de la prise de parole
- ▶ Apprendre à se détendre et à ressentir les zones de tension
- ▶ Se libérer et gagner en qualité de présence
- ▶ Théâtraliser sa communication
- ▶ Être flexible face à ses interlocuteurs

3

S'ENTRAÎNER À LA COMMUNICATION ORALE

1.5h

- ▶ Présenter un exposé simple
- ▶ Réussir à prendre sa place face au groupe
- ▶ Improviser : exercice de style incontournable pour être à l'aise

4

SE PERFECTIONNER AUX DISCOURS

1.5h

- ▶ Apprendre à structurer sa pensée
- ▶ Gérer son temps de parole
- ▶ Se fixer un objectif avec son auditoire
- ▶ Devenir éloquent et améliorer sa prononciation

5

VOTRE PLAN DE PROGRÈS ET DE DÉVELOPPEMENT

0.5h

Modalités pédagogiques

- ▶ Exposé théorique et pratique par le formateur
- ▶ Échanges et analyses des expériences vécues par les participants avec les pistes de solutions
- ▶ Mises en situation pour une parfaite intégration de nos méthodes

Nature de la validation

- ▶ La formation dispensée sera récompensée par la remise d'un certificat de réalisation (nature, dates, durée, objectifs de la formation suivie)

Outils pédagogiques et techniques

- ▶ Locaux respectant les critères d'Établissements recevant du Public (ERP) en terme de taille, disposition et équipement de la salle
- ▶ Paper board, vidéoprojecteur, prise de branchement pour matériel informatique (PC, enceintes, ...)
- ▶ Remise d'un support pédagogique à la fin du stage
- ▶ Assistance technique

Modalités du suivi de formation

- ▶ Auto-évaluation proposée en fin de formation pour mesurer le niveau de connaissances, la satisfaction et l'utilité perçue de la formation. Dans ce cadre, le participant donne son appréciation sur :
- ▶ Le contenu (respect du programme et des objectifs, intérêt des contenus, ...)
- ▶ L'animation (expertise du consultant sur le sujet, relations avec le groupe...)
- ▶ La pédagogie (équilibre entre les apports théoriques et pratiques...)
- ▶ La logistique (état des salles, qualité des supports pédagogiques...)
- ▶ La mise en œuvre envisagée (plan d'actions...)

RÉFÉRENTS

- ▶ Responsable Formation : **Dominique VALADON** - dvaladon@artus-rh.com - Tél : 06 69 15 99 70
- ▶ Référent administratif, handicap et technique : **Coralie MOYER** - cmoyer@artus-rh.com
Tél : 06 69 04 38 82
- ▶ Référent pédagogique : **Nathalie MAUJOIN** - nmaujoin@artus-rh.com - Tél : 07 61 99 43 10

ACCESSIBILITÉ

- ▶ Processus précis et concret : identification d'un potentiel handicap – détermination de la typologie du handicap (moteur, auditif, visuel, intellectuel, psychique ou visuel) – mise en place des compensations possibles et personnalisables en adéquation avec le besoin du stagiaire. L'ensemble des étapes est réalisé par le chef de projet avec l'assistance de la référente pédagogique handicap : **Coralie MOYER – cmoyer@artus-rh.com – Tél : 06 69 04 38 82**

- ▶ Respect de la réglementation concernant l'accessibilité aux personnes en situation de handicap et application des conditions d'accueil et d'accès des publics en situation de handicap.
- ▶ Vous trouverez via le QR code toutes les conditions d'accès d'Artus RH



Toutes nos salles de formation sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.