

# S’AFFIRMER LORS DE LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

## DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



### Objectifs

- Savoir transmettre un message oral avec force, conviction, aisance et efficacité
- Acquérir les techniques de l’expression orale
- Acquérir une méthodologie pour préparer son intervention orale

### Public

Tout public amené à prendre la parole en public

### Méthode pédagogique

- Alternance de méthodes actives et d’apports théoriques, simulations vidéo, exemples concrets, exercices, échanges.

### Équipe pédagogique

#### Intervenant

Intervenant expérimenté  
en Communication et Développement Personnel

### Attestation de formation

*Attestation de formation stagiaire*  
remise à chaque participant en fin de formation

### DURÉE

**2 jours soit 14 heures**

### DATES

Nous consulter

### HORAIRES

08h30 – 12h00 et 13h30 – 17h00

### TARIF

**Selon formule choisie  
(Inter ou Intra)**

### LIEU

Centre de Formation Consulaire de  
Montauban ou site de votre Entreprise

### LES ATOUTS DE LA FORMATION

- Échanges / enrichissement dans le groupe
- Méthodes actives (simulations vidéo, exercices, etc.)

# CCI formation 82

 CCI MONTAUBAN  
ET TARN-ET-GARONNE

PLUS DE 30 ANS D’EXPÉRIENCE DANS LA FORMATION

61 avenue Gambetta – BP 527  
82065 MONTAUBAN Cedex

Contactez-nous au 05 63 21 71 00  
[www.cci-formation.fr](http://www.cci-formation.fr)

## PROGRAMME

### LES TECHNIQUES DE L'EXPRESSION ORALE

- La voix
- La respiration et la gestion du souffle
- Le regard
- Les gestes
- Le style oral
- Trac et stress : les comprendre pour mieux les maîtriser
- L'écoute active : poser des questions et reformuler
- Décrire, convaincre, raconter

### LA PRISE DE PAROLE EN ELLE-MÊME

- Préparer « l'intervention »
- Réussir un exposé
- Répondre à une question
- Relancer la discussion
- Conclure

**CCI formation 82**

 **CCI MONTAUBAN  
ET TARN-ET-GARONNE**

PLUS DE 30 ANS D'EXPÉRIENCE DANS LA FORMATION

61 avenue Gambetta – BP 527  
82065 MONTAUBAN Cedex

Contactez-nous au 05 63 21 71 00  
[www.cci-formation.fr](http://www.cci-formation.fr)