

### Être à l'aise à l'oral

#### \* Objectifs :

\* Savoir intéresser et convaincre un auditoire lors d'une réunion, d'une conférence, ou d'un discours en public.

\* Être à l'aise dans les situations de prise de parole.  
\* Adapter sa relation à l'autre.  
\* Transmettre un message clair et structuré

#### \* Contenu :

##### Utiliser le corps comme moyen d'expression.

Décrypter le non verbal (les territoires les postures, le visage, les gestes qui parlent).

##### Utiliser sa respiration pour porter sa voix.

Déclamer pour être entendu, écouté et compris

Gérer « le face public » en adaptant la bonne posture

##### Prendre conscience de son "moi"

##### Gérer ses émotions.

##### Prendre la parole pour :

Attirer l'attention

Susciter l'intérêt

Amener à la réflexion

##### Gérer les interactions

Utiliser les techniques de persuasion, gérer les objections, calmer l'agressivité

Gérer les phénomènes de groupe (abstrait, fusionnel...)

##### Préparer et structurer son message.

Définir un objectif

Identifier le contexte et le public

Construire son message

Adapter ses supports en fonction des objectifs.

Utilisation des supports de présentation (vidéo, photos, diapositives)

#### \* Méthodes pédagogiques :

Méthode active : Mises en situation, Exercices individuels ou collectifs, Improvisations, jeux de rôles, utilisation de Powerpoint pour les conférenciers. Un support électronique ou papier reprenant les aspects théoriques est remis à la fin du module.

#### \* Modalités et délais d'accès :

Propositions de dates (sessions disponibles dans le mois) et demandes d'informations par mail (réponse sous 72h)

#### \* Prérequis :

Aucun

#### \* Durée :

Présentiel : 14 heures

Distanciel : 12 heures  
en 4 séances

#### \* Modalités d'évaluation :

Attestation de compétences

#### \* Accessibilité :

Accessible aux personnes en situation de handicap, contactez Mme PEZE Estelle ([estelle.peze@anfissa.fr](mailto:estelle.peze@anfissa.fr) / 06.95.43.99.73.)

#### \* Effectif/session :

2 à 6 personnes

#### \* Tarifs :

Devis sur demande

