



## Programme de formation

**05 septembre 2022**  
de 09h30 à 17h00  
Accueil à partir de 9h

**Montpellier**  
Hotel de ville de Montpellier  
1, place Georges Frêche  
34267 Montpellier cedex 2

# Maîtriser les fondamentaux de la prise de parole, module niveau 1

## Point fort de cette formation

La prise de parole est un exercice incontournable du mandat d'élu·e local·e. Pour se faire comprendre, capter l'attention et convaincre, la maîtrise de cette prise de parole est impérative. Mais la communication orale ne s'improvise pas. Cette formation permettra d'appréhender les éléments fondamentaux des techniques oratoires. Elle s'inscrit dans une série de formations qui permet, dans une dynamique de progression, de perfectionner sa prise de parole quelle que soit la situation.

## Objectifs opérationnels

- Apprendre à structurer une intervention orale et à argumenter
- Savoir canaliser votre stress pour en faire un allié
- Développer votre charisme oratoire et votre confiance en vous
- Prendre la parole avec authenticité

## Programme

- **les fondamentaux de la prise de parole**
  - Structurer votre discours pour capter et retenir l'attention
  - Réussir l'introduction et la conclusion
  - Préparer vos prises de parole avec efficacité
- 
- **incarner sa prise de parole**
  - Comprendre et gérer le stress de prendre la parole en public
  - Maîtriser son langage non-verbal pour marquer davantage les esprits
  - Prise de parole improvisées en temps limité suivies de retours personnalisés

## Méthode pédagogique et pré-requis



Centre d'écodéveloppement et d'initiative sociale  
3-5 rue de Vincennes 93 100 Montreuil  
Tel: 01 41 58 52 40 Fax: 01 42 87 05 80  
Association loi 1901 - Siret 420 686 628 00041 - APE 913E / NAF : 9499Z  
cedis@cedis-formation.org - <http://www.cedis-formation.org>



## Programme de formation

**05 septembre 2022**  
de 09h30 à 17h00  
Accueil à partir de 9h

**Montpellier**  
Hotel de ville de Montpellier  
1, place Georges Frêche  
34267 Montpellier cedex 2

Alternance d'apports théoriques, de partage d'expérience, de mises en situation. Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

## Intervenante

Raphaëlle Martin, formatrice & coach en prise de parole en public, enseignante en rhétorique

