

# INITIATION - Prendre la parole en public : les fondamentaux

## Pourquoi cette formation ?

Prendre la parole en public ou lors d'une réunion est parfois vécu comme un moment difficile. Cette formation est orientée sur la mise en pratique pour permettre aux participant-es de progresser rapidement.

### Objectif principal

Être capable de prendre la parole avec aisance pour faire passer un message clair à son auditoire.

### Objectifs opérationnels

- Acquérir une méthode pour préparer et améliorer ses interventions, apprivoiser son stress et gagner en aisance.
- Présenter et exprimer clairement ses idées pour faire passer les messages essentiels.
- Maintenir l'intérêt de son auditoire, en utilisant des outils de communication verbale et non-verbale.
- Savoir s'exprimer dans un temps imparti et mesurer l'impact de son intervention orale.

## Contenu

Comprendre ce qui est important dans les premières secondes et dans les premières minutes de l'intervention.

Appréhender l'ensemble des composantes verbales et non verbales : attitude, posture, gestuelle, regard, voix, éléments physiques à prendre en compte, rythmes de la parole.

Réguler son trac et rendre son discours facile à comprendre (structure claire, chiffres, etc.).

Savoir improviser et faire face aux imprévus (questions pièges, tentatives de déstabilisation, soucis logistiques, etc.).

Faire un bilan après chaque intervention.

Cas de conflit : communiquer de façon respectueuse en toutes circonstances.

2 formules au choix :

- Mises en situation filmées et débriefing à partir des enseignements vidéos





Ou

- Mises en situation réelles (jeux de rôle)

## Méthode pédagogique et pré-requis

- Formation tous niveaux, qui nécessite pas de pré-requis.
- Alternance d'apports théoriques et de cas pratiques, d'illustrations et d'échanges afin d'identifier les bonnes pratiques.
- Les stagiaires seront évalués par questionnaire, en début et fin de formation, afin de mesurer l'acquisition des savoirs.

## Format

Formation déclinable sur 1 ou 2 journée(s).

## Public cible

Elu-es et collaborateur-trices d'élu-es, agents de la fonction publique, acteur-trices travaillant avec les collectivités locales (structures privées, associatives...).

Pour les personnes en situation de handicap: contacter [le référent](#) Cédis.

## Inscriptions

Pour les élu-es : [modalités de financement et d'inscription](#) .

Pour les agents de la fonction publique, les salarié-es, ou autres : [modalités de financement et d'inscription](#) .

-  
-

