

ATELIER PRISE DE PAROLE EN PUBLIC



Les choses les plus importantes dans la communication sont parfois celles qui ne sont pas dites... Si les paroles peuvent avoir un impact évident, notre gestuelle et notre attitude peuvent en dire bien plus long que de simples mots. Prendre conscience de cette dimension non verbale de la communication et la comprendre vous permettra d'être plus impactant dans votre prise de parole. Avec les techniques de l'improvisation, vous serez capable de .

Programme:

Savoir gérer ses émotions

- ⇒ Comprendre les mécanismes du stress
- ⇒ Contrôler sa respiration pour se détendre
- ⇒ Recadrer sa perception pour améliorer son estime de soi
- ⇒ Savoir face place à la spontanéité

Savoir exprimer ses idées oralement

- ⇒ Comprendre les différents types de communication (verbale, para verbale, non verbale)
- ⇒ Maîtriser le ton, le débit et le débit de sa voix
- ⇒ Savoir ajouter de la corporalité dans son discours
- ⇒ Mobiliser l'attention de son auditoire

Jeudi 22 novembre de 9h30-12h30 et de 14h à 16h30
À la Salle des Fêtes, 36 rue du Général Leclercq à HEM

Bulletin d'inscription

à retourner à contact@uracen.org ou inscription en ligne

<https://doodle.com/poll/hntxpi6n69dukqm4>

Association / Communes :
Adresse :
Téléphone :
Email :

Souhaite s'inscrire à l'atelier PRISE DE PAROLE EN PUBLIC
Jeudi 22 novembre de 9h30 à 16h30
A la salle des Fêtes de Hem 36 rue du Général Leclercq

Prénom (s) et nom (s) du (des) participants :

.....
.....
.....
.....
.....