

Intervenant :

Email :



## PUBLIC

- Elus communaux
- Agents et cadres territoriaux

**Durée :** 8 Heures

## MODALITÉS D'INSCRIPTION :



- Éligibilité au droit individuel à la formation\*
- Inscription via le budget votre collectivité\*
- Inscription individuelle



## DISPOSITIF DE SUIVI ET RÉSULTATS DE LA FORMATION

- Questionnaire d'identification des besoins
- Convocation
- Attestation de participation
- Évaluation de la formation à l'issue de la journée
- Évaluation de la formation à froid



## PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis n'est nécessaire pour cette formation.

## ÉVALUATION :



- À une pédagogie interactive
- Au traitement de cas pratiques en cours de formation
- À des exercices et questionnaires en cours de formation
- À une évaluation à la suite de la formation



**Accessibles aux personnes en situation de handicap.**

## OBJECTIFS

Pour prendre la parole en public, il faut être préparé afin de transmettre un message. Pour ce faire, il est préférable de se positionner, de se connaître et de connaître ses forces et ses faiblesses. Le regard et la posture, la respiration et l'articulation, l'écoute et la relation à l'autre sont donc primordiaux.

IFTES propose aux personnes qui doivent prendre des positions publiques une formation pour acquérir des outils afin de ne pas se trouver en difficulté dans les rapports avec le public, agents ou journalistes avec lesquels ils peuvent avoir à échanger.

### A l'issue de la formation, les stagiaires auront la capacité de :

- Prendre conscience de l'impact de son comportement non-verbal dans la communication
- Etablir un diagnostic complet et déterminer les axes de progrès de chacun
- Être capable d'intervenir dans une réunion, face à tout public
- Apprendre à gérer son trac, développer son éloquence et amplifier l'impact de son discours
- Prendre connaissance des règles et techniques oratoires et s'exercer à les maîtriser

## PROGRAMME

### La mise en présence du corps

- Totémisation, verticalité et élévation
- Le butinage du regard
- La présence vocale
- L'adaptation permanente
- L'improvisation et le parler spontanément
- L'expression émotionnelle
- La spirale mimétique
- L'orchestration des gestes
- La variation incessante
- L'aisance respiratoire

### Dépassement de soi et exploration de l'invisible

- Comprendre l'origine du stress
- Surmonter la peur de parler et le stress en toutes situations
- L'affirmation de la force
- Le sentiment de toute puissance
- La colonne d'air et les postures bloquantes
- La captation durable de l'attention
- La gestion des échanges et l'interaction avec l'auditoire
- La valorisation de soi
- La confiance en soi
- Communiquer autrement avec son corps pour être plus percutant

Reproduction de cas concrets, analyse, points d'achoppement, erreurs à ne pas commettre



## NOUS CONTACTER :

- Référente handicap :
  - E : [refhandicap@ct-iftes.com](mailto:refhandicap@ct-iftes.com)
  - T : 09 77 19 76 04
- Référente pédagogique :
  - E : [refpedagogie@ct-iftes.com](mailto:refpedagogie@ct-iftes.com)
  - T : 07.87.28.52.88
- Référente logistique :
  - E : [reflogistique@ct-iftes.com](mailto:reflogistique@ct-iftes.com)
  - T : 06.11.36.96.72

**DATE DE MISE À JOUR : 07/03/2022**

**IFTES** - 23 rue du Trou Grillon 91280 St Pierre du Perray  
[www.iftes.com](http://www.iftes.com) - [contact@ct-iftes.com](mailto:contact@ct-iftes.com)  
N° de siret : 88439385100024  
Numéro de déclaration d'activité : 11910890891