

## PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC : DOMESTIQUEZ LA BÊTE !

TERREUR! Je dois prendre la parole devant un groupe. À l'école secondaire, je simulais une maladie grave les jours d'exposés oraux... aujourd'hui, je ne peux plus me défilier, que dois-je faire ? Tôt ou tard, vous aurez à prendre la parole devant un groupe de gens. Que ce soit devant 5 ou 200 personnes, cette formation vous permettra d'obtenir des outils, trucs et conseils pour être plus à l'aise lorsque vient le temps de prendre la parole en public.

L'objectif de la formation est de fournir aux participants les outils de base pour une prise de parole en public réussie.

### ÉLÉMENTS ABORDÉS

- Identifier l'objectif de votre présentation
- Connaître son auditoire
- Le langage verbal et non verbal
- L'attitude
- La tenue vestimentaire
- Gérer le stress

