

Date de mise à jour : 26/05/2023



PUBLIC

Pour toute personne active : salarié, demandeur d'emploi, indépendant.

PRÉREQUIS

Aucun.

TARIF

Individuel > 2 000 euros
Collectif > 1 700 euros

DURÉE

25 h

MODALITÉS

Éligible au CPF
Formation individuelle ou collective
Formation certifiante
En présentiel

ACCESSIBILITÉ



MOOVÉUS

Formations qui boostent votre carrière

www.mooveus.fr

OBJECTIFS

- > Utiliser de façon pertinente les facteurs de la prise de parole : voix, respiration, souffle, intonation
- > Surmonter inquiétudes, émotivité, savoir faire face à toutes les situations
- > Préparer son intervention professionnelle ou personnelle : contenus, matériels, mise en scène

PROGRAMME

14 h d'apprentissage avec un formateur + 10 h en e-learning + 1 h de certification

MODULE 1 > SAVOIR PLACER SA VOIX (BASES TECHNIQUES)

- Développer sa voix pour gagner en confiance
- Renforcer l'expression orale en utilisant les résonateurs de la voix et permettre un message compréhensible
- Développer l'articulation pour avoir une voix impactante
- Faire des pauses
- Utiliser les silences, varier le rythme, le débit... pour rendre son intervention vivante

MODULE 2 > LIER CORPS, VOIX, MESSAGE ET IMAGE

- Utiliser et contrôler la respiration pour libérer sa voix
- Mobiliser sa posture, sa gestuelle, sa voix, son regard et les expressions faciles pour animer et dynamiser son intervention
- Maîtriser son trac pour être plus performant
- Donner une image professionnelle et positive
- Gagner en sens de la répartie
- Inspirer confiance

MODULE 3 > PRÉPARER SON INTERVENTION

- Préparer et structurer sa présentation
- Utiliser l'écoute active pour adapter son discours et faciliter la réception du message

LES POINTS FORTS

- > Certification incluse
- > Formateurs experts de la prise de parole
- > Formation par petits groupes
- > 1 an d'accès illimité à la plateforme numérique AddViseo et aux multiples outils et ressources pour faire avancer et développer votre projet.