



aXel Perf

L'accélération économique
par l'opérationnel

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC



OBJECTIFS FORMATION :

- ✓ Combattre ses peurs et gérer son stress
- ✓ Améliorer son charisme
- ✓ Renforcer sa présence
- ✓ Maîtriser son langage non-verbal
- ✓ Optimiser ses performances à l'oral
- ✓ Établir une connexion et captiver son public
- ✓ Apprendre à improviser

MOYENS PÉDAGOGIQUES :

- ✓ Échange interactif
- ✓ Mises en situation
- ✓ Exercices en groupe
- ✓ QCM

DURÉE



- ✓ Délai d'accès : Trois semaines
- ✓ Durée de la formation : Deux jours

P
R
O
G
R
A
M
M
E



MODULE 1 : LE REGARD POUR GAGNER CONFIANCE EN SOI ET CRÉER LA CONFIANCE EN L'AUTRE

- ✓ Les trois types de regards
- ✓ À quoi sert le regard ?
- ✓ Mise en pratique



MODULE 2 : LA VOIX ET LE LANGAGE POUR GAGNER EN PRÉSENCE ET AUGMENTER L'ATTENTION

- ✓ Le rythme
- ✓ Le ton
- ✓ Le volume
- ✓ Le silence
- ✓ Mise en pratique



MODULE 3 : LA POSTURE ET LES GESTES POUR INCARNER SON DISCOURS ET DÉVELOPPER SON CHARISME

- ✓ Les six postures à éviter, et pourquoi ?
- ✓ Le corps dans l'action au service du discours
- ✓ Mise en pratique



aXel Perf

L'accélération économique
par l'opérationnel

PRISE DE PAROLE EN PUBLIC



MODULE 4 : LA GESTUELLE VENANT SERVIR LE DISCOURS

- ✓ Le corps dans l'action
- ✓ Les deux catégories de gestuelle
- ✓ Mise en pratique

Formateur : **Damien Laffon**

Passionné par la découverte de soi et le développement personnel, Damien Laffon est titulaire d'un Master en Ressources Humaines de l'École de Commerce Kedge, et Maître Praticien et coach PNL.

Damien Laffon accompagne les particuliers comme les professionnels à répondre à leurs enjeux de communication face à un auditoire en présentiel.

Date : à déterminer

Lieu : à déterminer

Durée : 2 jours

Tarif : 750€ par jour par stagiaire

Contact : formation@axelperf.com ou au
04.68.05.49.65



aXel Perf

L'accélération économique
par l'opérationnel

INSCRIPTION



Date à déterminer



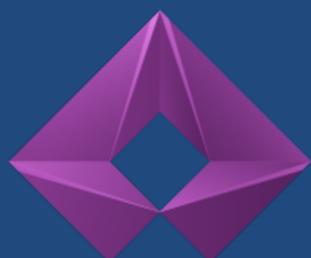
Perpignan, Montpellier, Toulouse Intra-entreprise / Extra-entreprise



Délai d'accès moyen de trois semaines



Tout public, accessible aux personnes en situation de handicap



aXel Perf

L'accélération
économique par
l'opérationnel

CONTACT INSCRIPTION

Email : formation@axelperf.com

Téléphone : 04.68.05.49.65