

## PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

« Savoir s'exprimer en conseil municipal, faire passer ses idées, gérer ses émotions sont un enjeu majeur pour tout élu. En outre, présenter un projet à la population lors d'une réunion publique nécessite de connaître quelques techniques de base. Cette formation peut aussi servir à bâtir un discours. ».

### Objectifs pour les élus

Etre capable d'adapter et de préparer ses messages face à un public : tel est l'enjeu majeur de ce stage. Cette formation conçue comme un entraînement à la communication permet de développer son potentiel de communicant à l'oral. Il permet aussi de connaître ses axes d'amélioration grâce à des exercices chronométrés.

### Programme

- L'analyse du public : comment s'adapter à son public.
- Les objectifs, les messages essentiels et l'angle d'un discours.
- La préparation et de la répétition pour être plus à l'aise en public : 80% de la réussite.
- L'importance de l'enthousiasme et de vivre son intervention.
- Comment rendre un discours concret et vivant en ajoutant : une accroche, une chute, des anecdotes, des exemples, des chiffres et des statistiques.
- Parler dans le respect du temps imparti.
- La gestion du trac et des émotions : comment les surmonter.
- La respiration, les ancrages et la visualisation positive.
- La voix, l'articulation, le débit de parole : la voix 38% du message.
- Le SGAR (sourire, gestuelle, ancrage, regard)

#### PUBLIC CONCERNÉ

- ✓ CONSEILLERS  
MUNICIPAUX
- ✓ ADJOINTS
- ✓ MAIRES

### Méthode

Nombreux exercices de rédaction et d'interview.  
Alternance de théorie et de pratique.

#### Pour en savoir +

##### Aric

13 Place des Marelles  
BP 27305

35573 Chantepie Cedex

Tél. 02 99 41 50 07 – Fax. 02 99 41 51 33

Email : [info@aric.asso.fr](mailto:info@aric.asso.fr) - [www.aric.asso.fr](http://www.aric.asso.fr)