

## Prendre la parole en public

1 jours 7,00 heures

Programme de formation

### Public visé

L'ensemble des élu.e.s

### Points forts

Prendre la parole en public fait partie intégrante du rôle d'élus. L'objectif de cette formation est de structurer son message, gérer ses émotions et s'adapter aux réactions de l'auditoire pour gagner en aisance et en impact.

### Pré-requis

Pas de pré-requis

### Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation l'élus.e sera en capacité de :

- Estimer et prendre en compte les attentes du public
- Elaborer son message et structurer le contenu de la prise de parole
- Améliorer son aisance à l'oral et gérer ses émotions

### Description / Contenu

Une question de posture :

Qui parle ? (Positionnement et gestion des émotions)

- A qui parlez-vous (notion de cible) ?
- Le message et l'objectif
- La notion "d'alignement" (être convaincu pour être convaincant)

A chacun son style :

- Les différents styles d'orateur : identifier son style
- Le choix des mots et les techniques oratoires

Construire son discours :

- La structure qui fonctionne (depuis l'Antiquité)
- Les règles de base d'un échange constructif

Et "comment dire ?" :

- Ancrage, mobilité et respiration
- Prononciation, diction et articulation

### Informations sur l'admission

Selon le type de formation : Pour les formations sur calendrier vous pouvez vous inscrire en vous connectant au site ou en remplissant le bulletin d'inscription à télécharger en cliquant ici au plus tard 11 jours avant la date de la formation.

Pour organiser la formation sur votre territoire contactez-nous directement.

Vous pouvez retrouver les tarifs et les modalités de prise en charge de nos formations sur le site

<https://www.formationdeselus.bzh/infospratiques/>

[nos-tarifs-de-formation](#)

ARIC 13 place des Marelles BP27305, 35573 CHANTEPIE Cedex Tél. 02 99 41 50 07

E-mail : [info@aric.asso.fr](mailto:info@aric.asso.fr) - site internet : <https://www.aric.asso.fr/> SIRET : 77775059700042

Agrément du Ministère de la Cohésion des territoires et des Relations avec les collectivités territoriales pour la formation des élus locaux

Déclaration d'activité formation 53351107935 enregistrée auprès du préfet Bretagne ce numéro ne vaut pas agrément de l'État





Contact : par téléphone au 02 99 41 50 07 par mail à [info@aric.asso.fr](mailto:info@aric.asso.fr) ou par courrier à ARIC 13 Place des Marelles - BP 27305 35573 CHANTEPIE CEDEX

## Modalités pédagogiques

Alternance de théorie et de pratique, nombreux exercices de prise de parole. Exercices ludiques et concrets pour optimiser votre gestuelle, votre voix et votre articulation. Aides méthodologiques pour bâtir des discours et des PowerPoint. Retour personnalisé pour chaque participant.

## Moyens et supports pédagogiques

Un support de formation sera fourni à chaque participant, il contient le déroulé de la formation avec la progression de la journée, les différentes séquences et contenus pédagogiques ainsi que les ressources (bibliographie, sitographie...).

## Modalités d'évaluation et de suivi

Des bilans collectifs sont effectués lors de la formation afin de mesurer les écarts potentiels entre les objectifs de départ et le déroulement effectif de la formation ainsi que l'acquisition et le transfert de connaissances. Ces bilans se matérialisent sous forme de tours de table de questions aux participants. A l'issue de la formation, des questionnaires d'évaluation sont distribués aux participants et au formateur. Ils sont complétés sur place. Un questionnaire à froid est envoyé quelques mois après la formation. Ces évaluations permettent de recueillir, à court et moyen terme, des données quantitatives et qualitatives sur la réalisation de la formation, l'atteinte des objectifs et les futurs besoins en formation. Elles sont traitées par l'Aric.

## Informations sur l'accessibilité

Afin d'organiser votre participation dans les meilleures conditions et de nous assurer que les moyens de la formation seront adaptés à vos besoins, vous pouvez contacter la référente handicap par mail ou par téléphone : [a.berger@aric.asso.fr](mailto:a.berger@aric.asso.fr) 02 99 41 50 07

Les salles dans lesquelles se déroulent les formations satisfont aux critères de certification d'établissements recevant du public. L'ARIC vérifie leur adéquation avec le déroulement pédagogique de la formation, le nombre de participants et leur situation géographique. Chaque session est encadrée par un formateur ou une formatrice qui est garant de la bonne tenue de la formation (horaires, présence des participants, transmission des savoirs). Le nombre de participants est compris entre 10 et 20 personnes par session.

## Profil du formateur

### **FRESSE-ELIAZORD Alexandra**

*Coach et consultante en communication, son parcours professionnel l'a amenée à aborder pendant 20 ans les techniques de communication dans diverses dimensions : communication publique, relations presse, écriture pour le web...tant dans le privé que dans le public. Après avoir été plume pendant 3 an d'un président de Région, elle a écrit deux ouvrages professionnels à destination des élus, sur l'écriture de discours et sur la prise de parole en public. Ses formations visent à permettre à chacun de se sentir à l'aise dans les exercices d'expression écrite et orale qu'impose la fonction, tout en restant fidèle à soi-même : "à chacun son style." Elle est membre du Conseil d'administration de La Guilde des Plumes, association des professionnel-les de l'écriture "pour les autres".*

### **GAUTIER Cécile**

*Cécile Gautier, formatrice de réussites collectives et individuelles, aime poser des questions, faire réfléchir pour permettre aux collectivités, aux agents et aux élu.e.s de développer leur organisation ainsi que l'impact de leurs interventions et leur donner toutes les cartes pour assurer leurs fonctions sereinement. Le fait d'intervenir à la fois auprès d'élu.e.s et d'agents communaux lui permet d'avoir une vision globale des enjeux d'une commune. Qu'elle intervienne auprès de petites communes ou de collectivités comptant plusieurs milliers d'agents, son objectif est fluidifier les relations humaines pour développer des collectivités collaboratives et efficaces.*

>> Découvrez en vidéo cette session de formation comme si vous y étiez !

ARIC 13 place des Marelles BP27305, 35573 CHANTEPIE Cedex Tél. 02 99 41 50 07

E-mail : [info@aric.asso.fr](mailto:info@aric.asso.fr) - site internet : <https://www.aric.asso.fr/> SIRET : 77775059700042

Agrément du Ministère de la Cohésion des territoires et des Relations avec les collectivités territoriales pour la formation des élus locaux  
Déclaration d'activité formation 53351107935 enregistrée auprès du préfet Bretagne ce numéro ne vaut pas agrément de l'État