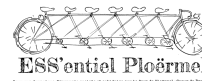


# PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC POUR PRÉSENTER SON PROJET, SON ASSO.



**ORGANISATEUR(S) :** ESS'ENTIEL PLOËRMEL

**THÈME :** GESTION DE PROJET, COMMUNICATION



Initiation



Gratuit



1 jour



Présentielle

## PUBLIC / CONDITIONS D'ACCÈS

Tout membre d'une association

## Pour qui ?

La formation s'adresse plus particulièrement aux **femmes porteuses de projets entrepreneuriaux et/ou associatifs** (membres actuelles ou futures de collégiales ou conseils d'administration d'associations).

**Pré-requis :** venir avec quelques éléments de présentation de son projet

Les exercices proposés permettent aux participantes **de gagner en confiance pour convaincre** les parties prenantes de leur projet ou structure (financeurs, élus, collectivités, habitants, futurs clients, bénévoles, partenaires...).

La formation a été imaginée par Nicolas Rivals et Olivia Le Divellec (10 doigts compagnie, metteur.euse en scène et formateur.ice, également porteur.euse de projets, formé.e via le CREOPSSE et le TAG 22)

## DESCRIPTIF DE LA FORMATION

### Objectifs de la journée :

- Construire une présentation orale et structurée avec les outils du théâtre.
- Prendre confiance en soi et connaître ses qualités à l'oral, renforcer sa légitimité.

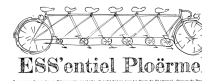
En prenant en compte les spécificités de chacun des parcours, nous travaillerons à **développer l'aisance à l'oral** et à dépasser les appréhensions de chacune. Nous travaillerons également la nécessité de **savoir se passer la parole** si un même projet est porté par plusieurs personnes.

L'approche pédagogique est **progressive**, et vise à repérer les peurs ou les craintes, s'il y en a, pour ensuite les dépasser.

### Le programme de la journée :

- travailler la présentation orale *préparée* à partir d'un texte écrit ou d'un conducteur.
- travailler la présentation orale *improvisée* à partir de notes préparées et retenues.
- travailler la prise de parole *improvisée sans note et sans préparation*.

# PRENDRE LA PAROLE EN PUBLIC POUR PRÉSENTER SON PROJET, SON ASSO.



- des exercices ou des jeux de théâtre en étant debout, assises, seules, à deux, à trois, tous.tes ensemble. En cercle, loin.
- écouter et regarder les autres tout le temps. Parce qu'on progresse tout autant, voire plus, à l'oral en regardant qu'en faisant et parce qu'on progresse aussi en étant regardée et écoutée.

Les éléments abordés lors de la formation :

- Techniques de prise de parole en public
- Gestion du stress, du trac
- Communication verbale, non-verbale
- Positionnement du corps et gestuelle...

**Au programme** : Pas de stress ! Mais du rire, du plaisir, des émotions. Et à la fin de la journée, la certitude d'avoir progressé.

## DATE(S) DE LA FORMATION

**27 mai 2024**

9H30-13H00/14H00-17H30

## LIEU DE LA FORMATION

Le Champ Commun - 1, rue du Clos Bily  
Salle d'activités  
56800 Augan

## POUR S'INSCRIRE



0641548570



contact@essentiel-ploermel.fr



<https://framaforms.org/inscription-forma...>

## STRUCTURE FORMATRICE



ESS'entiel Ploërmel



Voir la présentation de cette structure