

Maîtriser l'Art de la Prise de Parole - Module 2

De la préparation mentale à la structuration du discours



Jeudi 29 janvier 2026



Intervenante : Roxane CLESSE



En distanciel



9h - 12h30

Objectif de la formation

✓ Ce cycle de formation “*Maîtriser l'Art de la prise de parole : Transformer votre stress en assurance*” a pour objectif de briser le cercle vicieux du stress en public et de vous former à prendre la parole avec assurance, clarté et conviction.

Cette formation fournit les outils psychologiques, techniques et pratiques pour faire de chaque intervention une réussite.

Programme

- **Le fond et la forme** : apprendre à choisir, organiser et structurer ses idées pour délivrer un message clair et mémorable. Maîtriser l’élaboration de supports d’intervention percutants.
- **Gérer ses émotions** : Techniques avancées pour préparer son corps et son esprit. Transformer l’appréhension en énergie positive.

Contenu : théorie participative sur la préparation et structuration d’une prise de parole ; réalisation d’une fiche support d’intervention.

Inscription

Inscription par le DIF Elus



pour un financement
par la CDC



ou

Inscription auprès de l’AMF42

pour un financement
par la collectivité

