

## Maîtriser l'Art de la Prise de Parole - Module 3

### Entraînement intensif et Plan d'action personnalisé



Jeudi 26 février 2026



Intervenante : Roxane CLESSE



Montrond-les-Bains



9h - 17h

### 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

- Pratique maîtrisée :** Cette journée est dédiée aux mises en situation réelles. Tester vos préparations dans un environnement bienveillant et professionnel.
- Autonomie et progrès :** développer sa capacité d'auto-évaluation pour identifier vos points forts et les axes d'amélioration.
- Plan d'action durable :** élaborer sa feuille de route personnelle pour intégrer les acquis dans votre quotidien professionnel et réduire son stress de manière durable.

### Inscription

**Inscription par le DIF Elus**



pour un financement  
par la CDC



ou

**Inscription auprès de l'AMF42**

pour un financement  
par la collectivité

