



# Prise de parole en public

Référence : 84A - Domaine : [Animation et management associatif](#)

*La prise de parole en public est un art complexe.*

*Elle suscite généralement des émotions et attitudes contrastées voire paralysantes.*

*Elle est aussi un atout majeur pour dynamiser, transmettre, former, animer une équipe.*

*Conseil d'administration, réunion de bénévoles, Mooc, rencontre avec des partenaires, etc. sont des occasions où une prise de parole ajustée peut faire la différence.*

## Objectifs :

1. Découvrir les différents moyens de la Prise de parole en public au service de l'orateur
2. Expérimenter les moyens (verbal, non verbal et para verbal)
3. Employer quelques clés pour une prise de parole adaptée
4. Identifier ses forces et ses freins à la Prise de parole en public

## Contenus :

Structurer un fil rouge et une trame pour une prise de parole

Travailler la cohérence entre verbal – para verbale et non verbal

Identifier son trac et apprendre à le gérer

S'appuyer sur ses émotions comme des forces

S'adapter à chaque environnement

## Méthodes pédagogiques :

*Apports théoriques et travail en petits groupes*

*Jeux d'acteur, mise en situations, supports pédagogiques*

## Modalités pratiques :

Cette formation « sur mesure » nécessite une préparation en amont avec les instances dirigeantes de l'association.



**Forme :** **Stage**

**Pré-requis :** Néant

## Intervenants habilités :

Sandrine CHANFREAU  
Oliver REBER  
Benjamine LEBOUCHER  
Guillaume DOUET  
Bertrand de BELMONT

## Durée :

2 jours ( format raccourci sur 1 jour possible)

**Tarifs :** Selon convention

"Tout l'homme et tous les hommes"



**Institut Européen  
de Développement Humain**

65 av Paul Doumer  
92 500 Rueil-Malmaison  
Tel : 01 71 03 74 96  
Email : [contact@iedh.fr](mailto:contact@iedh.fr)  
Site web : [www.iedh.fr](http://www.iedh.fr)

Association (Loi 1901)  
Organisme de Formation N° 11910415291  
SIRET 421 422 130 00045

Retrouvez cette fiche sur le site IEDH ou [en cliquant ici](#).

Fiché éditée le : 09/05/2025