

EXECUTIVE EDUCATION

| le savoir vivant |

Oser parler en public

FORMATION COURTE

+41 (0)21 692 60 60
hec.execed@unil.ch
execed.unil.ch/parler-en-public



Unil

UNIL | Université de Lausanne
HEC Lausanne



À PROPOS

L'habileté à parler en public est aujourd'hui devenue une compétence transversale indispensable pour quiconque souhaite **s'affirmer, informer, négocier** ou **convaincre**. Que ce soit avec un collègue, un responsable ou avec son entourage, communiquer n'est pas toujours aisé et cette formation va vous aider à **mieux vous exprimer**.

OBJECTIFS

Travailler **l'intégration posturale**, le langage non verbal, **l'aisance corporelle**, l'attitude, la présence et les gestes à proscrire.

Améliorer la respiration, la gestion du stress et **maîtriser sa voix** sous toutes ses formes (diction, projection, timbre et modulations).

Devenir passeur de mots, **prendre confiance** et gagner en enthousiasme grâce à la maîtrise des secrets de l'orateur.

PUBLIC CIBLE

Toute personne étant amenée à **prendre la parole en public**, régulièrement ou occasionnellement (conférence, entretien, réunion, etc.).

Toute personne désireuse de travailler sur elle-même, booster sa confiance, **gérer son stress** et sortir de sa zone de confort.

Toute personne curieuse de participer à une formation novatrice, à mi-chemin entre les arts de la scène et le monde professionnel.