



# FORMULE SPEAK SAFE AT WORK

La parole en réunion, en présentation ou en démonstration, au quotidien



Prise de parole  
au quotidien



Max. 4 participants  
(en fonction du lieu)



Séances de 3h

## OBJECTIFS

Gérer le stress de la prise de parole au quotidien  
Prendre du plaisir dans la prise de parole  
Réussir à intéresser un public habitué  
Trouver sa méthode de travail  
Prendre de la distance par rapport à l'exercice de tous les jours

## SE RÉAPPROPRIER SA VOIX AU TRAVAIL

- **Prendre la parole** au quotidien
- **Être écouté** quand on parle et **être dans l'écoute**
- Mieux **connaître ses collaborateurs**
- **S'approprier le moment** : trouver un intérêt neuf dans une mission de tous les jours
- **S'approprier différemment un contenu** : aller vers l'essentiel
- **Challenger** sa réunion/présentation/démonstration

## CONTENU

Jeux sur les silences et les rythmes de paroles  
Mises en situations de salle bruyante ou silencieuse  
Jeux sur la prise de contact avec les autres : le langage non verbal  
Mises en situations pour faire vivre vos prises de parole  
Debriefing des participants par rapport aux exercices filmés



JE ME DÉPLACE SUR LE LIEU QUI VOUS CONVIENT

**CONTACT** POUR UN DEVIS

[contact@speaksafe.fr](mailto:contact@speaksafe.fr)

**SITE** WEB

[www.speaksafe.fr](http://www.speaksafe.fr)