

# Fiche - Prise de Parole en Public

Jerome Sutter - Rollercoaster.Club

## Le Fond

### Choisir la Grande Idée

- Définir le messages clé à transmettre

### Adapter le contenu au type d'auditoire

- Adapter le niveau technique du contenu à l'auditoire
- Moduler l'énergie selon l'auditoire

### Toujours se présenter lorsque l'on monte sur scène

- Prénom, nom, fonction au sein de l'entreprise, sujet que l'on va traiter sur scène
- Donner une échelle temporelle à sa présentation

### Les fiches d'animation

- Si elles sont utilisées, elles doivent être constituées de mots clés et pas de phrases toutes faites
- Favoriser la tablette au format mini

### Manier l'humour mais avec parcimonie

- L'humour (mieux encore l'autodérision) est un ingrédients très apprécié par votre auditoire
- Les meilleures blagues sont les plus courtes et les plus spontanées

### Valoriser ses collaborateurs

- Ne pas hésiter à les faire monter sur scène
  - Ne pas hésiter à les citer en début d'intervention (non à la fin)
- 

## La Forme

### La gestuelle

- Appuyer les éléments de discours avec des gestes fluides
- Posture debout en intro, droit et pieds bien ancrés dans le sol
- Passer d'une zone à l'autre de l'espace scénique

### Le regard

- Identifier 3 points dans la salle
- Accompagner de votre regard les différentes étapes de votre prise de parole

### La voix

- Voix posée pouvant monter dans les aigus et descendre dans les graves
- Ne pas avoir peur des silences

### Le sourire

- Il ne doit pas être forcé
- Il est indispensable en entrée sur scène avec le jeu de regard qui suit

### Première interaction verbale avec la salle

- Prévoir un Ice Breaker
- Créer de l'interactivité pour capturer l'attention