



# COMMUNIQUER DE MANIÈRE EFFICACE

## AU TRAVAIL ET DANS SA VIE QUOTIDIENNE

**NOUVEAU**

En suivant cette formation, vous pourrez améliorer votre communication au travail et dans la vie. Vous pourrez discuter et raconter vos propres expériences.

### FORMATEUR

Mme Cécile DALLE MULE

**TARIF** 1250 € / jour  
(+ frais du formateur)

**DURÉE** 2 JOURS (14 H)

**LIEU**  Sur place

**PARTICIPANTS** 10

### PARTICIPANTS

Personnes avec trisomie 21 ou déficience intellectuelle.

### OBJECTIFS

- Communiquer : c'est quoi ?
- Mieux communiquer

### ANIMATION

- Echanges
- Mises en situation

#### 1<sup>er</sup> JOUR

- Se présenter à un groupe
- Mieux parler avec les autres
- Bien se tenir pour mieux communiquer
- Prendre le temps d'écouter
- Savoir répéter la demande avec ses propres mots
- Répondre à une question

#### 2<sup>e</sup> JOUR

- Savoir présenter son travail
- Gérer ses émotions pour parler en public
- Développer son attention et son écoute
- Savoir partager ce que l'on sait faire