

FALAR EM PÚBLICO

Clube

Outubro 2019

CONTEXTUALIZAÇÃO GERAL

Falar sobre o seu percurso profissional a um empregador, apresentar um trabalho a um público ou divulgar um novo projeto, são competências que o novo mercado de trabalho exige cada vez mais.

FORMADORAS	Ana Cadete Licenciada em Sociologia do Trabalho (ISCSP) com experiência em intervenção territorial. Integra a Divisão de Empregabilidade desde 2013 como Formadora e consultora de percursos profissionais.
	Ana Silvestre Daun Integra a equipa de Divisão de Empregabilidade e Promoção de Talento da Câmara Municipal de cascais onde coordena o programa de Formação e Oficinas. Formadora desde 1994 nas áreas de comunicação, competências pessoais e sociais, expressões e teatro. Psicoterapeuta. Licenciada em Educação Especial e Reabilitação (Faculdade de Motricidade Humana) e em Teatro (Escola Superior de Teatro e Cinema).
LOCAL	Cidade de Profissões de Cascais – Edifício Cascais Center - Rua Manuel Joaquim Avelar, nº 118, Cascais- AQUI
CALENDARIZAÇÃO	16 outubro a 11 dezembro 2019 das 10h00 às 13h (9 sessões)
DESTINATÁRIOS	Municípios de Cascais
OBJETIVOS GERAIS	Criar um ambiente de aprendizagem positivo e de suporte mútuo onde cada membro tenha a oportunidade de desenvolver as suas competências de comunicação e relacionamento eficaz com uma plateia, desenvolvendo a capacidade de falar em público.
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	<ul style="list-style-type: none">• Aumentar o autoconhecimento• Incrementar a consciência corporal e vocal• Adquirir competências chave de comunicação• Explorar diferentes tipos de discursos e apresentações• Utilizar as características e capacidades pessoais para cativar uma plateia• Conhecer e utilizar técnicas de diminuição da ansiedade• Vivenciar e desafiar-se a falar em público num espaço contentor de aprendizagem.

CASCAIS

CÂMARA MUNICIPAL

CONTEÚDOS	<ul style="list-style-type: none">• Falar em público no mercado de trabalho hoje• Corpo e autoconhecimento• Impacto da comunicação verbal e não-verbal num discurso• Voz, dicção e entoação• Diferentes tipos de discurso• Estrutura básica de uma apresentação• Argumentação• Gerir feedback• Técnicas de gestão de ansiedade
METODOLOGIAS	Método interrogativo, expositivo e participativo. Técnicas de teatro. Exercícios de movimento consciente.