

## **Cie Le Chariot**

11 av de Badones

34500 Béziers

Téléphone : 04 67 30 02 26

### **Nos Sessions de formation :**

Nous organisons régulièrement ou à la demande, des stages pour collectivités et entreprises encadrés par des professionnels

#### Les formations :

- Communiquer en public en faisant face à un large auditoire
- Canaliser son stress en adaptant son comportement
- Optimiser son timing (se gérer face au temps)
- Gestion de situation délicate en face à face et au téléphone en cernant et dépassant ses appréhensions

#### Les objectifs :

- Développer une meilleure connaissance de soi et s'apprécier
- Comprendre l'autre et le reconnaître
- Construire une relation constructive et utile
- Développer son aisance et son efficacité relationnelle