

## FALAR EM PÚBLICO

### Clube

Maio 2017

#### 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.

FORMADORA	Ana Silvestre Integra a equipa de Divisão de Promoção de Emprego 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	Centro de Interpretação Ambiental da Pedra do Sal (CIAPS) Estrada Marginal – S. Pedro do Estoril - <a href="#">MAPA</a>
CALENDARIZAÇÃO	2,9,16,23,30 Maio e 6, 9 de Junho das 10h às 12h
DESTINATÁRIOS	Munícipes 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 publico.
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aumentar o autoconhecimento</li><li>• Incrementar a consciência corporal e vocal</li><li>• Adquirir competências chave de comunicação</li><li>• Preparar apresentações</li><li>• Explorar diferentes tipos de discursos e apresentações</li><li>• Utilizar as características e capacidades pessoais para cativar uma plateia</li><li>• Conhecer e utilizar técnicas de diminuição da ansiedade</li><li>• Vivenciar e desafiar-se a falar em público num espaço contentor de aprendizagem.</li></ul>
METODOLOGIAS	Método interrogativo, expositivo e participativo. Técnicas de teatro