



## Hoe vertel ik de boodschap? PRESENTATIETRaining

De training is bedoeld voor wie veel te maken heeft met presenteren binnen een overleg en voor grote en kleine groepen. Daarnaast is het een aanrader voor iedereen die iets meer over zichzelf wil leren en ontdekken, om daarmee zelfverzekerder in het leven te staan.

Aan de orde komt hoe we naar elkaar luisteren, hoe we ons lichaam kunnen inzetten, hoe ons stemgebruik is, hoe we ontspannen kunnen blijven onder spannende gebeurtenissen en hoe we omgaan met feedback.

In deze training is het bewust worden van oorzaken naar spanning van belang. Doordat de diepte wordt gezocht werkt een dag verbindend met elkaar.

Door middel van stemoefeningen en je bewust worden van je houding zul je merken dat het presenteren je voldoening gaat geven.

De Presentatietraining behandelt:

- bewustwording van de oorzaak van je spanning bij presenteren; contact ervaren
- in verbinding staan met jezelf en voor je publiek een inspirerend verhaal houden
- bewustwording van je houding, adem en stem en dit inzetten
- vanuit je eigenheid spreken; authentiek
- omgaan met onverwachte situaties en vragen uit het publiek
- plezier beleven aan het presenteren!

**Trainer:** De training wordt verzorgd door Ingrid Weurman (eigenaar VanZelf)

**Datum:** maandag 11 april 2011 en donderdag 3 november 2011

**Tijd:** 1 dag van 09.00 – 16.30 uur

**Aantal deelnemers:** minimaal 6 en maximaal 8 personen. De training vindt plaats op een externe locatie

**Informatie:** voor meer informatie kun je contact opnemen met Rommie van der Heide, officemanager bij De Vergaderfabriek, tel: 058-2165483 of via de mail: [rvanderheide@devergaderfabriek.nl](mailto:rvanderheide@devergaderfabriek.nl)