

CURSO

# PRÁTICO FALAR EM PÚBLICO

**ESTRATÉGIAS DE COMUNICAÇÃO E APRESENTAÇÃO PESSOAL****31 HORAS** (10 HORAS SÍNCRONAS E 21 HORAS ASSÍNCRONAS)

**MAIS VALIAS:** Capacitar os formandos de estratégias/técnicas que permitam fazer um planeamento estruturado e uma boa execução de uma comunicação em público.

DOCENTE

**TERESA  
MOURÃO**

ONLINE | PÓS - LABORAL

**220€**

**COMUNICAÇÃO E PLANEAMENTO**

- A importância da comunicação no dia a dia
- Os pilares da comunicação em público
- O orador e tipos de público
- Planeamento e treino de uma comunicação em público
- Momentos da comunicação em público
- Ferramentas para cativar o público
- Comunicação online;

**FALAR EM PÚBLICO**

- Crenças e medos
- Controlo do nervosismo
- A imagem e as primeiras impressões
- Comunicação verbal: conteúdo e dicção
- Comunicação não verbal: contacto visual, expressões faciais, gestos, postura, movimentação, pausas e aparência física
- Lidar com o imprevisto
- Exercícios de aplicação prática;

**USO DA VOZ**

- A importância e o poder da voz
- Percepção e avaliação da voz
- Produção e emissão de voz
- Aquecimento e arrefecimento vocal
- Postura corporal, respiração e ressonância
- Parâmetros da voz
- Cuidados com a voz
- Sinais de alerta
- Uso da voz em público
- Exercícios de aplicação prática;

**DOCENTE****TERESA MOURÃO**

Licenciada em Terapia da Fala pela Escola Superior de Saúde de Alcoitão (2006), com experiência profissional em contexto hospitalar, clínico e domiciliário, nas áreas de Comunicação, Linguagem e Deglutição, em adultos. Mestre em Psicologia da Saúde pelo Instituto Superior de Psicologia Aplicada. Coach de Comunicação e Voz pela High Performance Vocal Coaching. Docente do CRIAP em três Cursos e da Universidade Católica Portuguesa no Mestrado em Cuidados Paliativos. Formadora na Santa Casa da Misericórdia da Amadora. Oradora em Congressos e Palestras como Terapeuta da Fala e Coach de Comunicação. Co-orientadora de duas Teses de Mestrado em Cuidados Paliativos. Orientadora de Estágios da Licenciatura em Terapia da Fala desde 2010 e de Estágios do Mestrado em Cuidados Paliativos desde 2019. Autora de um capítulo no Livro “Reabilitação em Cuidados Paliativos” (Editora Lusodidacta).