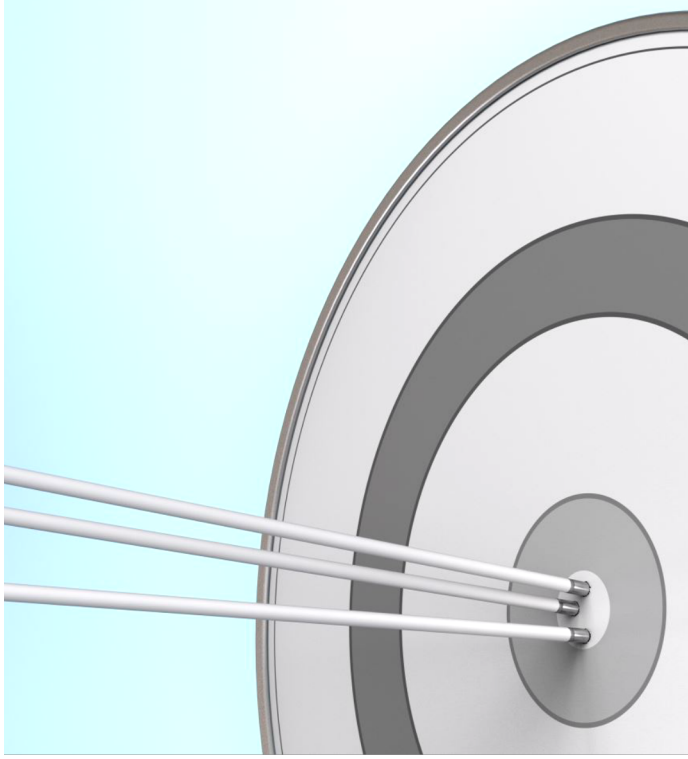
PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Communication Professionnelle et leadership

2 journées (en groupe) + Consolidation de 3 séances individuelles



MON COMPTE FORMATION

Certification ou thématique visée : Améliorer votre capacité à communiquer et à convaincre RS5004

Qualiopi processus certifié

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'actions suivantes : ACTIONS DE FORMATION

PROGRAMME PEDAGOGIQUE

SPIN CONSEIL & FORMATION

SPIN – Conseil et Formation
8B rue Jules Ferry 92100 Boulogne
Tel : 06 20 36 14 90
Emanil : contact@spin-compagnie.fr

Gagnez en influence et libérez tout votre potentiel oratoire

Programme de 2 journées de formation en groupe + 3 séances d'accompagnement individuel

Objectifs pédagogiques :

L'objectif de ce programme d'accompagnement est de vous aider à :

- Préparer vos prochaines prises de parole
- Améliorer et dynamiser votre image professionnelle grâce au langage non-verbal
- Travailler votre impact à l'oral par la voix, le rythme et l'intonation (verbal et para-verbal)
- Structurer une prise de parole et construire une argumentation claire
- Améliorer vos présentations en présentiel ou à distance
- Rythmer vos interventions pour obtenir plus d'engagement du public
- Mieux incarner vos propos et construire votre personnalité d'orateur
- Développer votre leadership et gagner en légitimité
- Amorcer une reconversion professionnelle ou une recherche un emploi
- Pitcher votre activité ou votre entreprise

Public cible : Cadres, Managers, consultants, Responsables de services, Directeurs Opérationnels, Chefs d'entreprise, Travailleurs indépendants, Coach et formateurs

Pré-requis : Cette formation nécessite d'avoir à prendre la parole :

- En milieu professionnel lors de réunions, de présentations, de conférence, d'animation etc …
- Pour une mobilité professionnelle ou une recherche d'emploi
- Pour présenter sa société ou son activité d'indépendant

Modalités pédagogiques :

Formation en Présentiel, en immersion, alternant théorie et mises en pratique.

Durée : Formation de 17,5h réparties en :

- 2 journées en groupe soit 13h
- 3 séances individuelles d'1h30 soit 4,5h

Organisation :

a) Les 2 Journées de formation en groupe :

Horaires : 9h30-12h30 / 13h30-17h

DATES DES SESSIONS 2026-2027 :

En Semaine	Adresse
7-8 décembre 2026	19 rue de Mogador 75009 Paris
4-5 février 2027	27 rue Duphot 75001 Paris
4-5 mars 2027	27 rue Duphot 75001 Paris
25-26 mars 2027	27 rue Duphot 75001 Paris
22-23 avril 2027	27 rue Duphot 75001 Paris
21-22 mai 2027	28 rue Duphot 75001 Paris
17-18 juin	
8-9 juillet	
27-27 aout	

b) Les 3 Séances de consolidation individuelles (en présentiel ou à distance) :

Dates et Horaires à la carte, à fixer en fonction de vos disponibilités sur un calendrier en ligne mis à votre disposition.
Les séances ont lieu à notre bureau 34 rue du Général Foy 75008 Paris.

LE PROGRAMME DE LA FORMATION

BLOC N°1 : 1ère journée en présentiel

1. **Introduction**
   - Présentation des participants et du formateur
   - Quels sont vos attentes et vos objectifs ?
   - Identifier vos axes d'amélioration
   - Explication des mécanismes de prise de parole en public

2. **Dynamiser votre présence grâce au langage non verbal**
   - L'importance de la gestuelle, des micro-expressions et du langage corporel
   - La mise en action du corps : exercice de lâcher prise et de confiance en soi
   - Travailler votre ancrage au sol et ajuster votre posture
   - Placer votre regard
   - Développer une gestuelle orientée vers le public

3. **Impacter grâce au langage verbal et paraverbal :**
   - Savoir placer et porter votre voix en fonction de votre auditoire
   - Diction, articulation et rythme et intonation pour plus d'impact à l'oral
   - La maitrise des silences
   - Utiliser la respiration diaphragmatique pour mieux projeter sa voix
   - Exercices de lecture de textes et de discours

4. **Développer son aisance oratoire :**
   - Lâcher-prise et vous faire confiance
   - Développer votre instinct et votre ressenti des situations
   - Oser la théâtralité
   - Exercices individuels et mises en situation en groupe

2ème Journée :

1. **Préparer et structurer une intervention :**
   - Définir l'objectif de son intervention
   - Concevoir l'accroche d'un message
   - Préparer ses arguments
   - Découvrir le triangle rhétorique (Ethos, Pathos et Logos)
   - Découvrir les différentes familles d'arguments et les structures d'argumentation
   - Anticiper les objections de son interlocuteur
   - Outils + exercices pratiques

2. **Prise de parole filmée :**
   - Mise en application des techniques apprises devant la caméra
   - Visionnage
   - Débriefing collectif
   - Bilan et recommandations individuelles

3. **Développer son leadership grâce à l'improvisation :**
   - Exercices d'improvisation dirigée pour développer son éloquence, sa réactivité et son adaptabilité
   - Améliorer la confiance en soi et apporter de la souplesse à vos interventions
   - Gérer les interactions de groupe et se positionner comme leader

4. **Bilan final :**
   - Auto-diagnostics – Débriefing entre les participants et le formateur
   - Recommandations individuelles et plan d'action pour aller plus loin
   - Remise d'un livret de formation

BLOC N°2 : les 3 séances d'accompagnement individuel

Les 3 séances individuelles sont planifiées 1 fois par semaine ou tous les 15 jours. Les objectifs et les axes de travail seront déterminés en fonction de votre besoin.

Les thèmes abordés en séance sont :

- La préparation d'intervention orale : conférence, réunion, table ronde, discours, interview, visioconférence etc …
- L'optimisation de votre storytelling de présentation dans le cadre d'une création d'entreprise ou d'un lancement d'activité
- La simulation d'entretien dans le cadre d'une recherche d'emploi ou d'une évolution professionnelle
- La préparation d'un entretien devant un jury
- La préparation de pitch ou d'intervention courte et chronométrée
- La gestion des émotions et du stress
- La préparation et la structuration d'entretiens professionnels
- L'amélioration de l'estime de soi et la valorisation de vos actions
- Développer votre leadership
- Prendre conscience de votre potentiel et vaincre le syndrome de l'imposteur

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle équipée et dédiée à la formation.
- Alternance de théorie et de mises en pratiques
- Mises en pratique à l'oral
- Extrait de textes en alexandrins et discours politiques
- Prise de parole filmée avec analyse du formateur
- Remise d'un support pédagogique

Prix de la formation :

Vous pouvez financer votre formation de différentes manières dont voici les tarifs :

- Financement personnel : 1600€
- Financement avec le CPF : 1900€ HT
- Prise en charge par votre entreprise ou par un OPCO : 1900€ HT
- En Intra-entreprise : Nous consulter pour établir un devis après étude de vos besoins.

Les tarifs s'entendent HT et ne sont pas soumis à la TVA.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Questionnaire de Pré-formation à remplir pour identifier les besoins de chacun
- Exercices et Mises en situation durant la formation
- Evaluation lors d'une prise de parole filmée
- Évaluation de satisfaction en fin de parcours

Documents remis à l'issu de la formation :

- Attestation d'assiduité
- Attestation de formation
- Livret de formation
- Parchemin de certification

Accessibilité :

Afin de faciliter l'accès à l'emploi et la formation des personnes en situation de handicap, notre organisme souhaite donner à tous les mêmes chances de se former. Nous adaptons certaines de nos modalités en fonction du contexte. Nous vous invitons à nous contacter au préalable pour étudier vos besoins et vous garantir le meilleur accueil possible

Equipe pédagogique :

Notre équipe est composée de formateurs certifiés, ayant tous un parcours théâtral et scénique.
- Sébastien LAY : Formateur en Prise de Parole en Public - Comédien
- Clotilde CAVAROC : Formatrice en Prise de Parole en Public – Autrice et scénariste

Délais et modalités d'accès :

En cas de financement personnel : Nous acceptons les inscriptions en formation tant qu'il reste de la place, n'hésitez pas à nous contacter pour vous en assurer.

En cas de financement par le CPF : Un délai de réflexion de 11 jours ouvrés entre l'envoi de votre demande et la date de formation effective est imposé par le CPF. Il faut donc vous inscrire au minimum 15 jours avant la formation.
Pour vous inscrire sur le CPF :

- Faites votre inscription en ligne sur Mon Compte Formation
- Retrouvez nos formations en Filtrant sur le thème "PRISE PAROLE" et le nom de l'organisme "SPIN Compagnie"
- Vous devrez créer votre Identité numérique La Poste pour vous authentifier sur la plateforme
- Notre organisme validera votre demande de formation dans les 48h et votre inscription sera confirmée

Cette formation est éligible au CPF et vous prépare, dans ce cadre, à la certification RS7552 « Communiquer, argumenter et convaincre à l'oral » référencée par France Compétences. Grâce à l'obtention de ce **certificat de compétences** vous pourrez **valoriser votre parcours professionnel**.

Taux de réussite : 99% de nos candidats inscrits ont obtenu leur certification en 2025
Nombres de candidats certifiés en 2025 : 79 sur 80 présentés

Programme édité le 20/04/2026

Vous avez des questions sur cette formation ?
Vous souhaitez en savoir plus sur les modalités d'organisation ou d'inscription ?

N'hésitez pas à nous contacter :
Coordinatrice pédagogique : Mélanie LELIEUR
Tel : 06 20 36 14 90 melanie.lelieur@spin-compagnie.fr