

# PRISE DE PAROLE EN PUBLIC - COMMUNIQUER AVEC IMPACT EN PRESENTIEL OU A DISTANCE

Formation de 2 jours en présentiel à TROYES



**Qualiopi**  
processus certifié

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE  
La certification qualifiée a été délivrée au titre de la catégorie  
d'actions suivantes: **ACTIONS DE FORMATION**



**FRANCE**  
**compétences**  
CERTIFICATION

## PROGRAMME PEDAGOGIQUE

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

Programme daté du 02 mai 2024



---

## Maitrisez les techniques de Prise de Parole en Public pour mieux communiquer en présentiel ou à distance

### Objectifs pédagogiques :

A l'issue de cette formation de 2 jours, vous aurez acquis des techniques vous permettant de vous affirmer dans un contexte de prise de parole devant un groupe. Cette formation vous permettra de :

- Améliorer et dynamiser votre posture d'orateur 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
- S'adapter à différents contextes de prise de parole (petite ou large audience, présentiel ou à distance)
- Acquérir des techniques pour Impacter son auditoire dès les premières minutes
- Développer votre présence pour gagner en confiance dans les échanges professionnels

### Public et pré-requis :

- Commercial ou personnel de la relation client.
- Manager.
- Responsable de services.
- Chef de projet.
- Dirigeant.
- Demandeur d'emploi.

### Modalités pédagogiques :

- Formation Certifiante en Présentiel en immersion alternant théorie et mises en pratique.
- Utilisation des techniques de l'acteur adaptées au contexte de l'entreprise.
- Feed-backs individualisés du formateur pour suivre les progrès et fixer de nouveaux objectifs.
- Vidéos pédagogiques

Durée : 13h (2 journées de 6h30) + 1h de certification en visioconférence

Horaires : 09h30-12h30 / 13h30-17h

Participants : 3 à 6 personnes

### **Dates de session 2025 :**

- 20 et 21 mars
- 16 et 17 juin
- 25 et 26 septembre
- 17 et 18 novembre

Formateur : Sébastien LAY – Formateur et Coach de Prise de Parole en Public – Comédien

## LE PROGRAMME DES 2 JOURS

### Journée 1 :

#### 1. **Introduction**

- Présentation des participants et du formateur
- Bilan individuel et Identification de vos axes d'amélioration
- Explication des mécanismes de prise de parole en public

#### 2. **Dynamiser votre présence grâce à la communication non verbale**

- 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 votre gestuelle pour dynamiser votre présence

#### 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 maîtrise des silences
- Utiliser la respiration diaphragmatique pour mieux projeter sa voix
- Exercices de lecture de textes et de discours

#### 4. **Développer votre aisance oratoire :**

- Développer votre instinct et votre ressenti des situations
- Gérer votre stress et le mobiliser à bon escient

- Rythmer votre discours pour obtenir plus d'engagement

## Journée 2 :

### 1. **Préparer et structurer votre intervention :**

- Définir l'objectif de votre intervention et concevoir l'accroche de votre message
- Utiliser les différentes familles d'arguments et les structures d'argumentation
- Anticiper et répondre aux objections de vos interlocuteurs
- Gérer la relation à l'autre, rester dans l'écoute et l'assertivité

### 2. **Adapter les paramètres de votre communication à un contexte de visio-conférence**

- Connaître votre public et ses objectifs
- Préparer votre intervention en vérifiant les éléments techniques et environnementaux
- L'importance du langage non-verbale et des expressions du visage en visioconférence pour maintenir l'attention du public
- Exercices de mise en pratique

### 3. **Prises de parole filmées :**

- Préparation d'une prise de parole debout face au groupe
- Préparation d'une prise de parole assise en vue de la certification
- Visionnage et Débriefing collectif

### 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

## Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Mises en pratique à l'oral grâce à des exercices individuels ou en groupe
- Prise de parole filmée avec analyse du formateur
- Remise d'un support pédagogique

## Outils pédagogiques :

Chaque participant disposera d'un accès extranet Digiforma sur lequel il devra :

- Compléter un questionnaire de positionnement avant la formation. Ce questionnaire nous permettra de recueillir les attentes et les besoins de chacun.
- Télécharger le livret pédagogique qui reprend les notions « théoriques » et les « bonnes pratiques » vues en formation.
- Compléter le questionnaire de satisfaction à chaud en fin de formation

## Méthode pédagogique :

La pédagogie de Sébastien LAY vise à encourager l'interaction et la participation active de chaque collaborateur tout au long de la formation en s'appuyant sur des exercices pratiques et des mises en situations pour en déduire les bonnes pratiques. Il ajustera le programme et les exercices en fonction du niveau et des besoins spécifiques de chacun. Chaque participant recevra des recommandations personnalisées.

## Prix de la formation :

Les différents types de financement possible sont :

- En Financement CPF ou OPCO : 1360€ HT
- En Financement personnel : 900€ HT (hors passage de la certification)
- En Intra Entreprise : Nous consulter pour établir un devis après étude de vos besoins.

*Les tarifs s'entendent HT et sont exonérés de TVA.*

Dans le cadre d'un financement personnel, par un OPCO ou par votre entreprise, le passage de la certification n'est pas obligatoire mais peut être demandé.

## 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 de formation

- 
- Livret de formation
  - Parchemin de certification

#### Adresse de la formation :

La formation se déroule au Cabinet FOX Partners situé 4 rue Aristide Briand 10000 TROYES.

#### 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.

#### Délais et modalités d'accès :

- En 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 financement par votre employeur ou par un OPCO : Contacter notre organisme pour établir un devis et mettre en place le dossier de financement.
- En intra-Entreprise : Nous contacter au minimum 30 jours avant la date de formation souhaitée afin d'établir le programme et de vous envoyer une proposition tarifaire.
- En 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.
- [Lien d'inscription CPF](#)

*Dans le cadre d'un financement CPF la formation est certifiante et vous engage au passage de la certification à l'oral en visioconférence. Les modalités de passage de l'oral sont disponibles sur demande.*

*Remise du parchemin de la certification RS6554 « Communiquer avec impact en présentiel et à distance » enregistrée au Répertoire Spécifique par France Compétences.*

**Vous souhaitez en savoir plus sur les modalités d'organisation ou d'inscription ?**

**N'hésitez pas à contacter Mélanie LELIEUR**

**Tel : 06 20 36 14 90 [melanie.lelieur@spin-compagnie.fr](mailto:melanie.lelieur@spin-compagnie.fr)**