

COMMUNICATION ET INFORMATION - INFORMATION ET COMMUNICATION

Prise de parole en public – Octobre –

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS

Toute personne amenée à prendre la parole en public, souhaitant gagner en impact et aisance lors de réunions, d'interventions, de présentations de projet ou de pitches.

PROGRAMME

CONSTRUIRE SON MESSAGE

- Comprendre son message : les questions à se poser
- Choix du style : s'adapter à son public et son contexte
- La malédiction du savoir
- Différentes façons de structurer son discours
- Types d'argumentations
- Connexion au public
- Raconter une histoire – Structure narrative

ENVOYER SON MESSAGE

- Le verbe, le corps, la voix : équilibre entre les trois
- La Prosodie : la puissance de la voix :
- Adapter son « flow » : rythme et débit
- Adapter ses intentions et son
- Intonation
- Exploiter le silence
- Désamorcer ses tics verbaux
- Body langage et présence scénique
- Transmettre ses émotions
- Déployer le pouvoir de sa gestuelle
- Dynamiser sa présence : le regard et l'espace, expression scénique
- Visionnage d'extraits de grand discours
- Écoute et échange
- Faire face aux imprévus
- Recevoir et contourner une objection

GESTION DU STRESS ET PRÉPARATION

- Préparation physique et vocale
- La répétition
- Réduire le stress

OBJECTIFS & COMPÉTENCES

- Construire un message oral clair, structuré et adapté à son auditoire.
- Déployer efficacement les outils de communication verbale et non verbale pour capter et maintenir l'attention.
- Gérer les imprévus et les objections avec aisance et assertivité.
- Préparer son intervention avec méthode et sérénité, en développant son aisance à l'oral.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

📅 Prochaines sessions

Du 12/10/2026 au 13/10/2026

Informations clés

€ Tarif :

Sur mesure

2025 : - Tiers (entreprises, OPCO, France Travail...) : 1680€ nets -
Individuel : 1176€ nets

Responsable(s)



Marie Dosière

Contact

formations-courtes@celsa.fr

Méthodes

- En petit groupe de max 8 personnes.
- Talk de 4 minutes filmé + Feedback collectif
- Lecture d'un texte – enregistrement d'un podcast.

MODALITES D'EVALUATION

Mises en situation

POUR CANDIDATER

Inscription en ligne :

[https://fc.sorbonne-universite.fr/formulaire-bulletin-inscription-formati-
ons-courtes-celsa/](https://fc.sorbonne-universite.fr/formulaire-bulletin-inscription-formati-
ons-courtes-celsa/)