COMMUNICATION ET INFORMATION - INFORMATION ET COMMUNICATION

Prise de parole en public

Dates à venir au printemps 2027

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 pitchs.

PROGRAMME

Identifier les qualités d'un bon orateur ou d'une bonne oratrice

- Partage d'expériences et cadrage théorique
- Mise en pratique ludique avec un cas professionnel
- Premiers debriefs et identification des points forts / zones de progrès individuelles

Préparer une prise de parole spécifique (sur la base des cas apportés par les participants)

- Identifier les enjeux, l'objectif, l'audience et le contexte
- Structurer son propos, identifier ses arguments et messages clés
- Notes ou PowerPoint : comment ne pas s'enfermer dans l'écrit
- Trouver son ton personnel, faire appel à ses émotions

Et le corps là-dedans ? Trouver sa posture, son souffle et sa voix

- Prendre sa place et utiliser son corps pour soutenir son propos avec ou sans micro
- Regarder son audience sans perdre le fil
- Moduler sa voix et son rythme de parole, accueillir le silence
- Apprivoiser les « tics » physiques et verbaux

Être synthétique et engageant.e : le fameux exercice du « pitch »

- Trouver l'amorce qui engage l'attention
- Transmettre l'essentiel avec conviction
- Encourager la conversation et les questions

S'adapter face à l'imprévu, trouver son flow

- Réguler son stress et garder son cap
- Accueillir les opportunités
- Faire appel à son expérience et son savoir-faire

OBJECTIFS & COMPÉTENCES

- Donner aux participant.es les clés pour s'exprimer avec clarté, impact et aisance.
- S'entraîner à présenter ou défendre un point de vue / un projet à l'oral en s'adaptant à son audience et au contexte de la prise de parole.
- Réguler son stress et trouver son ton personnel

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Prochaines sessions

Du 27/05/2027 au 28/05/2027

Informations clés

€ Tarif :
Sur mesure

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

Responsable(s)



Judith Matharan

Contact

formations-courtes@celsa.fr

Méthodes

- 70 % pratique — 30 % théorie
- Jeux, mises en situation, partages d'expériences

MODALITES D'EVALUATION
Mises en situation

POUR CANDIDATER

Inscription en ligne :
https://fc.sorbonne-universite.fr/formulaire-bulletin-inscription-formations-courtes-celsa/