

# **FORMATION**

# **PRISE DE PAROLE EN**

# **PUBLIC & ART ORATOIRE**

*Le programme pour devenir un excellent orateur*



## OBJECTIFS :

- Se préparer efficacement à une prise de parole, en gérant son trac, sa posture et sa respiration.
- Structurer un message clair, cohérent et percutant, adapté au contexte et à son public.
- Utiliser les outils de l'expression orale (voix, diction, modulation, langage corporel) pour renforcer son impact.
- Maintenir l'attention de l'auditoire sur la durée, jusqu'à la conclusion du discours.

**PUBLIC :**  
Tout public

**PREREQUIS :**  
Connexion internet  
Ordinateur/Tablette/  
Smartphone

**EVALUATION :**  
Evaluations formatives  
durant la formation.

**DUREE :**  
12 heures en E-learning  
1 cours avec le formateur  
Accès plateforme : 1 mois

**DÉLAIS :**  
14 jours ouvrables

**SANCTION :**  
Attestation de réussite en fin de formation



Prenez [contact](#) avec nous pour étudier les possibilités d'accessibilité. Voir coordonnées en page 1

**TARIF : 450€ HT**

## Module 1 – Démarrer fort : Présence, trac et respiration

- Identifier les causes du trac et apprendre à mieux le gérer.
- Pratiquer des exercices de respiration pour gagner en calme et en maîtrise de soi.
- Prendre conscience de l'impact de la première impression.
- Savoir capter l'attention dès les premières secondes avec une accroche efficace.

## Module 2 – Structurer un message clair

- Organiser ses idées en suivant un fil conducteur logique.
- Choisir les bons mots et les bons exemples pour illustrer son propos.
- Concevoir un message adapté à son public.
- S'entraîner à créer un mini-discours structuré.

## Module 3 – Voix, diction et langage corporel

- Travailler sa diction, son articulation et son débit de parole.
- Utiliser sa voix de manière expressive : ton, rythme, volume.
- Maîtriser son langage corporel pour appuyer son discours (regard, gestuelle, posture).
- S'entraîner à moduler sa voix et son corps en cohérence avec le message.

## Module 4 – Gérer son énergie et captiver sur la durée

- Identifier les baisses d'attention typiques et apprendre à relancer l'intérêt.
- Terminer un discours de manière forte et mémorable.
- Gérer son énergie tout au long d'une intervention.
- Maintenir l'engagement du public



### Méthode pédagogique :

Vous aurez un accès personnel à la plateforme d'apprentissage en ligne, accessible à tout moment depuis un ordinateur/tablette/smartphone. Ce portail inclut :

- **Contenus de cours** : des cours en ligne régulièrement mis à jour, accompagnés de vidéos et d'audios disponibles en streaming.
- **Exercices d'évaluation** : QCM



De plus, vous profiterez d'un **accompagnement personnalisé** :

- Un coach dédié vous suivra tout au long de votre formation.
- Des entretiens individuels avec un formateur expert seront également prévus pour vous guider.

### Idéal pour :

Vendeur	Télévendeur	Chargé d'affaires
Commercial	Manager	Directeur
Entrepreneur souhaitant gagner en assurance		



Contact avec un conseiller sur vos besoins (test de positionnement) et création du dossier de prise en charge



Inscription à la session de formation avec une date défini



Démarrage de votre formation



Obtention de l'attestation de réussite des compétences attendues



Formation récemment lancée – les taux de réussite et satisfaction seront communiqués dès qu'un nombre suffisant de candidats aura passé l'examen