



## Programme de la formation

### Prendre la parole en public (Niveau 1)



Référence COM-01

#### 1 - Les fondamentaux de la communication

- Test : « Découvrez votre style potentiel dans la prise de parole en public ».
- Utiliser efficacement la communication verbale et non-verbale.
- Comment vaincre la monotonie et être persuasif en utilisant les éléments mémorisés du public ?
- Elargir son cadre de référence et diminuer la déperdition des messages.
- Solutions pour faire mémoriser sa prestation
- C'est à vous ! **Mise en situation n°1.**

#### 2 - Se préparer à impacter son public

- Les conditions de succès de la prise de parole en public :
  - Préparer son discours, déterminer son objectif.
  - Méthodes pour mémoriser efficacement toute intervention : quels recours au "par-cœur" ?
  - L'environnement : maîtriser tous les facteurs environnementaux pour les dominer.
  - Soi : se projeter positivement.
- Préparer une intervention en improvisation structurée : fond et forme, questions, objections.
- C'est à vous ! **Mise en situation n°2.**

#### 3 - Réussir ses interventions orales

- Mettre en œuvre le M.O.I (Message/Objectif/Intention).
- Quel message pour quel objectif ?
- Comment réussir son entrée en scène ?
- La conclusion et l'incitation à l'action.
- Intégrer les 5 règles d'or de la prise de parole en public pour impliquer son auditoire.
- C'est à vous ! **Mise en situation n°3.**

#### 4 - Rendre son discours captivant

- Apprendre à improviser pour éviter les « flops ».
- Respecter les lois de la proxémie, gérer son corps.
- Vaincre les obstacles au trac : acquérir les techniques, connaître les méthodes et astuces pour les contrôler et les utiliser positivement.
- Se préparer mentalement à la prise de parole en public : réussir à s'affirmer, utiliser le message des émotions et gagner en assurance.

## INSCRIPTION EN LIGNE

### Objectifs

- Gagner en aisance relationnelle en toutes circonstances.
- Optimiser et dynamiser son expression orale.
- Rendre son discours captivant et impliquant.

### Pré requis

- Cette formation ne nécessite pas de pré requis.

### Pour qui ?

- Toute personne souhaitant améliorer sa communication orale et sa capacité à intervenir en public.

### RH France

Siège social  
8 avenue Duval Le Camus  
92210 Saint-Cloud

Tél : 01 46 02 93 30

Fax : 01 78 46 40 41

Email : [contact@rh-france.fr](mailto:contact@rh-france.fr)

Web : [www.rh-france.fr](http://www.rh-france.fr)



## Durée & Tarif

### Prendre la parole en public (Niveau 1)



Référence COM-01

#### DUREE

Durée : 2 jours (14 heures).

#### TARIF

Tarif Inter entreprise : 980 € H.T.

Tarif Intra entreprise : Nous consulter.

#### Infos pratiques



## INSCRIPTION EN LIGNE

### Objectifs

- Gagner en aisance relationnelle en toutes circonstances.
- Optimiser et dynamiser son expression orale.
- Rendre son discours captivant et impliquant.

### Pré requis

- Cette formation ne nécessite pas de pré requis.

### Pour qui ?

- Toute personne souhaitant améliorer sa communication orale et sa capacité à intervenir en public.

## Les + de notre méthodologie

- Mises en situation où chaque stagiaire est tour à tour acteur et observateur.
- Un entraînement individuel et collectif pour rendre son discours captivant.



## RH France

Siège social  
8 avenue Duval Le Camus  
92210 Saint-Cloud

Tél : 01 46 02 93 30

Fax : 01 78 46 40 41

Email : [contact@rh-france.fr](mailto:contact@rh-france.fr)

Web : [www.rh-france.fr](http://www.rh-france.fr)