

**OBJECTIFS & COMPÉTENCES  
PROFESSIONNELLES VISÉES**

- Maîtriser les techniques d'expression orale pour s'exprimer clairement et avec aisance
- Gagner en assurance devant un auditoire
- S'adapter aux différents contextes de prise de parole : séminaires, débats, discours...

CQVT\_PAR

**2 jours - 14 heures**

INTER ou INTRA SUR-MESURE

**800 €** en inter\*

\*pour les tarifs INTRA et demandeurs d'emploi : merci de nous consulter.

**Prérequis et accessibilité**

Aucun prérequis.

Si vous êtes en situation de handicap, merci de nous contacter afin que nous puissions vous accompagner et vous orienter au mieux dans votre demande et vos démarches.

**Moyens pédagogiques et encadrement**

Formation dispensée en présentiel ou à distance (sur demande) par un formateur expert en qualité de vie au travail : apports théoriques, exercices de mise en situation professionnelle.



**LIEU DE FORMATION**

Modula Formation  
(Bordeaux / Bayonne / Limoges / La Rochelle) et/ou à distance



**DÉLAIS D'ACCÈS**

Variable en fonction de votre statut, du financeur et de notre planning inter



**SUITE DE PARCOURS**

Suggestion : Gestion du stress



**Modalités d'évaluation :**

Avant la formation : audit des besoins et du niveau

A la fin de la formation : évaluation de la compréhension et de l'assimilation des savoirs et savoir-faire par le formateur

**Formation qualifiante** : attestation de fin de formation (appelée « certificat de réalisation »)

**Formation certifiante** : possibilité de suivre le parcours "Conception et animation de formation" et de passer le PCIE - éligible au CPF

[www.modula-formation.com](http://www.modula-formation.com)

Contactez-nous !

05 56 44 58 68

[contact@modula-formation.com](mailto:contact@modula-formation.com)

7, avenue  
Raymond Manaud  
33520 BRUGES

### SE PREPARER POUR MAITRISER SON TRAC EN PUBLIC

- Déterminer son objectif principal et identifier les messages essentiels
- Hiérarchiser l'argumentation de son intervention
- La technique de la respiration diaphragmatique et sa mise en pratique en toutes situations.

### TRAVAILLER SA VOIX ET SON IMAGE

- Trouver son style et gagner en naturel.
- Identifier les points forts de son image et ceux à améliorer.
- La boîte à outils du non-verbal : les mains, le regard, le visage, le sourire, l'attitude...
- Jouer de sa voix : intonation, modulation, articulation.
- Jouer avec les silences.

### GAGNER EN ASSURANCE DEVANT UN AUDITOIRE

- S'informer sur son public pour mieux l'aborder
- Quel vocabulaire pour quel public ?
- Affirmer sa posture de communicant : maîtriser ses réactions instinctives
- Rempoter l'adhésion de son auditoire

### S'ADAPTER AUX DIFFERENTS CONTEXTES DE PRISE DE PAROLE

- Créer un climat de confiance
  - Savoir s'adapter en souplesse au contexte et à l'environnement
  - Susciter la participation de l'auditoire
  - Interrompre sans blesser et garder la main : reformuler en termes simples
- MISES EN SITUATION

