

## Programme de formation Réussir sa prise de parole en public

Présentiel

### ORGANISATION :

Présentiel  
9h30-12h30 / 14h00-18h00

### DATES :

Consultez notre planning en ligne

### DUREE :

2 jours (14,00 heures)

### PUBLIC

Cette formation s'adresse aux managers, chefs de projets, cadres ayant à s'exprimer devant un public (gestion d'entretiens professionnels, présentation de projets, animation de séminaires, etc.) ainsi qu'aux professionnels et particuliers désirant augmenter leur présence et leur impact à l'oral.

### PRE-REQUIS

Une forte volonté de s'impliquer personnellement et émotionnellement dans cette formation pour en tirer les meilleurs bénéfices.

### FORMATEURS

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Utiliser les principales techniques d'impact d'expression orale.  
Garder un comportement efficace lors d'un échange.  
Exprimer clairement ses idées.

### DESCRIPTION / CONTENU

Se préparer à la prise de parole en public.  
Travailler la voix, les gestes, le regard, la respiration et les silences.  
Surmonter et apprivoiser son trac.  
Gérer son temps d'intervention.  
Renforcer son écoute et son adaptation.  
Gérer efficacement les objections.  
S'affirmer dans ses interventions.

### METHODE PEDAGOGIQUE

Alternance entre exposés théoriques et cas pratiques en sous-groupes et/ou en grand groupe.  
Échanges réguliers avec l'équipe pédagogique.

### MOYENS ET SUPPORTS PEDAGOGIQUE

Supports pédagogiques remis aux candidats.  
Espace personnel dédié permettant de retrouver les étapes du parcours de formation.  
La salle est équipée d'un grand écran TV ainsi que les moyens techniques permettant le visionnage des séquences filmées.

### MODALITES D'EVALUATION

- Évaluation initiale des compétences (positionnement)
- Évaluation continue via exercices pratique
- Attestation de fin de formation

**Suivi pédagogique :** les formateurs intervenant sur le cycle de formation supervisent les exercices en sous-groupe afin de proposer des axes d'amélioration.

### MODALITES D'ACCES

À l'IFPNL, nous mettons tout en œuvre pour vous permettre de suivre votre formation dans les meilleures conditions. Nos locaux sont accessibles à différents types de handicap et nos supports pédagogiques peuvent être adaptés (format électronique, agrandissement des caractères, etc.).

- SAUTRON  
MERCOEUR Yan

Si vous avez des besoins spécifiques, nous vous invitons à nous en informer dès votre inscription afin d'envisager ensemble les aménagements adaptés à votre parcours.

**LIEU**  
Paris 15 et Lyon 9

Notre référente handicap, **Charlotte Ferron**, est à votre écoute pour vous accompagner tout au long de votre formation.

**RESPONSABLE  
PEDAGOGIQUE**  
FERRON Charlotte

Pour plus d'informations sur les dispositifs d'accompagnement, consultez les sites dédiés :  
[Mon Parcours Handicap](#) • [Agefiph](#)

L'inscription est traitée sur demande, il est conseillé de prévoir 7 jours avant le démarrage de la formation pour vous garantir une place.

### **COMPÉTENCES LIEES**

Structurer clairement son intervention

Se préparer efficacement à une prise de parole en public

S'affirmer dans ses interventions à l'oral

Délivrer son message avec impact.

Se présenter de manière claire et concise

Gérer et traiter les objections de l'auditoire

Renforcer ses qualités d'écoute et d'adaptation à l'oral

Dernière mise à jour : le 19/05/2026