

02. PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Gagnez en aisance et en impact lors de vos prises de parole professionnelles : gérez le trac, structurez votre discours, captez l'attention et convainquez avec authenticité.

Durée : 2 journées · 14h	Format : Présentiel & Distanciel	Participants : 4 à 10 personnes max
---------------------------------	---	--

Objectifs pédagogiques

- Comprendre et gérer le trac
- Structurer son discours
- Maîtriser sa voix et son corps
- Capter et maintenir l'attention
- Adapter son discours à l'auditoire
- Gérer les questions et l'imprévu

Programme

- Comprendre ses freins et gérer le trac (2h00)
- Structurer et préparer son discours (3h00)
- La voix, le corps et le regard (3h00)
- Capter l'attention et convaincre (3h00)
- Gérer les questions, l'imprévu et ancrage (3h00)

Prérequis

Cette formation est accessible à tous les niveaux, des grands timides aux orateurs déjà expérimentés souhaitant perfectionner leur style. Le groupe restreint favorise une progression rapide et bienveillante.

Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques progressifs et d'entraînements filmés avec feedback individualisé. Chaque participant prend la parole à de nombreuses reprises dans un cadre bienveillant.

Évaluation & attestation

Quiz d'évaluation des acquis en fin de formation. Attestation de formation remise à chaque participant à l'issue des deux journées.

Tarifs

Distanciel : 550€ par personne · HT

Intra-entreprise : 2 800€ · HT · min. 2 participants

Inter-entreprises : 650€ par participant · HT



1. Nature de l'action

Action de formation professionnelle continue réalisée dans le cadre du développement des compétences. Formation non certifiante et non qualifiante, ne donnant lieu à aucune certification enregistrée au RNCP ou au Répertoire spécifique.

2. Public concerné

Managers et dirigeants amenés à présenter en réunion, commerciaux et chargés de développement, chefs de projet présentant leurs travaux, RRH conduisant des entretiens collectifs ou formations et toute personne souhaitant gagner en aisance à l'oral.

3. Modalités d'accès et délais d'inscription

Toute demande d'inscription est traitée dans les meilleurs délais. L'accès à la formation est possible sous réserve des places disponibles et des délais nécessaires à la contractualisation et, le cas échéant, à la mise en place du financement. Pour les formations intra-entreprise, les dates sont définies conjointement avec l'entreprise.

4. Organisation de la formation

En présentiel : la formation est dispensée dans des locaux adaptés à l'accueil des participants et aux activités pédagogiques prévues.

À distance : le participant doit disposer d'un ordinateur ou d'une tablette, d'une connexion Internet stable et d'un équipement audio. Les informations nécessaires à l'accès à la formation sont communiquées avant son démarrage. Les ressources pédagogiques et activités à distance sont mises à disposition via la plateforme de formation utilisée par ALESYA Conseil.

5. Suivi de l'assiduité

L'assiduité des participants est suivie pendant toute la durée de la formation. Elle est attestée par des feuilles d'émargement en présentiel et par les outils de connexion et de traçabilité pour les formations réalisées à distance. Les justificatifs de réalisation sont conservés par ALESYA Conseil.

6. Accessibilité & handicap

Nos formations sont accessibles à tous. ALESYA Conseil s'engage à favoriser l'accès de ses formations aux personnes en situation de handicap. Pour toute demande d'adaptation pédagogique, matérielle ou organisationnelle, nous vous invitons à contacter notre référente handicap avant votre inscription, afin d'étudier votre situation, vos besoins et les aménagements pouvant être mis en place. Lorsque les besoins identifiés nécessitent des dispositions particulières ne pouvant être directement mises en œuvre par ALESYA Conseil, une recherche de solutions adaptées pourra être réalisée avec les acteurs ou partenaires compétents.

Référente handicap : Aleksandra ROQUES - a.roques@alesyaconseil.fr - 06.71.28.69.64

7. Financement

Nos formations sont financées directement par l'entreprise (autofinancement). Pour les formations en présentiel/blended learning, un devis précisant les modalités de règlement est transmis avant toute contractualisation.

8. Contact et inscription

ALESYA Conseil - contact@alesyaconseil.fr - 06.71.28.69.64 - www.alesyaconseil.fr