



Formation Courte

Prendre la parole en public

Maîtriser les techniques d'expression orale pour s'exprimer clairement et avec aisance dans toutes les situations professionnelles

Mis à jour le 09/07/2026

A qui s'adresse la formation ?

Agents de direction

Durée

2 jours

Prix de la formation

Tarif inter : 1 100 €

Eligible Pass'Pro

Lieu(x) des sessions

En présentiel à Paris

Satisfaction globale

9.14/10

[Voir tous les avis](#)

Déclinable sur mesure

Tarif sur demande

[Compléter le formulaire](#)

Objectifs

- Préparer et construire une intervention orale
- Maîtriser le trac, les techniques vocales et posturales
- Savoir se mettre en scène et gérer son image professionnelle
- S'adapter à des contextes et des publics différents
- Cerner la prise de parole à distance

Pré-requis

Cette formation ne nécessite aucun prérequis

Programme

Se préparer efficacement pour maîtriser son trac en public

- Déterminer son objectif principal et identifier les messages essentiels
- Hiérarchiser l'argumentation de son intervention
- Savoir respirer

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) et de ses silences

Gagner en assurance devant son auditoire

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

Préparer le contenu de son intervention

- Structuration et objectifs des différents types de présentation
- Fiches, notes et supports de présentation
- Se reposer sur du concret : exemples, comparaisons, références



Formation Courte

Prendre la parole en public

Maîtriser les techniques d'expression orale pour s'exprimer clairement et avec aisance dans toutes les situations professionnelles

Mis à jour le 09/07/2026

- Maintenir son intervention captivante

S'adapter aux différents contextes de prise de parole : réunions, présentations, séminaires, conférences

- Créer un climat de confiance
- Savoir s'adapter en souplesse au contexte et à l'environnement
- Susciter la participation de l'auditoire

Intervenants :

Formateurs experts en communication

Méthodes pédagogiques

- Apports pédagogiques en face à face
- Mise en pratique : travaux collectifs et/ou individuels, études de cas, quiz, mises en situation, jeux de rôle, ateliers
- Temps d'échange : partages de pratiques, co-développement

Modalités pédagogiques

Formation en présentiel

- 2 jours consécutifs

Horaires

- début 9h30 – fin 16h (dernier jour)

Évaluation

- Diagnostic de positionnement (auto-évaluation)
- Evaluation des acquis à l'issue de la formation (sommativ)
- Evaluation à chaud de la satisfaction

Compétences renforcées

- Faire preuve de leadership

Les prochaines sessions

Prendre la parole en public

📅 Du 6 octobre 2026 · 09h30 au 7 octobre 2026 · 16h00

Contacts

Pour toute information, contactez en priorité nos assistant(e)s
Pour du sur-mesure ou des intras contacter les chefs de projets



Formation Courte

Prendre la parole en public

Maîtriser les techniques d'expression orale pour s'exprimer clairement et avec aisance dans toutes les situations professionnelles

Mis à jour le 09/07/2026



AIT-OUBOU Hayat
Assistante de Formation

☎ 0477811524
✉ haitoubou@en3s.fr



FAURE Virginie
Cheffe de projets

☎ 06 58 61 84 39
✉ vfaure@en3s.fr

Avis

Note globale : 9.14/10

" Cette formation apporte de manière concrète, des réponses aux questionnements des stagiaires. Le fait d'avoir un petit groupe a permis aux stagiaires d'être au cœur du dispositif de formation et de prendre conscience de leurs forces et faiblesses, pour s'améliorer "

Publié le 04.02.2026