

FORMATION PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

FORMATION EN PRÉSENTIEL

14H (2 JOURS)

ÉLIGIBLE CPF (RS6377)

OBJECTIF DE LA FORMATION

Apprendre à s'exprimer avec clarté, assurance et impact dans un contexte professionnel, en développant à la fois la structure du message, la posture et la gestion du stress.

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Préparer efficacement ses interventions orales selon l'objectif professionnel.
- Structurer un message clair, percutant et adapté à son auditoire.
- Utiliser la communication non verbale pour renforcer sa crédibilité.
- Gérer les objections et les situations délicates sans se laisser déstabiliser.
- Adapter sa communication aux formats présentiel et distanciel.

PUBLIC CONCERNÉ

Managers, dirigeants, chefs de projet, commerciaux, responsables de service, demandeurs d'emploi ou toute personne amenée à s'exprimer régulièrement à l'oral.

PRÉREQUIS

Avoir au moins 1 an d'expérience professionnelle et une pratique régulière de la prise de parole dans un cadre professionnel (réunion, présentation, entretien, etc.).

PROGRAMME DE LA FORMATION (14H-2 JOURS)

Jour 1 – Structurer et convaincre

Préparer son intervention

- Définir l'objectif et les enjeux de sa prise de parole.
- Gérer le stress et les manifestations physiques.
- Identifier les 4 types d'auditoires.

Structurer son discours

- 7 étapes pour capter l'attention dès le début.
- 3 étapes pour développer ses arguments efficacement.
- 4 étapes pour conclure avec impact.

Argumenter et répondre aux objections

- Les différents types d'arguments et leur usage.
- L'importance de l'émotion dans le discours.
- Les 3 types d'objections et comment les gérer.

Jour 2 – Développer son impact

Diagnostic vidéo et feedback personnalisé

- Enregistrement et analyse individuelle.
- Identification des points de tension et leviers de progrès.

Communication non verbale

- Le regard, la posture, la gestuelle, la présence.
- Le corps au service du message.

Voix et expressivité

- Rythme, respiration, ton, volume et silences.

Prendre la parole à distance

- Clés pour maintenir l'attention en visioconférence.
- Adapter outils et posture au format distanciel.

ORGANISATION & MODALITÉ PRATIQUES

- **Durée** : 14 heures (2 jours consécutifs)
- **Horaires** : 9h-12h30 / 13h30-17h
- **Lieu** : 36 rue d'Alsace Lorraine, 31000 Toulouse
- **Tarif** : 1800 € TTC (1500 € HT)

FORMATEUR RÉFÉRENT

Damien Laffon - Fondateur et formateur principal d'Impulse Formation.

Diplômé de Kedge Business School, certifié DISC, et formateur en prise de parole depuis 5 ans.

Il accompagne dirigeants, managers et équipes dans des entreprises comme **Airbus, Leboncoin, Betclic ou Alten**.

Président du **Club Éloquence**, il anime également le concept **Pitch&Beer**, dédié à la démocratisation de la prise de parole.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

État des lieux vidéo initial et final (comparatif d'évolution).

Mises en situation filmées : simulations et feedbacks.

QCM final pour valider la compréhension des concepts.

CERTIFICATION PRÉPARÉE

RS6377 – “Communiquer avec impact à l'oral en présentiel et à distance”

Certificat délivré par **Pollen Conseil** et enregistré à **France Compétences**.

Cette certification rend la formation **éligible au financement CPF et OPCO**.

ACCESSIBILITÉ & DÉLAI D'ACCÈS

Accessibilité handicap : adaptation du rythme, du matériel ou du lieu selon les besoins (sur demande).

Délai d'accès : inscription au moins **14 jours avant le début de la session**.

CONTACT

Impulse Formation

✉ damienlaffon.coaching@gmail.com

☎ 06 66 95 35 72

Dernière mise à jour le 30/10/2025