

GAGNER EN AISANCE À L'ORAL

FORMATION EN PRÉSENTIEL

7H (1 JOUR)

ÉLIGIBLE OPCO

OBJECTIF DE LA FORMATION

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

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

- Maîtriser les techniques d'expression orale pour capter
- l'attention
- Utiliser la communication non verbale pour renforcer
- votre présence et votre autorité.
- Maîtriser le stress lié aux situations difficiles ou à fort
- enjeu
- Adapter votre communication non verbale au
- comportement du client
- Développer votre leadership

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

Aucun pré-requis.

PROGRAMME DE LA FORMATION (7H- 1 JOURNÉE)

Jour 1 – Développer son impact

Diagnostic vidéo et feedback personnalisé (2H)

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

Communication non verbale (2H)

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

Voix et expressivité (2H)

- Rythme, respiration, ton, volume et silences.

Prendre la parole à distance (1H)

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

ORGANISATION & MODALITÉ PRATIQUES

- **Durée** : 7 heures (1 journée)
- **Horaires** : 9h–12h30 / 13h30–17h
- **Lieu** : Locaux de l'entreprise
- **Tarif** : 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

Cette formation rend la formation **éligible au financement 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