

# Savoir s'exprimer en public

Prise de parole en public - expression orale

PRÉSENTIEL SUR-MESURE INTER ENTREPRISE

## Objectif de formation

À l'issue de la formation, vous serez capable de vous exprimer en public avec aisance et efficacité.

## **Programme**

### Préparer l'intervention

Définir ses objectifs de communication Choisir le plan, organiser ses idées Créer un environnement favorable

### La préparation matérielle

Les fiches images et aides visuelles Principes d'une présentation orale efficace Soigner sa prise de contact Apprivoiser ses peurs et lever ses préjugés Images projetées et images perçues

### Capitaliser sur ses atouts

Savoir utiliser son trac Se dépasser pour performer Communication verbale et non verbale Porter le message avec son corps Savoir bien respirer, occuper l'espace Les expressions, le regard, le charisme Créer une connivence avec le public

#### Prendre la parole

Articuler, poser et travailler sa voix Les clés pour convaincre Improviser pour pallier l'imprévu Susciter et gérer les échanges

#### L'écoute

Se préparer aux questions Identifier les attentes pour adapter son message Inciter à la participation, canaliser et maîtriser les échanges avec assertivité Gérer son temps de parole

# Les points forts de la formation

- Des outils pour structurer un message percutant auprès de son auditoire
- De nombreuses mises en situation dans des espaces différents pour un entrainement « tout terrain »
- Les stagiaires sont invités à venir avec leur(s) présentation(s) pour en renforcer l'impact et s'entrainer dans des contextes réalistes et concrets.
- Un diagnostic et des conseils personnalisés tout au long de la formation

### Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Toute personne amenée à s'exprimer en public

Durée

2 Jours dont 14 Heures en

Tarif(s) net de taxe

800 € par stagiaire

Adresse

Site de Rennes/Bruz Campus de Ker Lann, 6 Rue des frères Montgolfier, BP 17201

35172 Bruz

https://www.cci-formationbretagne.fr/ille-et-vilaine



### Les conditions d'admission

### **Prérequis**

Aucun

## Le parcours de formation

### Objectifs pédagogiques

Acquérir et développer une aisance de communication en public. Maîtriser les principes d'une présentation orale efficace. Adapter sa communication à différentes situations, contextes et publics. Susciter et gérer les échanges.

# ▶ PRÉSENTIEL

### Modalités d'évaluations

Dans le cadre de notre process qualité évaluation systématique des éléments acquis en fin de formation.

#### Modalités pédagogiques

Alternance d'apports théoriques de travaux de groupe et de mises en situation pratique sur les problématiques propres aux stagiaires.

Les sessions

Bruz

• 3 et 4 mars 2026

Date et mise à jour des informations : 27/11/2025

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet www.cci-formation-bretagne.fr



### **Contacts**





