

# Parler en public en partenariat avec le Festival PREMIERS PLANS

2 jours (14 heures)  
Ajouté le 08/10/2024 - Modifié le 08/01/2025

**À partir de 960€ NET**

Prendre confiance et augmenter l'impact de son discours en public

## Objectifs

- Identifier son profil de communicant
- Gérer ses émotions pour s'exprimer clairement et efficacement
- Mesurer l'impact de la communication non verbale
- Rendre son texte vivant, gagner en présence face à une caméra
- Structurer et préparer son discours
- Savoir rebondir sur l'imprévu

Formation réalisée en partenariat avec le festival PREMIERS PLANS d'Angers

Pendant cette formation vous profiterez de l'expertise du comédien réalisateur angevin Quentin Ménard pour acquérir les techniques de communication face à une caméra

2 places vous seront offertes pour une des projections du Festival

## Compétences visées

- S'exprimer de façon convaincante et vivante
- Développer son charisme grâce aux techniques d'acteur
- Communiquer efficacement face à une caméra de manière confiante
- Développer sa capacité à structurer sa prise de parole de façon percutante
- Adapter sa posture et sa communication verbale

## Public

Toute personne qui souhaite acquérir les techniques de Prise de Parole pour

Promouvoir un projet en interne, être filmée pour une vidéo institutionnelle, faire un Pitch devant des clients, des investisseurs, des partenaires, mieux gérer son image lors de réunions en visio conférence, s'exprimer lors d'une interview filmée.

**Prérequis :** Prérequis : Aucun

**Accessibilité :** Formation ouverte aux personnes en situation de handicap : un référent handicap étudiera les adaptations pouvant



# Parler en public en partenariat avec le Festival PREMIERS PLANS

être mises en place pour vous permettre de suivre la formation.

**Délais d'accès :** L'accès à la formation est soumis au délai d'acceptation des financeurs et du temps de traitement de la demande : de 7 jours à 2 mois selon le mode financement.



## Programme

### Identifier son profil de communicant

- Qu'est-ce que je perçois de moi, qu'est-ce que les autres perçoivent de moi ?
- Quelle est l'image que je souhaite renvoyer ?

### Gérer ses émotions pour s'exprimer clairement et efficacement

Exercices d'ancrage et de respiration issus de différentes techniques pour favoriser une meilleure adaptation et une meilleure récupération

### Mesurer l'impact de la communication non verbale

- La congruence : être en accord entre ce que l'on dit et ce que les autres perçoivent
- Gestuelle, attitude, postures au service du discours.

### Rendre son texte vivant, gagner en présence

- Diction, prononciation, articulation
- Ruptures de rythme, oser faire des silences
- Conviction : donner de l'intention à son discours

### Structurer et préparer son discours

- L'essentiel à communiquer en fonction de l'objectif
- Prise en compte des contraintes de temps et d'espace
- Préparation d'un plan d'intervention
- Personnalisation du discours, être concret, utiliser des exemples

### Savoir rebondir sur l'imprévu

- Entraînement à l'improvisation pour mieux répondre aux objections



# Parler en public en partenariat avec le Festival PREMIERS PLANS

## Dates & lieux

📅 21 et 22 janvier 2025

📍 Angers

€ 960.00

## Les points forts

Une offre riche et diversifiée de plus de 200 formations sur des thématiques très ciblées. Une équipe à votre écoute pour vous accompagner dans la réalisation de vos projets formation !

Retrouvez tous nos indicateurs de satisfaction et de performance sur nos pages centres de formation.

Formation réalisée en partenariat avec le festival PREMIERS PLANS d'Angers.

2 places vous seront offertes pour une des projections du festival

## Modalités pédagogiques

Le formateur apporte non seulement des notions théoriques mais également un accompagnement des stagiaires vers l'acquisition des compétences et leur validation par la pratique.

De ce fait, le déroulement des formations inclut des travaux : en sous-groupes, de préparation d'exposés, de mises en situation, des exercices d'application, des ateliers de travail.

Déroulement de la formation :

Mardi 21 janvier 2025 : Journée de formation avec Laurence Brunel

Mercredi 22 janvier matin : cette demi-journée sera consacrée à des mises en situations professionnelles de prise de parole filmées. Un travail d'observation et d'analyse sera réalisé sur les postures et les expressions du visage. Après une prise de conscience, Quentin Ménard vous donnera les techniques pour « apprivoiser la caméra ».

Un débriefing de l'expérience vécue le matin sera réalisé avec la formatrice Laurence Brunel qui fera également le lien avec les apprentissages de la première journée avec la première journée de formation. Définition de plans d'actions personnels.

**Équipe pédagogique** : Les formateurs CCI FORMATION sont sélectionnés en cohérence avec les méthodes pédagogiques que nous encourageons. Ils sont référencés sur la base de leur expertise dans leur domaine d'intervention et leur capacité à partager leur expérience au travers de solutions concrètes et opérationnelles. Issue du conservatoire d'art dramatique LAURENCE BRUNEL est formatrice en communication depuis 18 ans et metteuse en scène. Elle sait combiner ses deux compétences pour rendre la formation vivante et valoriser les atouts de chaque participant. Quentin MENARD, issu de l'école Nationale Supérieure d'art dramatique de Montpellier ; Acteur et réalisateur, Il s'est spécialisé dans la simulation et forme les étudiants et les professionnels de santé sur leur niveau d'empathie. Il intervient également sur les scènes d'improvisation, l'écriture de scénarios et la prise de parole en

