Mise à jour : 16/09/2025

Réussir ses prises de parole en public

Cette formation va vous permettre d'améliorer l'impact de vos prises de parole et d'acquérir les compétences pour être plus à l'aise face à un public

Durée : 2 jours

Organisation : en présentiel

Prérequis : aucun

Méthode pédagogique : active, différenciée et expérientielle

Validation des acquis : évaluation continue

Maximum de participants : 8

Tarif inter : 1 200 € HT / stagiaire

Prochaine session

Nous contacter
Lieu : Toulouse et sa périphérie

Session sur-mesure possible

Objectifs

- Utiliser les méthodes de mise en condition physique et mentale
- Travailler sur votre langage corporel et verbal afin de délivrer un message avec impact
- Développer son charisme à l'oral
- Combattre stress et timidité face à son auditoire
- Faire face aux imprévus avec la réaction adéquate

www.lesclesdeslagestion.fr

Programme détaillé

1/ Préparez votre intervention
- Révélez l'orateur qui est en vous
- Acceptez votre peur de parler en public
- Définissez l'objectif de votre prise de parole
- Structurez votre contenu comme un pro
- Trouvez votre technique d'auto-relaxation

2/ Entraînez-vous
- Analysez ce qui fait la force d'un bon orateur
- Faire face au trac
- Maîtrisez votre langage corporel
- Gommez les défauts du langage verbal
- Détectez vos points faibles et vos points forts

3/ Maîtrisez votre prestation le jour J
- Parlez à une conférence
- Faites cours devant une classe
- Délivrez un contenu face caméra
- Donnez une présentation en entreprise

4/ Faire face aux imprévus
- Anticiper les situations stressantes pour vous
- Développer sa répartie
- Répondre aux questions avec tact
- Improviser en toutes circonstances

Renseignements et inscription

Nicolas Weckerlin
07 68 40 08 95
nweckerlin@lesclesdelagestion.fr

les clés de la gestion
FORMATIONS