Prise de parole en public

Structurer et renforcer son impact oral.

Programme de formation - version 3.0 - mise à jour du 02/10/2026

Informations pratiques

Public visé	Toute personne amenée à présenter, convaincre, animer une réunion ou intervenir devant un groupe dans un contexte professionnel.
Prérequis	Aucun prérequis.
Durée	14 heures - 2 jours
Modalités	Présentiel recommandé ; classe virtuelle possible avec caméra et micro.
Modalités d'accès	Demande de devis via le site, par courriel ou par téléphone, analyse du besoin, validation du devis puis signature de la convention de formation. En cas de financement avec subrogation, l'inscription est confirmée après accord de prise en charge de l'OPCO.
Délai d'accès	8 jours après la signature de la convention de formation professionnelle ou 15 jours après accord de prise en charge par l'OPCO en cas de demande de subrogation.
Tarif	Sur devis. Le devis précise le coût en fonction de la durée, du nombre de participants, du lieu, des modalités et des éventuels frais associés.
Accessibilité	Les besoins liés à une situation de handicap ou à un besoin particulier sont recueillis avant la session. MAJY Insertion étudie les adaptations possibles (rythme, supports, accessibilité des locaux, modalités pédagogiques) et mobilise, si nécessaire, les ressources ou partenaires compétents.
Contact	contact@majy-insertion.com - 06 09 74 62 40

Finalité de la formation

Structurer et renforcer son impact oral.

Objectifs opérationnels

- Structurer un message clair.
- Maîtriser ouverture, fil directeur et conclusion.
- Utiliser voix, regard, posture et rythme.
- Gérer le trac et les imprévus.
- Répondre aux questions et maintenir l'attention.

Contenu de la formation

1. Construire son message

- Objectif, public et message clé.
- Structure en trois temps.
- Supports visuels sobres.

2. Développer sa présence

- Voix, débit, articulation et silences.
- Posture, gestes et regard.
- Occupation de l'espace.

3. Gérer le trac

- Préparation mentale et respiration.
- Transformer l'énergie en présence.
- Gérer trou de mémoire et interruption.

4. Interagir

- Questions, objections et reformulation.
- Improvisation cadrée.
- Passages observés et feedback.

Méthodes pédagogiques

Exercices courts, prises de parole progressives, jeux d'improvisation et feedback vidéo possible.

Moyens pédagogiques et techniques

Salle permettant les passages, vidéoprojecteur et support de préparation.

Positionnement en amont

Questionnaire ou échange de positionnement en amont permettant d'identifier l'expérience, les attentes, le niveau initial et les éventuels besoins d'adaptation.

Évaluation des acquis

Positionnement, deux passages comparés et grille d'observation.

Suivi et preuve de réalisation

Attestation de fin de formation et/ou certificat de réalisation mentionnant l'intitulé, les dates et la durée réalisée.

Programme de référence. Avant chaque contractualisation, MAJY Insertion analyse le besoin du commanditaire. Le programme remis avec le devis ou la convention reprend les objectifs, contenus, durée et modalités applicables à la session concernée.