

Fiche descriptive générique

Communication

**Communiquer à l'oral avec aisance - Semaine  
de formation thématique**

*Version au 18/02/2025*



En mode Présentiel ou Distanciel suivant les dates

*Deux modules complémentaires avec exercices pratiques et concrets.*

## **PUBLIC CONCERNÉ**

Toute personne (directeur, manager, responsable d'équipe, de projets ou de relation avec les publics, commercial, télé-opérateur, conférencier, formateur, agent d'accueil, guides, chargé de communication ou encore médiateurs culturels...) ayant besoin, dans le cadre de son activité professionnelle, de prendre la parole en public et étant amenée à devoir s'exprimer devant différents interlocuteurs.

## **OBJECTIFS - COMPÉTENCES VISÉES**

Appréhender la communication orale de façon concrète, adaptée aux réalités et aux moyens du secteur culturel.

**Module 1 - Préparer et maîtriser sa communication orale**

- Être en mesure de présenter efficacement un sujet en public (réunion, séminaire, colloque...)
- Être en mesure de répondre à des interviews, en maîtrisant son message et son attitude.

**Module 2 - Travailler sa voix pour s'affirmer à l'oral**

- Travailler la confiance en soi et vaincre sa timidité naturelle avant de s'exprimer à l'oral
- Être capable de communiquer à l'oral auprès de ses différents interlocuteurs
- Savoir s'exprimer avec calme et donner une intention à ses propos en modulant sa voix
- Savoir gérer son souffle pour parler longtemps sans fatiguer sa voix
- Maîtriser sa voix en toutes circonstances en canalisant son stress, ses angoisses, ses émotions...
- Savoir révéler l'identité de sa voix
- Apprendre la technique de la respiration et du placement de la voix

## **PRÉREQUIS**

Cette formation ne nécessite aucune connaissance particulière préalable. Une expérience de prise de parole en public est appréciable.

Pour le premier module, les participants réfléchiront préalablement à une intervention à réaliser en public (exposé, discours, présentation, etc). Ils pourront également apporter leur ordinateur portable afin de travailler leur présentation orale dans les meilleures conditions.

Pour le second module, les participants se muniront d'un tapis de gym ou une grande serviette pour les exercices de respiration au sol. Il est demandé de préparer à l'avance, deux discours d'une vingtaine de lignes chacun.

## **MODALITÉS D'ADMISSION**

L'admission à cette formation est soumise à un entretien avec un.e de nos conseillers.ères formation.

## **CONTENU**

**Module 1 - Préparer et maîtriser sa communication orale (3 jours)**

- Comprendre les spécificités de la communication orale
- Préparer, structurer une intervention orale
- Tirer parti des supports matériels
- Adapter son langage à son auditoire
- Prendre conscience de son propre fonctionnement - Exercices
- Contrôler son stress - Exercices
- Connaître les techniques permettant de s'entraîner seul

**Module 2 - Travailler sa voix pour s'affirmer à l'oral (2 jours)**

- La respiration
- Les résonateurs
- Donner une intention à ses propos



- Mise en application des techniques vocales

## FORMATEUR RÉFÉRENT et Direction pédagogique

**CRÉCENT Cécile** *Professeur de français*

Depuis 1989, elle a travaillé à différents postes pour des festivals, des événements, des associations culturelles (attachée de presse, chargée de communication, assistante de production, chef de projet web...).

Formatrice en communication depuis 2001, elle mène en parallèle une activité de consultante (études, conception et rédaction de documents...).

Quelques postes et/ou missions : Festival d'Été de Nantes, Les Arts au Soleil en Pays de la Loire, Trempolino, Communauté Urbaine de Nantes, Fondation Charles-Léopold Mayer, Pôle multimédia Médiagraph, CRIC, Songo/L'Olympic, Citémonde, Éditions Coméor, ARTES, CCI Nantes-Saint-Nazaire...

La direction pédagogique est assurée par BUREAU Cyrille Directeur de l'organisme de formation.

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Les participants travailleront à partir de mises en situation et d'exercices pratiques tirés de situations professionnelles concrètes. Par le biais d'exercices ludiques, créatifs et dynamiques basés sur le chant en groupe, chacun peut expérimenter sa capacité à être à l'écoute de soi et en relation avec l'autre. Cette expression dynamique permet d'aller au delà des limites de notre représentation mentale, favorise la relation à l'autre, le sentiment de faire partie d'une équipe et d'y être intégré.

## MOYENS ET SUPPORTS

Les lieux de formation disposent d'un espace d'accueil et de détente dédié (description détaillée sur notre site Internet). Les salles de formation sont équipées de bureaux biplaces, de tableaux et moyens de projection à vocation pédagogique, d'accès au WiFi (à la discrétion du formateur). Les salles de formation sont fermées et sécurisées en dehors des temps de formation.

Chaque participant et formateur dispose d'un extranet individuel pendant la formation.

Les supports pédagogiques et les références bibliographiques sont fournis à chacun pendant ou après la formation, après avoir été commentés pour assurer leur bonne appropriation.

## MODALITÉS DE SUIVI ET D'ÉVALUATION

Avant la formation, chaque participant est invité à un entretien avec un conseiller, puis à compléter un questionnaire lui permettant d'exprimer directement au formateur sa situation et ses attentes.

Le contrôle des acquis en cours de formation est réalisé à l'aide de mises en situation, d'auto-diagnostic, de travaux pratiques ou dirigés, suivant les modalités pédagogiques.

Une évaluation qualitative est réalisée en fin de formation, puis analysée par l'équipe pédagogique. Le résultat global est à la disposition du participant.

Une attestation individuelle de formation, rappelant les objectifs, est remise au participant l'ayant suivie avec assiduité.

## ORGANISATION, DURÉE ET COÛT PÉDAGOGIQUE

Effectif limité à 8 participants maximum.

Durée : 5 jours (35 heures de formation, y compris les activités pédagogiques effectuées à distance)

Tarif public :

- Tarif module 1 : 1 925 € par participant (net de taxes)
- Tarif module 2 : 1 320 € par participant (net de taxes)
- Tarif préférentiel semaine thématique : **3 100 €** par participant (net de taxes)

Tarif spécifique destiné aux personnes physiques, aux salariés d'associations et aux agents des communes de moins de 10 000 habitants :

- Tarif module 1 : 1 195 € par participant (net de taxes)
- Tarif module 2 : 925 € par participant (net de taxes)



- Tarif préférentiel semaine thématique : **1 890 €** par participant (net de taxes)

*Grâce au respect des procédures qualité en vigueur, nos formations sont éligibles à une prise en charge totale ou partielle par les dispositifs publics de financement de la formation.*

### Informations complémentaires

Cette formation a un taux de satisfaction de % (taux de répondants 0 % à la date du 18/02/2025)

#### Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Nos formations sont accessibles aux personnes handicapées moteur dans la plupart de nos lieux de formation. D'autres types de handicaps et de compensations peuvent être pris en charge sur demande. Notre organisme de formation est doté d'un référent handicap qui peut étudier avec vous les différents aménagements de votre projet de formation.

Pour tout autre renseignement : 02 40 20 35 35

