

#### OBJECTIF(S) OPERATIONNEL(S)

---

A l'issue de l'action de formation, le ou la participant(e) sera capable de :

- Communiquer avec aisance en public

#### OBJECTIF(S) DE L'ACTION DE FORMATION

---

Intégrer les règles de base de la communication orale.  
Augmenter la confiance en soi et exploiter son potentiel.  
Améliorer sa capacité à produire un message et retenir l'attention d'un auditoire.

#### PUBLIC

---

Toute personne amenée à intervenir face à un groupe pour une conférence, une réunion, une formation, une présentation.

#### PRÉREQUIS

---

Personne majeure et francophone.

#### MOYENS ET OUTILS PÉDAGOGIQUES DE L'ACTION DE FORMATION

---

Prise en compte des attentes et des besoins identifiés préalablement à l'action de formation.  
Alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques et de partages d'expériences.

#### LIEU DE FORMATION

---

CCI FORMATION – 5, rue Jean-Antoine CHAPTAL 57070 METZ  
Cette formation est possible en présentiel ou en distanciel grâce à une connexion avec votre ordinateur ou votre smartphone.

#### MODALITES ET DELAIS D'ACCES

---

Inscription via notre bulletin d'inscription : au minimum 15 jours avant le démarrage de la session  
Si prise en charge par un OPCO : vous devez en faire la demande à votre OPCO un mois avant le démarrage de la session.

#### CONTACTS

---

Téléphone : 03 87 39 46 66  
Mail : [formationcontinue@moselle.cci.fr](mailto:formationcontinue@moselle.cci.fr)  
Web : [www.cciformation.org](http://www.cciformation.org)

#### ACCESSIBILITE

---



Tous nos sites répondent aux conditions d'accessibilité et sont desservis par les réseaux de transport urbain.  
Le centre mobilisera les moyens adaptés au handicap avec les structures existantes.

## **PROGRAMME**

---

### **La communication et ce qu'elle n'est pas**

Ses enjeux pour soi, pour les autres

La communication orale comme lien entre les personnes

### **Évaluation de ses compétences**

Faire le point sur sa capacité à faire passer un message juste

Comprendre les décalages entre le message que l'on veut faire passer et celui que l'on fait effectivement passer

Observer son attitude corporelle et comprendre son impact sur l'écouter

### **Préparation de sa prise de parole en fonction de ses objectifs**

Gestion de soi : le stress, la respiration, la voix, la mémorisation

Gestion de l'espace : travail sur le non-verbal

Gestion du groupe et introduction à la gestion des situations difficiles

Comment développer la spontanéité

### **Plan de progrès individuel**

## **SUIVI ET ÉVALUATION DES RÉSULTATS**

---

*Document d'évaluation de satisfaction, test des acquis, attestation de présence, attestation de fin de formation individualisée.*

*Évaluation des acquis en cours de formation par des outils adaptés et communiqués en début de l'action de formation (exemples : quizz, mises en situation, jeux de rôle, ...)*

## **DATES Site de Metz (autre sur demande)**

---

**31 mars, 1 avril 2021**

**27, 28 septembre 2021**

**4, 5 novembre 2021**

## **DISPOSITIONS PRATIQUES**

---

Effectif maximum : **8 participants**

## **POUR ALLER PLUS LOIN**

---

Communiquer efficacement.

Les techniques théâtrales pour mieux communiquer.