

# Gagner en aisance à l'oral dans vos communications professionnelles

Parcours concourant au développement des compétences

Action de formation réalisée selon les articles L.6313-1 et 6313-2 du Code du travail

**OBJECTIF PROFESSIONNEL VISÉ :** à l'issue de la formation, vous serez capable de gagner en clarté, en sérénité et en capacité d'argumentation pour vos prises de parole en situation professionnelle. Vous serez capable de moduler votre voix et de mobiliser votre corps pour adopter une posture impactante à l'oral. Vous serez capable de rebondir lors de situations de déstabilisations pour une prise de parole maîtrisée en toute situation.

**OBJECTIFS OPERATIONNELS VISÉS :**

- \* Adopter une posture communicante
- \* Gérer son stress lors d'une prise de parole
- \* Présenter, argumenter et valoriser un projet, une idée, ou soi-même (pitch) à l'oral
- \* Répondre à des déstabilisations à l'oral : les bases pour réagir

**LES + DE LA FORMATION :**

Des exercices et des mises en situation pour permettre une application directe des techniques abordés en formation

Des présentations individuelles selon vos axes de progression, des exercices en collectif sur un mode dynamique et de non-jugement

**ACTION DE FORMATION EN PRÉSENTIEL ET EN INTER-ENTREPRISES :**

 Durée 1 jour soit 7 heures	 Dates Le 26 juin 2026	 Lieu VANNES
--	---	---

**DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION :**

15 jours minimum à date de retour de la convention signée.

**MODALITE D'INSCRIPTION :**

Les inscriptions sont à faire auprès du service formation :

- Isabelle BOZEC : i.bozec@venetis.fr - 06 70 10 44 74
- Rachel JEHANNO : r.jehanno@venetis.fr - 07 88 64 94 97

**PUBLIC VISÉ :** Tout professionnel amené à prendre la parole en public lors de présentations préparées et souhaitant améliorer sa pratique.

PRÉ REQUIS : Maîtrise de la langue française à l'écrit et à l'oral

CONTENU DE LA FORMATION :

### Adopter une posture communicante

- \* Prise de conscience du pouvoir du non-verbal et du paraverbal lors des prises de parole
- \* Le corps, allié de votre communication : exercices pratiques sur gestes, posture et mouvements
- \* Travail autour du souffle et de la respiration pour poser son débit, sa voix et son rythme
- \* La transmission de message de manière authentique : posture, regard, voix et silence, avec méthodologie et plan d'action

### Gérer son stress lors d'une prise de parole

- \* Les sources de stress et les peurs : les identifier pour les transformer en énergie positive
- \* Les techniques de régulation du stress
- \* Expérimentation lors de mises en situation

### Présenter, argumenter et valoriser un projet, une idée, ou soi-même (pitch) à l'oral

- \* Méthodologie simple pour préparer et structurer une présentation orale
- \* Identification d'arguments pour structurer un message fort et inédit
- \* Traduction des attentes et des craintes de sa cible en messages pertinents
- \* L'art de l'introduction et de la conclusion efficaces
- \* La légitimité à prendre la parole : exercices individuels et mises en situation en équipe

### Répondre à des déstabilisations à l'oral : les bases pour réagir

- \* Les éléments de déstabilisation : personne, situation, message à porter, imprévu technique, etc : retours d'expériences
- \* L'inventaire de vos atouts et de vos points à améliorer à l'oral : test, regards croisés, etc...
- \* Les techniques de régulation lors de situations déstabilisantes par la méthode assertive : jeux de rôles en groupes

LA FORMATRICE : Fanny Dufour, professionnelle de la communication spécialiste de la psychologie sociale, est coach et formatrice en prise de parole en public. Dirigeante des « Nouvelles Oratrices », elle anime de nombreux événements auprès d'entreprises locales autour de la communication professionnelle. Elle partage sur les réseaux son expertise autour de la prise de parole efficace et bienveillante.

Le suivi pédagogique et la coordination de la formation sont sous la responsabilité d'Isabelle BOZEC responsable pédagogique, qui veille à la qualité et à la conformité des contenus dispensés. Coordonnées : [i.bozec@venetis.fr](mailto:i.bozec@venetis.fr) / 06 70 10 44 74

INDICATEURS DE RÉSULTATS :

Le taux de satisfaction concernant les formations réalisées chez VENETIS Formation au second semestre en 2025 est de 93%. Le taux de recommandation est de 100% sur le second semestre 2025

## MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES UTILISÉS :

La formation s'appuie sur des apports théoriques transmis tout au long de la formation et s'organise autour d'exercices et de mises en situation pour permettre à chaque participant une mise en application directe dans leur environnement professionnel.

## SUIVI ET ÉVALUATION À L'ISSUE DE LA FORMATION :

Chaque participant réalise un test de positionnement en amont de la formation. Une grille d'autoévaluation des acquis est complétée en début et fin de formation et enfin une évaluation à l'issue de la formation (à chaud) est également proposée pour mesurer la satisfaction et les acquis en fin de session.

## SANCTION DE LA FORMATION :

Un certificat de réalisation est remis individuellement à chaque stagiaire et à son employeur.

## A L'ATTENTION DES PERSONNES EN SITUATION D'HANDICAP :

Notre organisme de formation peut vous offrir des possibilités d'adaptation et/ou de compensations spécifiques si elles sont nécessaires à l'amélioration de vos apprentissages sur cette formation. Ainsi, si vous rencontrez une quelconque difficulté nous vous remercions de contacter directement, Isabelle BOZEC : 06.70.10.44.74 / [i.bozec@venetis.fr](mailto:i.bozec@venetis.fr)

## DOCUMENTS CONTRACTUELS FOURNIS :

Toutes les actions de formation dispensées par VENETIS font l'objet d'une convention de formation signée des deux parties.

Tout document contractuel est accompagné du parcours de l'action de formation, de la convention détaillée et du règlement intérieur de la formation.

## ENGAGEMENT QUALITÉ :

VENETIS satisfait aux exigences du Décret n°2019-564 du 6 juin 2019 relatif à la qualité des actions de la formation professionnelle et le certificat QUALIOPI.

Vous trouverez sur notre site les pièces téléchargeables, le règlement intérieur et certificat QUALIOPI.

## DES SOLUTIONS DE FINANCEMENT DE LA FORMATION :

Différents dispositifs de financement sont accessibles en fonction de votre financeur public.

L'équipe Vénéti Formation est à votre disposition pour vous accompagner dans le choix de vos formations et la gestion de vos démarches administratives.

Contactez-nous : Isabelle BOZEC : [i.bozec@venetis.fr](mailto:i.bozec@venetis.fr) - 06 70 10 44 7 ou Rachel JEHANNO : [r.jehanno@venetis.fr](mailto:r.jehanno@venetis.fr) - 07 88 64 94 97

Identifiez votre OPCO en visitant le site [France compétences](https://www.francecompetences.fr) : " [Quel est mon-opco ?](https://www.francecompetences.fr/mon-opco) "

