



# Formations en communication

Pour développer l'innovation de la communication en entreprise.  
Pour **élargir ses compétences** et apprendre à mieux communiquer en entreprise, à mieux transmettre ses messages, pour partager un **langage commun**.

# Prise de parole en public

 **Durée :**  
2 jours - 14 heures

## → INTER-ENTREPRISES

2 à 8 personnes - **900€ H.T.**

### Strasbourg :

du **lundi 31 janvier** au **mardi 1<sup>er</sup> février** 2022

du **lundi 16** au **mardi 17 mai** 2022

du **lundi 03** au **mardi 04 octobre** 2022

## → INDIVIDUEL

1 personne

**1 200€ H.T.**

Sur demande

## → INTRA-ENTREPRISES

4 à 10 personnes

**2 000€ H.T.**

Sur demande.

## Programme

### → Analyser

#### Anticiper et gérer son stress

Identifier les contextes liés au stress.

#### Brainstorming

Comprendre ses réactions et les maîtriser.

### → Comprendre

#### Comprendre et gérer les relations interpersonnelles

Comment partager un langage commun ?

### → Méthodologie

#### Les règles de la communication

Comment se faire comprendre et être écouté ?

Comment délivrer un message efficace ?

Gestion des supports de communication.

#### Les techniques de préparation

Travail sur le corps (postures) et la voix.

Gestion de l'espace.

#### Travailler son discours, sa présentation

Comment structurer ses idées, son contenu et

développer son discours, sa présentation ?

### → Action

#### Définir vos solutions et restitution

Brainstorming : préparer votre discours, votre présentation.

Présentation votre discours, votre présentation et debrief.

### → Conclusion

Questions, précisions.

Accompagnement personnalisé dans 3 mois (2 heures) : retour sur la mise en place dans votre entreprise.

## Objectifs

Savoir **anticiper** et **gérer** son stress.

Savoir **travailler** son discours.

Savoir **convaincre** et **être écouté**.

Savoir parler en public avec **aisance**.

## Modalités d'accès

### → Public

Toute personne ou responsable confronté à prendre la parole en public.

### → Prérequis

Aucun. Questionnaire de positionnement et d'évaluation des acquis en entrée de formation.

### → Méthodes mobilisées

Alternance d'apports théoriques et de mises en application via des jeux de rôles et études de cas.

Accès en ligne aux ressources pédagogiques et documentaires (échanges, contenus pédagogiques, quizz).

### → Délais d'accès

15 jours entre la demande et le démarrage de la formation.

Jusqu'à 2 mois pour les personnes en situation de handicap (en fonction de l'aide à mettre en place).

### → Accessibilité

Formation accessible et adaptée aux publics en situation de handicap. En savoir plus : [aides et formations adaptées](#).

### → Modalités d'évaluation

Évaluations via Klaxoon : évaluation formative à la fin de chaque module et sommative en fin de formation.

Certificat de réalisation sur les compétences acquises.

Questionnaire d'évaluation.

# Bulletin de préinscription



À renvoyer à [info@5sens-conseils.com](mailto:info@5sens-conseils.com)

Intitulé de la formation : \_\_\_\_\_

Choix des dates : \_\_\_\_\_

Format :  Inter-entreprise  Intra-entreprise  Blended-learning  Individuel

## Entreprise

Nom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Code postal : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_

## Responsable de formation ou signataire de la convention

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_

Email : \_\_\_\_\_

**Formation intra**    Nombre de participants : \_\_\_\_\_

ou

**Inscription individuelle**     Mme     M.

Nom : \_\_\_\_\_    Prénom : \_\_\_\_\_

Fonction : \_\_\_\_\_

Tél. : \_\_\_\_\_    Email : \_\_\_\_\_

## Règlement de la formation

Entreprise : \_\_\_\_\_

Adresse\* : \_\_\_\_\_

\*Si différente de celle mentionnée ci-dessus

OPCO / Organisme paritaire collecteur (nom, adresse) : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Je reconnais avoir pris connaissance des [conditions générales de vente](#)

En cochant cette case, vous acceptez que les informations vous concernant fassent l'objet d'un traitement informatique destiné au service formation de 5 Sens Conseils et soient utilisées aux seules fins de « gestion des stages ». La durée de conservation de ces données est de 3 ans. Conformément au règlement européen 2016/679 du 27 avril 2016, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification, de portabilité et d'effacement des informations qui vous concernent en vous adressant au délégué à la protection des données : [info@5sens-conseils.com](mailto:info@5sens-conseils.com). Vous avez la possibilité d'introduire une réclamation auprès d'une autorité de contrôle.

Date :

Cachet et signature obligatoires :



## Indicateurs de résultats des actions de formation 2020/2022

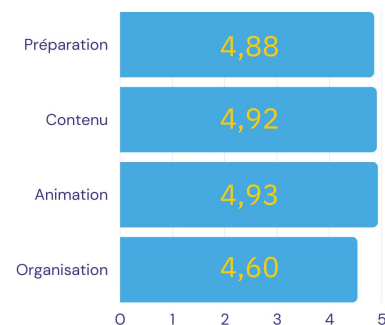
### Atteinte des objectifs des formations



### Niveau de performance (compétences avant et après la formation)



### Satisfaction stagiaires



### Nous contacter

 [info@5sens-conseils.com](mailto:info@5sens-conseils.com)

 06.48.28.26.67



[5sens-conseils.com](https://www.5sens-conseils.com)

Raison sociale de l'organisme de formation : 5 SENS CONSEILS SASU (SSC) - N° SIRET : 802 454 801 00027, enregistrée au RCS de Strasbourg.  
Adresse : 4 quai Koch, 67000 Strasbourg

Code APE 8559 A - Formation continue d'adultes. Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 21 51 01731 51 auprès du Préfet de région du Grand-Est, cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat. Numéro de certifi cat QUALIOPi n°B00104 délivré par l'ICPF.