# 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 :** 14h - 2 jours

**Strasbourg** — **INTER-ENTREPRISE**
2 à 6 personnes **- 1 200€ H.T.**

- du **lundi 06** au **mardi 07 octobre 2025**
- du **lundi 09** au **mardi 10 mars 2026**
- du **lundi 29** au **mardi 30 juin 2026**

**France** — **INTRA-ENTREPRISE**
2 à 6 personnes **- 2 400€ H.T.**
Formation sur demande.
Frais de déplacement à prévoir.

## Programme

### → PRENDRE CONSCIENCE DE SOI EN SITUATION

**Brainstorming**
Définir ses forces et axes d'amélioration.

### → DÉVELOPPER DES TECHNIQUES POUR AMÉLIORER SA POSTURE, CONVAINCRE ET ÊTRE ÉCOUTÉ

**Les règles de la communication**
Comment se faire comprendre et être écouté ?

**Les techniques de préparation**
Travail sur le corps, les postures, la voix, gestion de l'espace.
Visualisation mentale.

### → DÉVELOPPER DES TECHNIQUES DE COMMUNICATION POUR TRANSMETTRE UN MESSAGE, UN DISCOURS PERCUTANT

**Les règles de la communication**
Comment délivrer un message efficace ?

**Savoir travailler un discours percutant**
Comment structurer ses idées, son contenu et développer son discours, sa présentation ?
Le story telling.

### → SAVOIR FAIRE FACE AUX OBJECTIONS ET SITUATIONS DÉLICATES

Animer un réseau, des équipes en réunion.
Techniques pour gérer les situations délicates et faire face aux objections.

### → ACTION & CONCLUSION

Présentation de votre discours, votre présentation et débrief.
Possibilité de filmer votre présentation finale pour avoir un retour optimal.

**Conclusion**
Questions, précisions.
Accompagnement personnalisé dans 3 à 6 mois (2 heures) : retour sur la mise en place dans votre entreprise.

### INDICATEURS QUALITÉ - NOS FORMATIONS

| Note générale | Montée en compétence | Chiffres stagiaires |
|---|---|---|
| **9,8/10** | **5,5/10 à 7,9/10** | **793** stagiaires **7500** heures |

### PRÉ- INSCRIPTION

Cliquez sur ce lien

### VOTRE FORMATEUR

Découvrez son profil

## Objectifs

Prendre **conscience de soi** en situation.

Développer des **techniques de communication** pour **transmettre un message**, un **discours percutant**.

Développer des **techniques** pour **améliorer sa posture**, **convaincre** et **être écouté**.

Savoir **faire face aux objections** et **situations délicates** en prise de parole en public.

## Modalités d'accès

### → Public

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

### → Prérequis

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

### → Accessibilité PSH

Politique d'accessibilité et conditions d'accès pour les personnes en situation de handicap : **cliquez ici**
Contact référent handicap : David SALVADORE – 0648282667 – info@5sens-conseils.com

### → Délais et modalités 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).
L'accès à la formation est possible après avoir complété une demande d'inscription en ligne, avoir signé un devis et une convention de formation.

### → Méthodes et moyens mobilisés

Alternance d'apports théoriques et de mises en application via des mises en situation.
Accès en ligne aux ressources pédagogiques et documentaires (échanges, contenus pédagogiques, quiz).
Matériel pour filmer vos prestations (caméra, micro).
Salle avec écran et paper board.
Documents supports de formation projetés.

### → Modalités de suivi et d'évaluation

Évaluations formative pendant la formation (quiz, mises en situation, études de cas) et sommative en fin de formation (quiz ou présentation de projet).
Certificat de réalisation sur les compétences acquises.
Questionnaire d'évaluation à chaud et à froid (J+30 à J+90).
Feuille d'émargement.

5 sens conseils

## Nous contacter

info@5sens-conseils.com

06.48.28.26.67

5sens-conseils.com

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