

Notre programme de formation.



**Savoir prendre la parole en public**

# Modalités d'organisation.

Durée : 14 heures (2 jours)

800 € HT /personne en inter-entreprise  
4 personnes minimum et 10 personnes maximum

2 500 € HT/groupe en intra-entreprise

66 boulevard de Berlin, 44 000 Nantes

Inscription par mail :  
[dune@2-b-live.com](mailto:dune@2-b-live.com)

ou via le site internet :  
[www.2-b-live.com](http://www.2-b-live.com)

Jusqu'à 48h avant le début du module en fonction  
des places disponibles.

# Public cible **et prérequis.**

Cette formation s'adresse à toute personne amenée à s'exprimer à l'oral dans un cadre professionnel - collaborateurs, managers, responsables de service, dirigeants, ou toute personne souhaitant gagner en aisance, en confiance et en impact lors de ses prises de parole, que ce soit en réunion, en présentation ou devant un public.

**Pas de besoins matériels spécifiques.**

**POUR  
QUI  
?**

# Modalités de suivi.

Émargement en début de chaque demi-journée.

Accompagnement et suivi de la progression tout au long de la formation.

Contact du formateur pendant et après la formation : [contact@muriel-gillette.fr](mailto:contact@muriel-gillette.fr)

**ACC  
OM  
PAG  
NE  
ME  
NT**

Gagner en aisance et présence pour  
rendre la prise de parole dynamique et  
percutante.

**OB  
JEC  
TIF  
GÉ  
NÉ  
RAL**

# Objectifs pédagogiques

Structurer son  
message

Gérer son trac

Parler sans notes

Réussir à prendre sa  
place face au groupe

**OB  
JEC  
TI  
FS**

# Structurer son message et gérer son trac

# MO DU LE 1

Définir l'objectif clair et efficace de la prise de parole en public

Constuire un message efficace

Méthodes pédagogiques :

Mise en pratique

Atelier 1 : faire de son trac un allié

Atelier 2 : susciter une bonne écoute



# Parler sans note et réussir à prendre sa place face au groupe

Structurer ses idées

Se préparer à intervenir sans notes

Méthodes pédagogiques :

Mise en pratique

Coaching verbal, non verbal et para verbal

## MO DU LE 2



# Méthodes Pédagogiques

Alternance de séquences de formations théoriques et de mises en pratiques en sous groupes et de manière individuelle.

## Conseils personnalisés

Les stagiaires ont l'opportunité d'avoir un feedback et le feedback du groupe sur chaque intervention.

Chaque stagiaire fera deux présentations individuelles filmées et aura les feedbacks écrits de chacun, ce qui lui permet de comprendre ses atouts, de mesurer ses progrès effectués et de finir les axes d'amélioration.

# Évaluations

**Les présentations orales seront évaluées et un questionnaire sera envoyé en fin de formation.**

# Muriel Gillette



## **Avocate en droit des personnes et en droit pénal**

Diplômée de l'école d'avocats de Bordeaux en 1996 après des études de droit, l'intervenante exerce depuis une vingtaine d'années la profession d'avocate à Rouen. Elle s'est aussi formée au théâtre au conservatoire d'Orléans.

Spécialisée en droit des personnes et en droit pénal, son activité repose largement sur la plaidoirie et la prise de parole en public.

Animée par l'envie de transmettre, elle est également formatrice en prise de parole en public depuis plusieurs années, mettant à profit son expérience d'avocate pour aider chacun à s'exprimer avec aisance et conviction.

# LA FOR MA TR ICE

# Référente handicap



Oulfa Aouadi  
Référente handicap

[oulfa.aouadi@2aorganisation.com](mailto:oulfa.aouadi@2aorganisation.com)

## 2B Live

[dune@2-b-live.com](mailto:dune@2-b-live.com)

02 40 84 32 30

[www.2blive.com](http://www.2blive.com)

7 rue du Couëdic, 44 000

Nantes

# Contact pour renseignements et réclamations



Dune Gageonnet –  
Cheffe de projet

[dune@2-b-live.com](mailto:dune@2-b-live.com)

## 2B Live

[dune@2-b-live.com](mailto:dune@2-b-live.com)

02 40 84 32 30

[www.2blive.com](http://www.2blive.com)

7 rue du Couëdic, 44 000

Nantes