

## FORMATION À LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

CERTIFIÉE DATADOCK® ET QUALIOPi®

EN PRÉSENTIEL OU E-LEARNING (VIDÉO)



### Avec Olivier TONNELIER dit "Eurêka" :

- Formateur professionnel à la prise de parole en public depuis 2015 pour une cinquantaine de PME et de GE de toute la France (Axa, Carrefour, Engie, Auchan, Bouygues, Vinci, Sanofi, Alstom) ;
- Journaliste et animateur radio pendant 15 ans pour l'antenne nationale de RCF (Radios Chrétiennes Francophones) ;
- Animateur et facilitateur pendant 10 ans pour conférences, séminaires et tables rondes partout en France ;
- Auteur-interprète professionnel de slam depuis 2015, vu et entendu sur France 2, France 3, France 5, France Inter, France Culture, France Bleu (site officiel : [www.eureka-officiel.com](http://www.eureka-officiel.com)) ; 500 concerts et 25 000 spectateurs à mon actif (Café de la Danse à Paris, Transbordeur à Villeurbanne, Palais des Congrès à Lille, Radiant à Caluire) ;
- Formation certifiée Datadock® et Qualiopi® : financements OPCO / CPF / AIF / FAF garantis. Démarches administratives pour obtenir ces financements assurées par mes soins : vous n'avez donc ni demande de financement à effectuer, ni aucune somme à déboursier pour suivre cette formation.

**A qui s'adresse cette formation ?**

A toute personne (salarié, manager, cadre, travailleur indépendant) amenée à prendre la parole en public ou en réunion pour présenter ses résultats, défendre son point de vue, valoriser son projet, motiver ses équipes.

**Quels sont les pré-requis pour participer à cette formation ?**

Aucun pré-requis n'est nécessaire.

**Quel est l'objectif pédagogique global de cette formation ?**

A l'issue de cette formation, vous serez capable d'assurer une prise de parole aisée, claire et convaincante, devant une assemblée et/ou au cours d'une réunion.

**Combien de temps dure cette formation ?**

2 journées, soit 14H. Horaires du matin : 9H-12H30. Horaires de l'après-midi : 13H30-17H. Les deux journées de formation ne sont pas nécessairement consécutives.



**Cette formation peut-elle avoir lieu partout en France ?**

Oui, et même en Belgique, en Suisse et au Québec, en présentiel ou en e-learning.

## Combien de stagiaires cette formation peut-elle accueillir ?

Entre 1 et 10 stagiaires afin de privilégier l'aspect interactif et pratique de chaque module.

## Quel est le programme pédagogique précis de cette formation ?

En amont de la formation, un questionnaire d'autodiagnostic est remis à chaque stagiaire afin de me permettre d'identifier ses axes de progrès.

### Jour 1 – Matin – De 9h à 12h30

#### **Vaincre le trac**

Les causes du trac

Ce qui se joue dans l'image de soi

Valoriser sa personnalité pour gagner en confiance et en authenticité

Techniques « anti-trac »

Validation des acquis : mise en situation

#### **Clarifier sa prise de parole**

Identifier son auditoire et ses attentes

Définir son message et l'adapter à son public

Organiser ses idées et structurer son discours

La méthode des « 3 messages essentiels »

Validation des acquis : quiz

### Jour 1 – Après-midi – De 13h30 à 17h

#### **Maîtriser le langage non-verbal**

Ce qui se joue dans le non-verbal

Adapter sa posture et ses gestes

Choisir ses déplacements

Placer son regard

Validation des acquis : mise en situation

#### **Ton et rythme de la voix**

Adopter une respiration efficace

Passer de la « voix de gorge » à la « voix de ventre »

Articulation et diction : accentuer les mots importants

Trouver son ton et son rythme

Validation des acquis : mise en situation

### Jour 2 – Matin – De 9h à 12h30

#### **Captiver son auditoire**

Rendre un sujet intéressant

S'impliquer personnellement

La part du rationnel et de l'émotionnel  
S'autoriser à être « fun »

Validation des acquis : quiz

### **Convaincre son auditoire**

Donner une image positive de son sujet  
Utiliser le story telling  
La méthode AIDA et la rhétorique d'Aristote  
Obtenir l'approbation d'un auditoire

Validation des acquis : mise en situation

## **Jour 2 – Après-midi – De 13h30 à 17h**

### **Le cadre concret de la prise de parole**

Préparer sa tenue et son matériel  
Gérer son timing  
Prendre la parole sans lire son texte  
Préparer ses fiches  
Préparation physique et psychologique avant la prise de parole

Validation finale : quiz

### **S'affirmer et répondre aux critiques**

Entrer en empathie avec un public difficile  
Les bases de la CNV  
Repérer les questions-pièges  
Rester maître de ses émotions et de la situation  
La technique « magique » de la reformulation

Validation des acquis : mise en situation

Validation des acquis de fin de formation : mise en situation finale

## **Quels sont les dispositifs d'évaluation et de sanction en fin de formation ?**

- A la fin de chaque module : un cas pratique noté de 0 à 5 (mise en situation).
- A la fin de la formation : un exercice final de mise en situation.
- Après la formation : un entretien téléphonique individuel permettant de vérifier que le stagiaire pu appliquer le fruit de sa formation dans le cadre professionnel.

Une attestation de suivi de formation mentionnant les objectifs, la nature, la durée de la formation et les résultats de l'évaluation des acquis est remise à chaque stagiaire, ainsi qu'un questionnaire de satisfaction portant sur le déroulé et le contenu de la formation.

## **Quel est le tarif de cette formation ?**

1490€ HT / 2 journées / 1 à 10 stagiaires.

## Comment obtenir le financement de la totalité de cette formation ?

Cette formation bénéficie de la certification Datadock® et Qualiopi® qui vous garantit sa conformité avec les normes qualitatives en vigueur. Cela vous permet d'en obtenir la prise en charge totale :

- Si la formation a lieu en intra dans votre entreprise : grâce au financement OPCO (ex-OPCA) ;
- Si la formation a lieu à votre domicile et en-dehors de vos heures de travail (l'accord de votre employeur n'est alors pas nécessaire) : grâce au financement CPF (Compte Professionnel de Formation) / AIF/ FAF, dont vous disposez automatiquement (même si vous l'ignorez !) en tant que salarié, demandeur d'emploi ou travailleur indépendant.

En résumé, quelle que soit votre situation professionnelle, cette formation vous est donc accessible gratuitement et dès maintenant.

## Mais alors, comment solliciter ce financement ?

Parce que personne n'aime les formalités administratives, j'ai fait le choix de prendre en charge l'ensemble de ces démarches à la place de chacun(e) de mes stagiaires. Il vous suffit de me contacter par mail ou par téléphone (voir mes coordonnées au bas de ce document) ; je vous poserai alors quelques questions très simples sur votre situation professionnelle. Au bout de quelques jours, je reviendrai vers vous pour vous confirmer que vous pouvez bénéficier gratuitement de cette formation et vous faire signer une convention de formation. C'est aussi simple que cela !



**Ils m'ont fait confiance (et je les en remercie) :**



**Quelques témoignages de participants en fin de formation !**

« J'avais déjà suivi quelques formations sur le sujet, mais là, j'ai été très agréablement surprise ! On sent que le formateur sait de quoi il parle, qu'il a du métier, mais aussi qu'il a connu les mêmes peurs que nous au départ. C'est concret, vivant, dynamique, professionnel, humain. Cela permet d'avancer rapidement et en profondeur ! »

Jean-Michel

« Une approche concrète, utile, sincère et authentique. J'ai notamment adoré le module sur l'attitude à avoir face aux critiques et aux personnes négatives. Je me sens beaucoup plus forte et je prendrai beaucoup plus volontiers la parole en réunion désormais ! »

Monique

**N'hésitez pas à m'appeler pour un premier contact de vive voix !**

Portable perso : 06 72 93 73 05 / Portable entreprise : 07 89 08 37 54

Courriel : [contact@eureka-officiel.com](mailto:contact@eureka-officiel.com)

A très bientôt dans votre entreprise ou chez vous !

Olivier TONNELIER