



# Communiquer : les fondamentaux

Communiquer au quotidien dans son environnement professionnel

## Objectifs :

- Organiser sa prise de parole en fonction du public et des objectifs opérationnels
- Animer de façon autonome une présentation dans le contexte défini dans l'objectif général
- Se situer dans ses points forts et axes d'amélioration
- Établir rapidement la relation avec l'auditoire et la maintenir tout au long de l'intervention
- Se sentir en confiance dans cet exercice

## Contenu :

### La relation à soi et aux autres.

- Orienter son intention vers l'autre.
- Développer sa confiance en soi et son affirmation face au groupe

### Le corps et sa dynamique dans le message adressé.

- Renforcer sa présence physique, c'est par l'action que va se développer la réflexion, en connaissant ses ressources physiques on arrive à exprimer sa pensée.

### Une parole vivante, rythmée et adaptée au public

- Rendre sa parole audible par une bonne articulation.
- Adapter son volume.
- Créer des silences, des ruptures dans sa parole.
- Varier les intonations.

### Un message structuré.

- Connaître les différents types d'argument
- Utiliser un "plan simplifié" pour construire rapidement son message dans le cadre d'une réunion ou d'une intervention face à un public

### La prise de parole improvisée

- S'entraîner à intervenir ou réagir sans avoir pu préparer
- Mobiliser ses idées et les structurer : FOA

**Durée :** 2 jours

**Public et prérequis :** Tout public - aucun prérequis

**Tarif :** Sur devis

*Formation uniquement organisée en format  
intra-entreprise*

## Pédagogie Quilotoa :

Issue des techniques théâtrales, active et pratique, elle vise à donner à chaque participant l'autonomie indispensable à toute progression durable. Des repères théoriques, transmis de manière interactive, complètent les exercices pratiques pour aider à l'appropriation.

## Évaluation :

**Évaluation permanente :** au fil de l'eau lors des différentes mises en situation.

**En fin de formation :** sur un exercice de synthèse.

**Après la formation :** via un formulaire en ligne.

## Personnes en situation de handicap :

Notre siège accueille des personnes à mobilité réduite.

Pour de plus amples renseignements, contactez notre référente handicap : [m.carpentier@quilotoagroup.com](mailto:m.carpentier@quilotoagroup.com)