

Act Human  
Quilotoa

*Je m'exprime  
face à un groupe  
avec aisance et  
efficacité*

Programme  
**Parole Vivante** ®

- 2024 -



# Parole Vivante Descriptif



## Finalité

Gagner en présence, aisance et impact à l'oral face à un groupe



## But du dispositif

Identifier et utiliser 5 leviers d'action en meilleure conscience



## Objectifs de formation

- Se situer dans les différentes composantes de la communication orale
- Savoir comment développer sa présence physique et vocale pour susciter intérêt et écoute
- Identifier des ressources pour rendre son propos dynamique et convaincant
- Trouver des moyens d'utiliser son trac plutôt que le subir
- S'entraîner à la parole préparée ou impromptue



## Conditions de réussite

- Matériel nécessaire : Ordinateur avec Webcam et bonne connexion internet (pour séquences en distanciel)
- Modalités d'émargement : un document de confirmation de présence, signé par le participant ou d'attestation de présence, renseigné par le formateur.

**Délais d'accès** : l'inscription à la formation doit être faite 5 jours ouvrés avant son lancement.

# 01

# Prise de Parole en Public

## Vue d'ensemble du parcours BLENDED

### Investigation

Convocation au PARCOURS

**Quilotoa**  
Lancement et planification du PARCOURS

Questionnaire amont

Entretien de cadrage

Autopositionnement

### Expérimentation Jour 1

9h-12h30 (3,5h)

**Séance 1**

Cadrage  
Dynamique de groupe  
Prise de contact  
Pitch

14h -17h30 (3,5h)

**Séance 2**

Impact  
Bilan individuel  
Techniques NV  
Storytelling

### Entraînement Jour 2

9h-12h30 (3,5h)

**Séance 3**

Storytelling (suite)  
Gestion Trac  
Techniques NV

14h -17h30 (3,5h)

**Séance 4**

Exercices  
Présentation sujet pro

### Ancrage Jour 3

(1,5h)

Visioconférence  
Présentiel/distanciel  
Plan d'action

+48h  
Questionnaire FORMETRIS "à chaud"

@ Préparation entretien de suivi

### REX

(0,5h)

SUIVI INDIVIDUEL  
Bilan, difficultés, perspectives

+3 mois Questionnaire FORMETRIS "à froid"

ASYNCHRONE  
les participants seuls

SYNCHRONE  
avec les participants

@   
Analyse vidéo (externe)

Investigation TRAC

@  
Analyse vidéo compléments

1. Autoévaluation
2. Prépa storytelling et présentation sujet pro

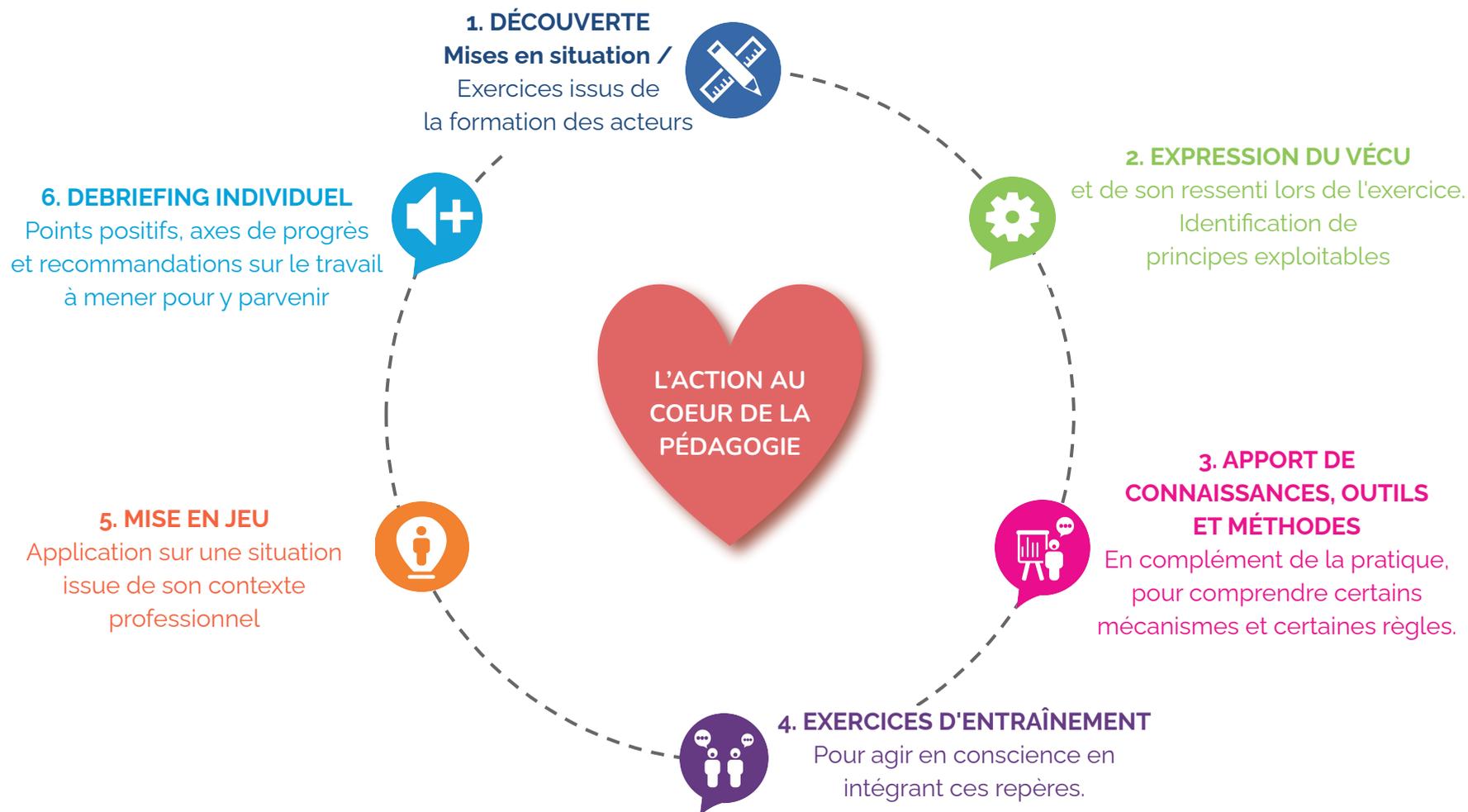
@  
Analyse vidéo (intervenant)

1. Synthèse
2. Prépa présentation plan d'action

**Temps pédagogique ≈ 21h.**

# La pédagogie Quilotoa

## Une approche inductive et individualisée



L'action est au cœur de notre pédagogie car c'est en **expérimentant** que l'on obtient le meilleur résultat.  
Le **feedback** est régulièrement utilisé après chaque exercice : le ressenti du stagiaire, le point de vue du groupe et les conseils du formateur.  
Notre dispositif en **trois temps** : diagnostic, action formative et suivi.

A l'issue de la formation, chaque stagiaire évalue son parcours et l'atteinte de ses objectifs initiaux avec l'outil **FormMetris®**, qui propose un dispositif de mesure en deux temps, à chaud et à froid.

**FormMetris®** compare également les scores de nos formations avec celles de même domaine mais animées par d'autres structures de formation..

### Les éléments les plus appréciés :

- ★ "Les objectifs ont été atteints"
- ★ "La qualité de l'animation"
- ★ "Nous voir évoluer au fil des jours"
- ★ "La bienveillance du formateur"
- ★ "Les exercices de mise en situation"
- ★ "Les moments de partage"
- ★ "La diversité du groupe"

Quilotoa est qualifié Qualiopi depuis 2021

#### A chaud

- > Adéquation aux attentes
- > Préparation et organisation
- > Contenu
- > Pédagogie : structure
- > Pédagogie : animation
- > Pédagogie : supports
- > Satisfaction

#### Evaluations par les formés



#### A froid

- > Utilisation de la formation
- > Atteinte des objectifs
- > Impact sur le travail des formés
- > Satisfaction avec du recul

#### Evaluations par les formés



#### Evaluations par leurs responsables hiérarchiques



#### Comparaison avec les formations similaires

|                                |                               |                                |
|--------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| + Supérieur à la moyenne       | = Dans la moyenne             | - Inférieur à la moyenne       |
| ++ Très supérieur à la moyenne | ? Pas de comparaison possible | -- Très inférieur à la moyenne |

Données FormMetris®, 06/2020

**92% de satisfaction** 4 mois après la formation

Elizabeth Laurencin Sender



**Certifiée Expert** ICPF & PSI en tant que Formatrice Consultante, Coach et en Ingénierie Pédagogique, elle accompagne depuis **+ de 25 ans**, dirigeants, porte-parole, managers et collaborateurs dans leur développement professionnel en expression orale et communication interpersonnelle.

Normalienne, membre d'une équipe de **recherche en pédagogie**, puis comédienne, animatrice d'émissions, metteuse en scène, grâce aux **techniques d'acteur** elle leur permet en alliant **Verbal** / **Non Verbal** de faire **RAISONNER** / **RÉSONNER** leurs interlocuteurs.

**123 rue Jules Guesde  
92300 Levallois-Perret**

3

Métro : Ligne 3 - Pont de Levallois - Bécon

L

Transilien : Ligne L - Gare de Clichy Levallois

Nos locaux permettent d'accueillir nos stagiaires à mobilité réduite.



Si vous souffrez d'une autre forme de handicap,  
veuillez nous contacter au 01 47 48 18 18  
(Nathalie Barbey : référente handicap)



## CONTACTS

**Administratif :**  
**Claudia LUIS**

[c.luis@quilotoagroup.com](mailto:c.luis@quilotoagroup.com)

01 47 48 77 13

**Commercial :**  
**Julien RITZKOWSKI**

[j.ritzkowski@quilotoagroup.com](mailto:j.ritzkowski@quilotoagroup.com)

[Cliquez ici pour  
vous inscrire !](#)





Act Human  
**Quilotoa**

*Je m'exprime  
face à un groupe  
avec aisance et  
efficacité*

