

## Améliore ton autorité et développe tes opportunités avec la rhétorique et la prise de parole en public

Programme générique en date du 12 décembre 2025. Il peut être adapté à vos besoins.

|  |   |
|--|---|
| <b>Présentation générale</b>                             | <p>Vous êtes entrepreneur en situation de prendre la parole régulièrement ?</p> <p>Vous n'êtes pas à l'aise avec l'exercice ou vous n'avez pas les codes ?</p> <p>Vous êtes victimes du syndrome de l'imposteur, du regard des autres, mais vous voulez dépasser cela, affirmer vos idées et développer des opportunités ?</p> <p>Voici la formation qui vous faut pour faire dépasser vos peurs, exprimer votre leadership, vos projets et devenir inspirant, captivant.</p>   |
| <b>Pré-requis</b>  | Avoir accès à une connexion internet fiable pour suivre le cours en ligne et les cours audios.  |
| <b>Objectifs généraux</b>                                | À la fin de la formation, les entrepreneurs seront en capacité de maîtriser les outils de l'art oratoire et de la persuasion de manière confiante, claire et synthétique.   |
| <b>Objectifs opérationnels, pédagogiques, évaluables</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Développer une communication persuasive et inspirante : Apprendre à structurer des discours impactants et à utiliser le storytelling pour motiver et engager son équipe.</li> <li>2. Renforcer la présence et le charisme scénique : Améliorer la posture, la gestuelle et la voix pour captiver l'attention de l'auditoire et transmettre confiance et assurance.</li> <li>3. Utiliser la prise de parole comme levier de leadership : Savoir utiliser les moments de communication pour inspirer, mobiliser et fédérer son équipe autour d'une vision commune et inspirer confiance.</li> <li>4. Identifier les principaux leviers psychologiques et rhétoriques pour mieux convaincre et persuader son auditoire : Disposer des connaissances de bases de philosophie, de neurosciences, de psychologie sur la prise de parole et la rhétorique</li> <li>5. Consolider les apprentissages pour une utilisation pérenne : Disposer des outils et des ressources pour continuer à progresser de manière autonome après la formation et intégrer la prise de parole comme une compétence essentielle du leadership et de la performance collective</li> </ol> |
| <b>Public concerné</b>                                   | <p>Être en situation d'entrepreneur et/ou en prise de parole régulière envers une audience.</p> <p>Pour intra et inter, c'est un groupe entre 7 et 10 personnes.</p>  |
| <b>Modalités d'inscription et délai d'accès</b>          | <p>L'accès à la plateforme en ligne sera avec une adresse mail pro de chacun des apprenants.</p> <p>Pour les modules en ligne, les sessions de coaching sont à placer directement avec l'organisation du commanditaire pour de l'intra, en direct avec les apprenants pour de l'inter.</p>  |
| <b>Méthodes mobilisées</b>                               | <p>Sessions collectives interactives en ligne via une plateforme de visioconférence ou en présentiel</p> <p>Exercices pratiques individuels et en groupe pour mettre en pratique les compétences enseignées. (14h, découpé en 7 sessions ( si en ligne) ou 2 jours en présentiel + 10 exercices en autonomie avec le cours en ligne) avec feedbacks personnalisés et identifier ses forces et ses axes d'amélioration spécifiques..</p> <p>Utilisation de vidéos d'illustration et de démonstration.</p> <p>Supports de cours numériques et ressources en ligne accessibles avant, pendant et après la formation. ( 7h de suivi de cours en ligne)</p>  |
| <b>Ressources pédagogiques</b>                           | <p>Ressources mobilisées lors de la formation :</p> <p>E-learning créé par le formateur basé sur des sources de rhétorique, de philosophie, de poésie, de neurosciences, de psychologie avec ses 18 ans d'expérience en prise de parole dont 2 ans étant entrepreneur.</p> <p>Le nom du cours s'intitule " Améliore ta légitimité par ta prise de parole en public, pour faire passer à l'action, ton auditoire."</p> <p>Supports de cours et 20 fiches récapitulatives avec des conseils activables</p> <p>Vidéos de démonstration et exemples de discours de leaders inspirants.</p>  |
| <b>Modalités d'organisation</b>                          | <p>2 jours de formation (7 modules de 2 heures chacun)</p> <p>Module 1 : Améliorer sa crédibilité par la posture et, la respiration, la voix</p> <p>Module 2 : Utiliser les structures projet/ discours dans 2 Situations professionnelles différentes avec une accroche et une conclusion engageante</p> <p>Module 3 : Développer son esprit critique, sa capacité à inventer des arguments et à lever les objections</p> <p>Module 4 : Maîtriser les figures de styles et le storytelling pour susciter l'émotion forte à son public et faciliter l'adhésion</p> <p>Module 5 : Maîtriser sa voix avec la prosodie et préparation de son intervention</p> <p>Module 6 : Parler en public en situation réelle.</p> <p>Module 7 : Développer la connaissance des besoins de son auditoire</p>  |

La formation peut être dispensée en blended learning, avec des sessions en ligne et des activités à réaliser de manière autonome entre les sessions.

Chaque apprenant sera intégré dans un groupe what'sapp avec le formateur pour un groupe d'entraide et de feedback continu durant la formation.

#### Matériel pédagogique

- Support what's app, mail avec moi avec feedback sous 24h en fonction des questions posées.
- Ce sont les moyens pour me remettre des travaux pratiques nécessitant une évaluation de ma part.
- Plateforme E learning
- Logiciel de visio conférence.

#### Modalités d'évaluation

Avant le début de la formation, chaque apprenant devra remplir un questionnaire qui permettra d'analyser les besoins. Ce questionnaire peut être réalisé conjointement avec le commanditaire de la formation.

Pendant les sessions de formation,

- L'observation et un feedback des performances lors des exercices pratiques et des présentations de projet.
- L'évaluation des progrès individuels à l'aide de critères prédefinis.
- Le recueil de feedbacks des participants sur leur expérience et leurs acquis.
- Une autoévaluation des compétences développées.
- Un suivi du e-learning avec des QCM

En fin de session de formation, Une mise en situation de présentation de leur prise de parole avec l'ensemble du groupe + le formateur.

Un questionnaire de satisfaction post-formation pour évaluer la qualité de l'enseignement et identifier les axes d'amélioration

Évaluation des impacts : La participation au module 7 pour recueillir les avis qualitatifs sur l'apprentissage des compétences, 2 mois après le module 6.

#### Accessibilité des personnes en situation de handicap

L'accessibilité d'un organisme de formation doit répondre au principe d'égalité de traitement vis-à-vis des personnes en situation de handicap, établi par la loi Handicap du 11 février 2005.

##### Accès aux formations

À chaque personne son projet de formation adapté à ses besoins spécifiques.

Nos formations et les locaux dans lesquels elles se déroulent sont accessibles à toutes et tous.

En cas de besoin spécifique, n'hésitez pas à contacter la référente handicap de Coopaname : Carine Julien / [of@coopaname.coop](mailto:of@coopaname.coop).

#### Tarif indicatif

2900 € HT (3480 € TTC)

138,1 € HT (165,71 € TTC) de l'heure

Tarif inter-entreprises par stagiaire. Contactez-nous pour un tarif de groupe

#### Durée

21 heures

### Intervenant(e)



#### Pierre Fournier

Formateur en prise de parole en public et en rhétorique

Pierre Fournier, 32 ans, formateur en prise de parole et en rhétorique :

- 18 ans d'expérience de pratique de prise de parole ( projet, pitch, conférence, interview média, réunion, concert)
- 2 ans d'expérience entrepreneuriale ( Responsable relation presse, 70 retombées en 13 mois, 4 conférences, développement commercial...) et en tant que chargé d'accompagnement d'entrepreneur
- Licence obtenue avec Open Classroom en Ingénierie pédagogique.
- Quart de finaliste du concours d'éloquence " Eloquentia" Nanterre, en 2017.
- Participation à 4 concours d'éloquence.
- 30 personnes accompagnées à la prise de parole depuis décembre 2023.

#### Ses réalisations

Co fondateur de l'entreprise social Sookies ( responsable presse, 60 retombées médias ; commercial, animation d'événements, 3 conférences devant 100 personnes)

2 ans de gospel

Attaché de presse durant 8 ans pour des structures associatives

Accompagnement de 6 clientes individuelles sur la prise de parole en public

Intervenant à l'école IFAG.

4 master class réalisées avec des dirigeants d'entreprises ( Coopaname, Medef, Le Mans créapolis) sur la rhétorique et la prise de parole.

---

**Contenus**

1. Introduction à la prise de parole avec le triangle de la persuasion
2. Structuration de discours percutants et fédérateurs
3. Techniques de gestion de la voix, de la prosodie, de la posture et des gestes
4. Gestion du stress et techniques de relaxation
5. Adaptation du discours aux différents publics et contextes
6. Outils incluant les émotions pour mieux faire passer à l'action
7. Utilisation stratégique de la prise de parole pour renforcer le leadership
8. Mise en situation concrète en milieu professionnel