



Séminaire de formation continue

**Prendre la parole en  
public avec conviction  
et confiance**

7 octobre 2024

## Introduction

Savoir faire passer un message devant une audience est une compétence-clé en milieu professionnel comme en politique.

Dans cette formation, vous vous exercez sur la base des thèmes de votre milieu professionnel ou liés à votre fonction.

## Contenu

Vous voulez renforcer et maximiser votre force de conviction lorsque vous prenez la parole en public. Vous aimeriez éveiller la curiosité, montrer l'intérêt de votre travail, renforcer votre légitimité, susciter l'adhésion? Cette formation se veut très concrète et basée sur vos besoins et vos thèmes d'intervention en public. Vous pourrez ainsi affiner la structure de votre propos, son contenu, sa forme. Vous exercerez votre présentation afin de renforcer vos compétences verbales et non verbales. Vous vous familiariserez avec des outils qui vous permettront d'être à l'aise et efficace lors de chacune de vos interventions publiques.

## Objectifs

- Savoir structurer votre propos de façon à susciter la curiosité et l'intérêt
- Savoir aller à l'essentiel
- Savoir mettre en valeur vos idées essentielles
- Savoir s'adapter à son public
- Acquérir une bonne cohérence parole – attitude – gestes
- Être conscient de vos points forts et de votre marge de progrès
- Être apte à prendre la parole avec davantage d'efficacité et de plaisir

## Modalité

Enseignement personnalisé. Alternance de parties théoriques et d'exercices pratiques. Au cours de la journée, les participants peuvent construire leur discours, l'exercer et l'affiner. Comme ils s'exercent sur leurs propres thèmes, ils progressent rapidement et de façon très perceptible. Les exercices filmés mettent en évidence l'importance du fond et de la forme lors de leur prise de parole. Le visionnement et les échanges qui suivent chaque exercice permettent à chacun d'avoir un regard sur sa propre performance et d'améliorer sa prestation lors de l'exercice suivant.

## Public cible

Collaborateurs/trices ou cadres d'entreprise, entrepreneurs/euses, politiciens/nes, conférenciers/ères, professeur-e-s ou toute personne susceptible de prendre la parole en public, lors de conférences, de débats, de colloques ou face à quelques collègues

## Responsable

Prof. Dr **Andreas Fahr**, Département des sciences de la communication et des médias, Université de Fribourg

## Intervenant-e-s

**Jean-Blaise Held**, animateur responsable des formations aux médias du FNS pour la Suisse romande

**Marie-José Auderset**, formatrice d'adultes, chargée de cours à la Conférence Universitaire de la Suisse Occidentale, auteure

## Dates et lieu

Lundi 7 octobre 2024, 9h15 – 17h15

Centre de formation continue de l'Université de Fribourg

## Frais d'inscription

CHF 600.–

## Délais d'inscription

7 septembre 2024

## Conditions d'annulation

Votre inscription est définitive. Pour tout désistement, nous vous prions de vous annoncer par écrit; la somme de CHF 100. – sera facturée pour couvrir les frais administratifs. En cas de désistement entre 2 et 4 semaines avant le début de la formation, la moitié du montant d'inscription sera facturée. La totalité de la finance d'inscription sera exigée si la renonciation est communiquée moins de 2 semaines avant le début de la formation.

L'abandon en cours de formation n'implique pas de remboursement. En cas d'un nombre insuffisant d'inscriptions, les organisateurs se réservent le droit d'annuler ou de reporter la formation, ce qui implique alors un remboursement total de vos frais d'inscription.

Inscription en ligne > [www.unifr.ch/formcont](http://www.unifr.ch/formcont)

## **Inscription et organisation**

Service de la formation continue

Université de Fribourg

Rue de Rome 6, 1700 Fribourg

Tél. +41 (0)26 300 73 39

E-mail: [formcont@unifr.ch](mailto:formcont@unifr.ch)

[www.unifr.ch/formcont](http://www.unifr.ch/formcont)