

## Media-Training : développer vos relations presse et vous préparer à des interviews dans les médias

 7 h     210,00 €

### Public

Toute personne qui doit ou devra un jour ou l'autre s'exprimer devant la presse

### Objectifs

Vous devez parler à la radio ou à la télévision? Vous souhaitez vous y préparer?

Après une courte partie théorique sur le déroulement des interviews, les règles à respecter et les pièges à éviter, vous aurez l'occasion de vous exercer devant le micro et la caméra. Lors des débriefings, les formateurs vous accompagneront pour améliorer vos prestations .

#### Objectifs spécifiques

- comprendre les enjeux d'une interview
- gérer le stress préalable et les situations de tension
- s'adapter aux journalistes
- s'exprimer de manière fluide et positive

#### Partie 1 : Analyse du fonctionnement de l'interview

- Les enjeux des journalistes, ses attentes, ses objectifs
- Panorama de la presse en Belgique et en Europe, spécificités de la presse sportive
- Les différents types d'interview (préparé pour une émission spécifique, improvisé au début et à la fin d'une course
- L'utilisation faite par les médias : direct, différé, montage

#### Partie 2 : Les outils techniques de communication.

- Gestion du stress et du tract
- Ecoute active et pro active
- La construction du message
- Langage verbal et non verbal : voix, fluidité verbale, vocabulaire, construction, gestuelle
- Le feed back

#### Partie 3 : Exercices intensifs

- Exercices spécifiques radio
- Exercices spécifiques télévision face à la caméra.

## Informations pratiques

> **Droit d'inscription**  
210,00 €

> **Horaires**

📍 Liège

> Le 28 mai 2026  
De 9h à 17h

> **Certificat - Attestation**  
Attestation de participation

> **Aides sectorielles à la formation**

**Formation agréée Liberform** (<https://www.formation-continue.be/aides-la-formation/fonds-sectoriels-de-formation>) --> formation gratuite sous certaines conditions pour les travailleurs de le CP336



# Media-Training : développer vos relations presse et vous préparer à des interviews dans les médias - Le 28 mai 2026, Liège

## Renseignements

04.229.84.20

€ 210,00 €

 **Dates de formation**  
Le 28 mai 2026

**Horaire**  
De 9h à 17h

 **Liège, Sainte Beuve**

Boulevard Sainte-Beuve, 1  
4000 Liège  
Belgique

[inscription-sainte-beuve@centreifapme.be](mailto:inscription-sainte-beuve@centreifapme.be)

[04/229.84.20](tel:042298420)