

## Les clés de la prise de parole en public



7 h



210,00 €

### Public

Managers, conférenciers, formateurs et toute personne désireuse de se sentir à l'aise pour parler en public que ce soit en entretiens d'embauche, présentations devant un client, conférences, réunions,...

### Objectifs

- Etre à l'aise et confiant lors d'une prise de parole en public
- Délivrer un message clair et impactant
- Apprendre à lutter contre l'appréhension de la prise de parole en public

#### 1) La préparation :

- > Se préparer plutôt qu'improviser
- > Les peurs et la gestion du stress
- > "Winning pose"
- > La visualisation

#### 2) Le langage verbal :

- > Connaître et réguler sa voix
- > L'articulation
- > Le débit et la ponctuation
- > Les tics verbaux

#### 3) Le langage non verbal :

- > L'ancrage
- > La gestuelle
- > Les déplacements
- > Les expressions du visage

#### 4) Le contenu :

- > Questions clés à se poser
- > L'accroche
- > Storytelling
- > Les astuces pour donner de l'impact

5) Mise en pratique :

-> Préparation et présentation de 2 minutes, filmée et débriefée avec le groupe

## Informations pratiques

- > **Droit d'inscription**  
210,00 €
  
- > **Horaires**
  - 📍 Liège
    - > Le 21 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



# Les clés de la prise de parole en public - Le 21 mai 2026, Liège

## Organisation

Un sandwich est prévu pour les participants sur le temps de midi.

## Renseignements

04/229.84.20

€ 210,00 €

 **Dates de formation**  
Le 21 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)

## Formateur

Isabelle ANTOINE, Coach et formatrice en développement personnel