



# Programme de formation

## Media training : réussir ses prises de parole en public et dans les médias

*Dernière mise à jour : 19/02/2026*

Grâce à cette formation prenez les rênes de vos entretiens et faites passer votre message d'une manière claire tout en étant à l'aise à l'oral !

### Public visé

Toute personne amenée à prendre la parole en public ou dans les médias

### Pré-requis

Maîtrise du français à l'oral



Les prérequis seront vérifiés par la complétion d'un questionnaire en ligne et lors d'un entretien préalable à l'entrée en formation.

## Informations sur l'accessibilité

Nous adaptons le plus possible le contenu et le déroulé de nos formations aux besoins spécifiques (adaptation pédagogique, logistique, organisationnelle, handicap...).

Pour assurer une prise en compte de vos besoins spécifique, merci d'en faire part :

lorsque vous complétez votre questionnaire de prise en compte des besoins  
lors de votre entretien avec un conseiller

En cas de questions, contactez par mail [sandrine.roullier@laskol.fr](mailto:sandrine.roullier@laskol.fr)

## Objectifs pédagogiques

Être à l'aise en interview, gérer la présence du micro

Comprendre le travail des journalistes et mieux cerner leurs intentions

Savoir quel message diffuser et comment le faire passer.

## Description / Contenu

Votre métier vous amène à prendre la parole en public ou devant les médias et ce type de situation vous place dans une situation d'inconfort?

Rassurez-vous : c'est naturel ! Mais il existe des outils pour s'y préparer et réussir à coup sûr ses discours et ses interviews.

A travers ces heures de formation, vous connaîtrez tout des attentes des journalistes, du public, vous apprendrez à les satisfaire tout en réalisant le plus important : passer votre message.

Exercices et cas pratiques rythmeront la formation avec des retours personnalisés sur votre pratique.

### Jour 1

Répondre aux interviews et faire passer votre message

Ne pas être déstabilisé par le micro mais au contraire à en user

Comprendre ce que veut le journaliste, à construire vos réponses en conséquence et à vous

exprimer de la meilleure manière qui soit

Utiliser le bon langage en fonction de votre auditoire

Anticiper les questions du journaliste et évitez les pièges

Etayer vos propos par des exemples précis

## **Jour 2**

Adopter le bon comportement face au micro

Préparer vos discours et vos interviews

Conseils techniques (storytelling, comment préparer un entretien téléphonique...)

Exercices et entraînement face à un micro

## **Modalités pédagogiques**

Formation en présentiel synchrone. Méthode active, individualisation en fonction de votre projet. Exercices pratiques.

## **Moyens et supports pédagogiques**

Studio de radio

Ecran interactif

Fiche synthèse à l'issue de la formation.

## **Modalités d'évaluation et de suivi**

- Le ou la participante répond à un questionnaire de positionnement en amont de la formation, afin d'aider la formatrice ou le formateur à adapter sa pédagogie.
- Un questionnaire à l'entrée et la sortie de la formation permettra d'évaluer l'atteinte de l'objectif final.
- Evaluation formative tout au long de la formation à travers la réalisation de mise en situation sur les thèmes et sujets de chaque participant.

Prix	Durée	Organisation	Contacts
Inter : 950,00 € Intra : 3800,00€	14,00	<i>Présentiel</i>	Tél : <u>02 99 57 06 24</u> Mail : <u>info@laskol.fr</u>