

# Formation

## Maitriser et optimiser sa communication

NOUVELLE AQUITAINE

# IFRIA

LA FORMATION DE  
LA FILIÈRE ALIMENTAIRE

### Objectifs de la formation

Former des salariés à la conduite de réunions par la maîtrise des techniques de communication efficaces tout en motivant les participants.

#### À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Réduire la charge émotionnelle liée à la prise de parole en public,
- Acquérir les techniques pour gagner en aisance dans sa communication verbale et non verbale.

### Contenu et Déroulement

#### L'importance de la préparation

- S'assurer des bonnes conditions de l'intervention (organisation matérielle, administrative...)
- Préparer son contenu : construire un plan structurant, définir des objectifs clairs, préparer les supports adéquates et le contenu de son intervention (choix des idées, styles, mots...)

#### Se mettre en condition

- Visualiser et se relaxer
- Se faire confiance
- Entraîner sa voix, son souffle, sa diction

#### Se mettre en scène

- Prendre possession de l'espace et trouver sa place dans le groupe
- Soigner la communication non verbale : posture, déplacement, regard, expression du visage, gestes...
- Adopter la positive attitude pour enthousiasmer

#### Savoir présenter ses idées

- Clarté d'expression
- Aller à l'essentiel en étant synthétique
- Adapter son discours au public et à ses réactions
- Oser improviser en se faisant confiance
- Faire participer l'auditoire et créer les conditions du dialogue

IFRIA Nouvelle Aquitaine

#### Siège social



37 av. du Docteur Albert Schweitzer - CS 80013

33403 TALENCE Cedex

Tel : 05 56 38 38 08

contact@ifria-aquitaine.fr

Retrouvez-nous sur Facebook



[www.ifria-aquitaine.fr](http://www.ifria-aquitaine.fr)

# Formation

## Maitriser et optimiser sa communication

### Modalités pédagogiques

- Positionnement des participants lors de l'accueil sur les attentes de la formation
- Méthodes pédagogiques participatives tenant compte de l'expérience des stagiaires, du contexte et de la réalité du travail, échanges basés sur la pratique professionnelle des participants
- Les apports théoriques seront illustrés par des exercices pratiques et des études de cas
- Support individuel de formation remis à chaque participant

### Lieu de la Formation

IFRIA Nouvelle Aquitaine (Talence)

### Durée

2 jours (14 heures)

### Nombre de stagiaires

12 personnes maximum

### Coût de la Formation

Tarif de base à partir de 250 € / stagiaire / jour

### Public visé et Pré-requis

- Salariés d'entreprises de l'encadrement intermédiaire de production, logistique, maintenance, conducteur de ligne (production, process, conditionnement...),
- Les salariés qui participeront à cette formation devront savoir lire et écrire afin de pouvoir appréhender les modules proposés
- Possibilité de personnalisation de la formation
- Formation accessible aux personnes en situation de handicap

### Modalités d'évaluation et Validation

- Des évaluations formatives régulières sont réalisées par l'intervenant tout au long de la formation afin de mesurer les acquisitions et progressions des participants dans une perspective de réajustement
- Une validation des acquis est réalisée en fin de formation (sous forme de quizz par exemple)
- Une attestation de suivi de formation sera remise à chaque participant

### Contact et Délais d'accès

IFRIA Nouvelle Aquitaine

### IFRIA Nouvelle Aquitaine

#### Siège social

37 av. du Docteur Albert Schweitzer - CS 80013  
33403 TALENCE Cedex  
Tel : 05 56 38 38 08  
contact@ifria-aquitaine.fr



Retrouvez-nous sur Facebook



[www.ifria-aquitaine.fr](http://www.ifria-aquitaine.fr)