



MEDIA TRAINING

A l'issue de cette formation, le stagiaire sera capable de s'approprier des techniques de préparation et d'expression en vue d'interviews.

Durée:

- 7 h, soit 1 journée

Prérequis :

- Avoir suivi les formations « La boîte à outil du communicant - niveau 1 » et « 3 P – Rédiger des pitches pertinents et percutants » est un avantage.

Nombre de participants :

- 5 à 10 personnes

Profils des apprenants :

- Toute personne susceptible d'être interviewée (télé, radio, Internet...).
- Formation ouverte aux élus locaux dans le cadre de leur mandat.

Objectifs pédagogiques

- Découvrir les différents supports média (Internet, radio, télé...).
- Rédiger un pitch et/ou un discours.
- S'approprier des techniques de préparation.
- S'approprier des techniques d'expression.
- Préparer un sujet et être interviewé durant 4 minutes face à la caméra.

Contenu de la formation

- **S'évaluer pour évoluer.**
- **Le PAF (paysage audiovisuel français) et bien plus encore.**
- **Pitch et discours : quelles sont les étapes indispensables à suivre ?**
- **Anticiper ses interventions : choix des vêtements, techniques respiratoires, décontraction labiale, ...**
- **Maîtriser sa posture lors de l'interview : les bras, les mains, les feuilles, le micro, la caméra... il faut penser à tout !**
- **Exercices pratiques à partir des sujets travaillés plus tôt : outil caméra et débriefing en groupe.**

Spirale FCC

5, rue de la Bourre

19300 DARNETS

Email: contact@spiralefcc.fr

<http://spiralefcc.fr>

Tel: 07-82-70-69-75



Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Christophe ROSANVALLON : FORMATEUR / COACH / PRÉPARATEUR MENTAL

Spécialiste en management, communication, art oratoire ainsi qu'en compétences comportementales (soft skills) telles que :

- Gérer efficacement le stress du quotidien
- Gérer son temps et ses priorités
- Établir une communication positive et constructive
- Accepter de lâcher-prise ;
- Communiquer sans violence
- Augmenter son estime de soi et son charisme

Il coache régulièrement des personnalités du monde sportif et du monde politique.

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Exposés théoriques.
- Étude de cas concrets.
- Outil caméra /media training
- Échanges nombreux entre les participants et avec le formateur.
- Mise à disposition de documents supports à la suite de la formation.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.

Accès à la formation :

- La durée estimée entre la demande et le début de la formation est variable entre 1 et 3 mois en fonction du profil des candidats et des modalités de prises en charge.
- Accessible aux personnes en situation de handicap. *Nous consulter pour tout aménagement de parcours.*
- *Les dates sont co-planifiées avec le client. Nous consulter.*

Prix (nets de TVA) :

- **1200€**
- Frais formateur au forfait en fonction du lieu d'intervention.