

FORMATION MEDIA TRAINING

Prenez la parole avec impact !

mediatraining.l-even.eu



Objectifs de la formation :

Pour qui ?

- Toute personne souhaitant mieux gérer son image
- Dirigeants, cadres et porte-paroles d'entreprise
- Cabinets de CGP et Courtiers
- Responsables communication et marketing
- Experts amenés à s'exprimer dans les médias

Les différents axes :

- Gérer le stress et adopter une **posture** professionnelle devant une caméra ou un micro
- Construire un **message clair**, impactant et orienté vers les médias
- Répondre aux questions difficiles ou déstabilisantes
- Adapter son discours au format : interview TV, radio, réseaux sociaux, podcast, live, etc.
- Maîtriser les codes du **langage verbal et non-verbal**

Contenu de la formation

Introduction au media training

- Rôle des médias dans la communication moderne
- Attentes des journalistes et spécificités de chaque média

Préparation du message

- Construction d'un discours clair (méthode du message-clé)
- Techniques de storytelling et d'accroche
- Adaptation du discours selon le public et le canal

Techniques d'interview

- Répondre efficacement : technique du "pont", reformulation, etc.
- Gérer les questions pièges ou imprévues
- S'entraîner à improviser sans perdre le fil

Pratique devant la caméra et le micro

- Entraînements filmés + débriefing personnalisé
- Analyse de la gestuelle, du ton, du rythme
- Correction des tics de langage et des postures

Gérer une situation imprévue

- Anticipation
- Gestion du message
- Techniques pour rester maître du cadre

Méthodologie pédagogique

1

Mises en situations **réelles**
filmées

2

Exercices pratiques en conditions
de **direct**

3

Retours **individualisés** sur les
prestations

4

Apports théoriques **concrets et
adaptables** & exercices à
pratiquer

5

Coaching **personnalisé** en
option



Durée

Formation standard : 1 demie-journée (4 heures)

Module individuel ou à 2 personnes

Tarif

Forfait 2 800€ / pers