



PRÉSENTIEL  
DISTANTIEL  
ASYNCHRONE

## FORMATION Media Training

28H

### OBJECTIF DE LA FORMATION

L'objectif principal d'une formation en media training est de préparer les individus à interagir efficacement avec les médias, que ce soit à travers des interviews, des conférences de presse, des déclarations publiques, ou d'autres formes de communication médiatique.



## PROGRAMME DE LA FORMATION

### Module 1 : Introduction au Media Training (5 heures)

- A quoi ça sert ?
- Pourquoi y faire attention ?
- Comprendre le paysage médiatique



### Module 2 : Techniques d'interview et de réponse (4 heures)

- Savoir se présenter
- Les fondamentaux de l'interview
- Répondre aux questions difficiles
- Utilisation de messages clés

### Module 3 : Gestion de crise et scénarios délicats (3 heures)

- Préparation à la gestion de crise
- Communication en situation de crise
- Rétablir l'image après une crise
- Étude de cas

### Module 4 : Efficacité en club partenaire (4 heures)

- Prenez conscience de votre personnalité
- Adaptez votre style de communication
- Construisez de meilleures relations avec les partenaires

### Module 5 : Posture et communication non verbal (4 heures)

- Préparation visuelle
- Gestion du regard, des gestes et des expressions faciales
- Gestion de sa voix
- Entraînements pratiques de présentation visuelle

### Module 6 : Optimiser ses performances (4 heures)

- Gestion du mental
- Posture après l'effort
- Relaxation et respiration

### Module 7 : Relation avec les différentes presse (4 heures)

- Prenez conscience des différentes communications dans la presse
- Décodez les actions, les paroles, le comportement
- Adaptez votre style de communication

## PRÉREQUIS

Ordinateur connecté à internet, équipé d'un micro et de sorties audio.

## COMPÉTENCES ATTESTÉES

### 1 Maîtrise de la communication médiatique

Les participants apprendront à comprendre les attentes spécifiques des médias, à adapter leur discours en fonction du public cible, et à utiliser des techniques de communication efficaces pour transmettre des messages clairs et cohérents. Cela inclut la capacité à structurer ses idées de manière concise, à choisir des mots pertinents et à gérer le ton et le style en fonction du média et du contexte.

### 2 Techniques d'interview

Comprendre les attentes spécifiques des médias, à adapter leur discours en fonction du public cible, et à utiliser des techniques de communication efficaces pour transmettre des messages clairs et cohérents. Cela inclut la capacité à structurer ses idées de manière concise, à choisir des mots pertinents et à gérer le ton et le style en fonction du média et du contexte.

### 3 Gestion de crise médiatique

Mettre en place une stratégie efficace de gestion de crise médiatique afin de protéger et préserver l'image de l'organisation en cas de situation de crise. Cela implique d'anticiper les scénarios potentiels, de structurer des communications claires et transparentes, de répondre rapidement et de manière appropriée aux parties prenantes, tout en minimisant l'impact négatif sur la réputation de l'entreprise ou de la marque.

### 4 Efficacité en club partenaire

Utiliser efficacement les clubs partenaires pour amplifier leur message, à gérer les retours et les commentaires des partenaires, et à intégrer ces soirées dans une stratégie globale. Les participants seront également formés à naviguer dans les défis potentiels liés à l'image et à la gestion des partenaires.

### 5 Techniques de Présentation Visuelle

Se préparer visuellement pour ces situations, à gérer leur langage corporel, à maintenir un contact visuel approprié, et à projeter une image professionnelle et confiante.

## DURÉE DE LA FORMATION

Cette formation se déroule sur une période totale de 28h (évaluation comprise).

## MODALITÉS ET DÉLAI D'ACCÈS

Inscription via notre convention de formation : au minimum 30 jours avant le démarrage de la session

Si prise en charge par un OPCO : vous devez en faire la demande à votre OPCO un mois avant le démarrage de la session.

Un test de positionnement avant la formation est effectué sous la forme d'un questionnaire afin de juger le niveau du stagiaire entrant.

Inscription via : [contact@adjan.fr](mailto:contact@adjan.fr)

## ACCESSIBILITÉ

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Nos intervenants adaptent les rythmes, temps de formations et les modalités pédagogiques en fonction des différentes situations de handicap.

Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référent handicap M. LASVIGNE par mail [contact@adjan.fr](mailto:contact@adjan.fr) afin d'adapter au mieux la formation à vos besoins spécifiques .

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- ▶ Évaluations formatives : QCM, comptes rendus...  
Évaluations sommatives : QCM, comptes rendus...
- ▶ Évaluation de satisfaction

## MÉTHODES ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

### Apport de connaissances, mises en situation

- ▶ Illustration de la formation avec des cas concrets (exemples pratiques tirés notamment des sanctions)
- ▶ Remise d'un support de formation

## CERTIFICATION

Une attestation de formation vous sera délivrée à la fin de la formation

## EQUIPE PÉDAGOGIQUE



## CONTACTS :

03 72 60 60 31  
[contact@adjan.fr](mailto:contact@adjan.fr)

## TARIF :

Le coût de la formation est de : 1120€/HT