



# PROGRAMME DE FORMATION

## ANGLAIS ET PRISE DE PAROLE EN ANGLAIS

« MAÎTRISER L'ANGLAIS NÉCESSAIRE À VOTRE SECTEUR D'ACTIVITÉ ET OPTIMISER VOTRE PRISE DE PAROLE »

**28 HEURES (4 JOURS) - INDIVIDUEL**

**3 FORMULES POSSIBLES : PRÉSENTIEL / DISTANCIEL / MIXTE**

### NOTRE OBJECTIF EST DOUBLE

Optimiser ses connaissances en anglais et gagner en aisance.

Maîtriser les techniques permettant de réaliser une prise de parole efficace et de capter son auditoire, tout en restant authentique.

### PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

#### 1. S'approprier l'anglais nécessaire à votre secteur d'activité

- Consolider les points de grammaire incontournables
- Étoffer le vocabulaire technique lié à votre secteur d'activité
- Développer ses capacités en termes de « socializing in English »
- Apprendre à utiliser la phonétique et l'accentuation de la langue pour délivrer un message fluide et clair

Activités pédagogiques : Exercices d'application, jeux de rôles et conversations

#### 2. Capter son auditoire lors d'une prise de parole

- Identifier son auditoire
- Savoir établir le lien avec son auditoire, que ce soit un large public ou un seul interlocuteur
- Savoir transformer une présentation publique en un échange privilégié avec son auditoire

Activités pédagogiques : Exercices d'application et jeux de rôles

#### 3. Utiliser son potentiel et acquérir les bases de la prise de parole pour une meilleure implication

- Identifier ses points forts et ses faiblesses
- Développer sa capacité à communiquer, à susciter et à garder l'attention de son auditoire par une bonne gestion des techniques de prise de parole : le corps (posture, respiration, regard, voix) et la parole (diction, articulation, attaques et finales de phrase, place de l'accent tonique)

Activités pédagogiques : Exercices d'application et jeux de rôles

---

### C&S COACHING

Siret : 905 188 355 00028  
35 rue de Rome 75008 Paris  
06 88 09 91 37  
actandbloom@gmail.com  
[www.actandbloom.com](http://www.actandbloom.com)

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11756567475  
auprès du Préfet de Région d'Ile de France





# PROGRAMME DE FORMATION

## ANGLAIS ET PRISE DE PAROLE EN ANGLAIS

#### 4. Appréhender efficacement les questions ou interruptions de l'auditoire

- Gérer efficacement les interruptions éventuelles par l'auditoire
- Anticiper les questions difficiles et avoir des éléments de réponse pré-établis selon les sujets abordés.
- Savoir gérer un blocage éventuel

Activités pédagogiques : Exercices d'application et jeux de rôles

#### 5. Rédiger un mail en anglais

- Différencier les usages écrits des usages parlés
- Utiliser intelligemment internet dans la recherche de vocabulaire
- Elaborer des e-mails types selon les situations

Activités pédagogiques : Exercices d'application

#### 6. Optimiser un échange téléphonique

- Se familiariser avec les différents accents rencontrés au quotidien
- Utiliser à bon escient les termes de conversations téléphoniques (formules de politesse, etc)
- Elaborer des questions-réponses types répondant à des problématiques quotidiennes
- Adopter la bonne attitude en cas d'incompréhension : maîtriser les expressions permettant d'interrompre, de demander des clarifications, de résumer la demande de l'interlocuteur
- Connaître les possibilités de réponse en cas de blocage

Activités pédagogiques : Exercices d'application, exercices d'écoute de conversations et jeux de rôles

### ACTIVITÉS PÉDAGOGIQUES

Oser dialoguer en anglais ! Vous avez forcément quelques restes d'anglais quelque part ! Votre problème, c'est d'oser vous lancer ! L'idée est de libérer la parole en anglais en prenant confiance en ses capacités et de s'approprier l'anglais nécessaire pour comprendre et répondre aux attentes professionnelles. La formation sous forme de jeux de rôles permet au bénéficiaire d'être opérationnel immédiatement. Cette formation inclut une partie « prise de parole en public » qui aidera le bénéficiaire à maîtriser son stress éventuel, affirmer son propos et gagner en confiance.

A l'issue de la formation, il sera donné au bénéficiaire les clés pour continuer à progresser seul.

### PUBLICS

Tous publics

---

### C&S COACHING

Siret : 905 188 355 00028  
35 rue de Rome 75008 Paris  
06 88 09 91 37  
actandbloom@gmail.com  
[www.actandbloom.com](http://www.actandbloom.com)

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11756567475  
auprès du Préfet de Région d'Ile de-France





# PROGRAMME DE FORMATION

## ANGLAIS ET PRISE DE PAROLE EN ANGLAIS

### TARIFS

Tarif horaire en présentiel 150 € HT

Tarif horaire en distanciel : 110 € HT

Tarif horaire à définir si le stage allie le présentiel et le distanciel.

Durée : 28 heures

➤ Tarif en présentiel (chez le stagiaire) : 4 200,00 € HT ➤ Tarif en distanciel : 3 080,00 € HT

La partie Anglais peut avoir lieu en distanciel ou en présentiel, chez le stagiaire.

La partie Prise de Parole en Public a lieu en présentiel, chez le stagiaire.

Pour le tarif d'une formation mixte distanciel/présentiel, nous contacter.

Si la formation en présentiel ne peut être effectuée chez le stagiaire, la formation aura lieu dans les locaux du formateur. Dans ce cas, merci de nous contacter afin d'obtenir les modalités et le coût.

### MODALITÉS

Type d'action de formation (article L6313-1 du Code du travail) : Actions d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des connaissances (6° de l'article L. 6313-1 CT)

1. Modalités d'organisation : Organisation en continu, formations dispensées en présentiel, à distance (téléphone ou skype) ou en mixte
2. Secteur d'activité : tous
3. Public visé par la formation : tous
4. Nombre de stagiaires : 1
5. Prérequis Connaissances générales : Niveau III
6. Prérequis Anglais : A2 à B1 (niveaux CECRL)
7. Niveau de la formation : Passage d'un échelon en termes de niveaux CECRL
8. Modalités d'admission : Entretien avec le formateur afin d'évaluer votre demande et test d'évaluation orale en français et en anglais permettant d'estimer votre niveau d'anglais et de vous proposer une formation adaptée.
9. Délais d'accès : 15 jours après la réception de votre convention de formation.
10. Encadrement du programme : Isabelle Cadé est chargée de votre formation en tant que Responsable Pédagogique et Formatrice.
11. Durée de la formation et modalités d'organisation :  
Durée de l'action : 28 heures  
Dates : à définir selon les disponibilités du stagiaire  
Horaires de formation : à définir selon les disponibilités du stagiaire  
Lieu : chez le stagiaire s'il s'agit d'une formation en présentiel ou mixte.
12. Handicap : Contactez-nous pour être mis en relation avec notre référente handicap pour étudier l'adaptation de la formation et vos besoins de compensation.

---

### C&S COACHING

Siret : 905 188 355 00028  
35 rue de Rome 75008 Paris  
06 88 09 91 37  
actandbloom@gmail.com  
[www.actandbloom.com](http://www.actandbloom.com)

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11756567475  
auprès du Préfet de Région d'Ile de-France



13. Moyens et méthodes pédagogiques : L'activité du stagiaire se déroule en individuel. Les méthodes pédagogiques employées sont affirmatives (apport théorique), interrogatives-actives (questions-réponses, échanges, expression orale, jeux de rôles). Nous offrons un enseignement académique et une approche ludique basée sur le jeu de rôles. Apprendre l'anglais est une chose, se l'approprier et oser se lancer est autre chose. Notre formation passe systématiquement par la mise en situation professionnelle, sous la forme de scènes écrites sur mesure, en fonction de votre activité professionnelle et de vos besoins de progression en anglais.

Les outils utilisés sont : listes et exercices liés à la grammaire et au vocabulaire, documents visuels et audios, cas pratiques en situation. Outre notre matériel académique et les scènes que nous préparons pour vous, nos ressources pédagogiques incluent des scènes de films, de théâtre, des podcasts, des articles de presse, etc). Par ailleurs, nous utilisons les outils du comédien pour amener le stagiaire à affirmer son propos et à s'exprimer avec clarté et aisance.

14. Modalités d'évaluation de la formation :

- évaluations orales et écrites réalisées par le formateur pendant la formation pour valider l'amélioration et l'acquisition des compétences.
- une évaluation écrite (exercices de grammaire et de vocabulaire, rédaction d'une présentation type) par le stagiaire à la fin de la formation.
- une évaluation de la formation par le stagiaire.

15. Sanction : Attestation de formation

16. Qualité du formateur :

Anglophone depuis la petite enfance, j'obtiens une maîtrise de Langues Etrangères Appliquées (anglais, allemand, russe) en 1992 et un DEA d'Etudes Anglo-américaines en 1993.

Après une expérience professionnelle de 8 ans dans divers domaines dont la mode et l'édition, à Paris et en Asie, je me lance dans le théâtre en 2003 (formation avec Jean Perimony et Steve Kalfa, en anglais avec Tanya Lopert Actors' studio). J'ai eu la chance et le plaisir de jouer Molière, Labiche, Feydeau, Guitry, Agatha Christie...ou des auteurs contemporains tels que Bacri ou Jaoui.

En 2009, je crée Act&bloom, une compagnie dédiée à l'apprentissage de l'anglais par le théâtre, permettant aux enfants et aux adultes de gagner en confiance, d'accepter le regard de l'autre tout en apprenant l'anglais et en osant s'exprimer quel que soit son niveau.

Mon désir de transmettre est tel que je me professionnalise dans la formation professionnelle avec une première formation de formateur en 2010, suivie de diverses formations d'ingénierie et de démarche qualité. Je forme alors de jeunes étudiants en droit, management, finance, leur permettant de faire de leur anglais un atout professionnel, tout en développant leurs facultés de prise de parole en public. C'est en 2016 que je retrouve le monde de l'entreprise, si multiple dans ses besoins de formation. Après plusieurs années en tant qu'auto-entrepreneur, je crée en 2021 la société C&S Coaching, dédiée à la formation en anglais et en prise de parole en public.

---

## C&S COACHING

Siret : 905 188 355 00028  
35 rue de Rome 75008 Paris  
06 88 09 91 37  
actandbloom@gmail.com  
[www.actandbloom.com](http://www.actandbloom.com)

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11756567475  
auprès du Préfet de Région d'Ile de-France

