


## Aller à l'essentiel à l'écrit et à l'oral

Pour une communication plus efficace

 Présentiel ou en classe à distance



4 jours (28 h)  
+ activité à distance

Prix inter : 2.590,00 € HT

Réf.: G6458

Face à l'infobésité de l'information et à la multiplication des supports, comment gagner du temps et de l'efficacité dans ses synthèses ? Cette formation apporte une méthodologie et des outils très opérationnels pour simplifier la complexité, faciliter la prise de décision et construire un discours efficace permettant une compréhension immédiate à l'écrit et à l'oral.

### A qui s'adresse cette formation ?



#### Pour qui

- Manager, cadre, chef de projet souhaitant gagner du temps et de l'efficacité dans la transmission de l'information



#### Prérequis

- Transmettre régulièrement des informations orales ou écrites dans sa fonction

### Programme

#### Avant la session

- Une vidéo : "On aura tout essayé !"
- Un autodiagnostic de mes pratiques actuelles, un premier exercice pour m'entraîner à la synthèse écrite et orale

#### En présentiel / A distance

#### 1 - Définir ce qu'est l'essentiel

- Remettre en question ses habitudes face à l'information
- Identifier, clarifier son objectif
- Écrire, dire l'essentiel

#### 2 - Extraire rapidement l'essentiel des documents

- Sélectionner et définir l'information "utile"
- Être acteur d'une lecture efficace
- Améliorer sa prise de notes  
Mise en situation

Entraînement à synthétiser un article en quelques lignes

### 3 - Restituer à l'écrit : des outils indispensables

- Les critères de réussite d'une bonne synthèse
- Une méthodologie pour gérer son temps dans la rédaction
- Les fonctions des différentes synthèses : compte-rendu ; rapport ; note de synthèse ; mail  
Mise en situation

Exercices d'appropriation des différents outils de synthèse

### 4 - Aller à l'essentiel à l'oral

- Les 7 règles d'or pour réussir une présentation orale
- Structurer son discours pour être compris
- Adapter son discours au temps imparti
- Choisir les bons mots clés en fonction du message à faire passer
- Soigner son introduction
- Conclure son discours avec efficacité
- Utiliser des phrases courtes et efficaces
- Écouter les questions de son auditoire
- Répondre à la question de manière efficiente  
Mise en situation

Mises en situation de chacun et conseils personnalisés de l'animateur

Focus sur des outils d'IA

#### Après la session

- Un programme de renforcement : "Aller à l'essentiel à l'écrit et à l'oral", des conseils et astuces



### Les objectifs de la formation

- Extraire l'essentiel de documents écrits
- Retenir les idées clés des interventions orales
- Restituer de manière concise l'information à l'oral comme à l'écrit
- Sélectionner les informations essentielles pour vos interlocuteurs
- Utiliser des outils d'IA



### Evaluation

- Évaluation des compétences acquises via un questionnaire en ligne intégrant des mises en situation.



### Les points forts de la formation

- Contenus téléchargeables et consultables sur smartphone, des modules e-learning et une vidéo sur les différents plans pour aider à structurer une présentation.
- Un dispositif efficace : l'intersession est mise à profit pour mettre en application les apports de la première partie.
- Évaluation des compétences acquises via un questionnaire en ligne intégrant des mises en situation.

- La qualité d'un programme de formation développé par Cegos (© Copyright Cegos).



## Dates et villes 2026 - Référence G6458



Dernières places disponibles



Session garantie

### Paris

du 22 janv. au 20 févr.  
● du 22 janv. au 23 janv.  
● du 19 févr. au 20 févr.  
du 2 mars au 8 avr.  
● du 2 mars au 3 mars  
● du 7 avr. au 8 avr.  
du 29 avr. au 5 mai  
● du 29 avr. au 30 avr.  
● du 4 mai au 5 mai

du 6 mai au 5 juin  
● du 6 mai au 7 mai  
● du 4 juin au 5 juin  
du 9 juil. au 21 août  
● du 9 juil. au 10 juil.  
● du 20 août au 21 août  
du 10 sept. au 6 oct.  
● du 10 sept. au 11 sept.  
● du 5 oct. au 6 oct.

du 12 oct. au 6 nov.  
● du 12 oct. au 13 oct.  
● du 5 nov. au 6 nov.  
du 16 nov. au 8 déc.  
● du 16 nov. au 17 nov.  
● du 7 déc. au 8 déc.  
du 17 déc. au 6 janv.  
● du 5 janv. au 6 janv.  
● du 17 déc. au 18 déc.

### A distance

du 5 févr. au 10 mars  
● du 5 févr. au 6 févr.  
● du 9 mars au 10 mars  
du 7 avr. au 7 mai  
● du 7 avr. au 8 avr.  
● du 6 mai au 7 mai  
du 4 juin au 3 juil.  
● du 4 juin au 5 juin  
● du 2 juil. au 3 juil.  
du 15 juin au 17 juil.  
● du 15 juin au 16 juin  
● du 16 juil. au 17 juil.  
du 23 juil. au 14 août  
● du 23 juil. au 24 juil.  
● du 13 août au 14 août

du 17 août au 15 sept.  
● du 17 août au 18 août  
● du 14 sept. au 15 sept.  
du 3 sept. au 2 oct.  
● du 3 sept. au 4 sept.  
● du 1 oct. au 2 oct.  
du 24 sept. au 16 oct.  
● du 24 sept. au 25 sept.  
● du 15 oct. au 16 oct.  
du 5 oct. au 13 nov.  
● du 5 oct. au 6 oct.  
● du 12 nov. au 13 nov.  
du 22 oct. au 20 nov.  
● du 22 oct. au 23 oct.  
● du 19 nov. au 20 nov.

du 2 nov. au 4 déc.  
● du 2 nov. au 3 nov.  
● du 3 déc. au 4 déc.  
du 23 nov. au 18 déc.  
● du 23 nov. au 24 nov.  
● du 17 déc. au 18 déc.  
du 7 déc. au 10 déc.

### Lyon

du 16 mars au 14 avr.  
● du 16 mars au 17 mars  
● du 13 avr. au 14 avr.  
du 16 juil. au 25 août  
● du 16 juil. au 17 juil.  
● du 24 août au 25 août

du 5 oct. au 3 nov.  
● du 5 oct. au 6 oct.  
● du 2 nov. au 3 nov.  
du 14 déc. au 17 déc.

### Marseille

du 19 mars au 10 avr.  
● du 19 mars au 20 mars

du 8 juin au 3 juil.  
● du 8 juin au 9 juin

du 8 oct. au 1 déc.  
● du 8 oct. au 9 oct.

- du 9 avr. au 10 avr.

- du 2 juil. au 3 juil.

- du 30 nov. au 1 déc.

## Lille

du 7 avr. au 7 mai

- du 7 avr. au 8 avr.
- du 6 mai au 7 mai

du 9 juil. au 8 sept.

- du 9 juil. au 10 juil.
- du 7 sept. au 8 sept.

du 12 oct. au 10 nov.

- du 12 oct. au 13 oct.
- du 9 nov. au 10 nov.

## Nantes

du 6 mai au 23 juin

- du 6 mai au 7 mai
- du 22 juin au 23 juin

du 3 sept. au 2 oct.

- du 3 sept. au 4 sept.
- du 1 oct. au 2 oct.

du 3 déc. au 6 janv.

- du 5 janv. au 6 janv.
- du 3 déc. au 4 déc.

## Toulouse

du 28 mai au 26 juin

- du 28 mai au 29 mai
- du 25 juin au 26 juin

du 10 sept. au 9 oct.

- du 10 sept. au 11 sept.
- du 8 oct. au 9 oct.

du 19 nov. au 11 déc.

- du 19 nov. au 20 nov.
- du 10 déc. au 11 déc.