

Média-training

2,6 heures

Initiation

 Repas inclus en présentiel

Contenu mis à jour le 08/10/2026. Document téléchargé le 10/10/2026.

Dans un monde médiatique en pleine mutation, où rapidité et clarté sont essentielles, ce parcours forme les participants à communiquer efficacement avec les journalistes. Il répond aux défis actuels : attentes des médias, nouvelles habitudes d'information, et gestion des situations sensibles, pour garantir des messages percutants et adaptés.

Pour en savoir plus, découvrez notre formation [Media training : réussir ses interventions en médias](#)

Objectifs

- Développer des compétences pour communiquer efficacement avec les médias.
- Comprendre le fonctionnement des journalistes et des médias.
- Maîtriser les outils et techniques de communication pour mieux gérer les relations presse.
- Gérer le stress et préparer des interviews, y compris en situation de crise.

[Les compétences visées par cette formation font l'objet d'une évaluation.](#)

À qui s'adresse cette formation ?

Porte-parole, professionnels de la communication, ou tout intervenant amené à échanger avec des journalistes.

Prérequis

Aucun

Programme

1 Pendant votre formation

Media training

Comment travaillent les journalistes ?

- Connaître les aspects essentiels du métier de journaliste
- Répondre aux attentes des journalistes
- Maîtriser l'art de la communication avec les journalistes

Les Français et les médias

- Découvrir les habitudes du public français en matière d'information
- Explorer les grandes tendances du paysage médiatique français
- Adapter sa stratégie de communication à ces tendances pour mieux communiquer avec les médias

Numérique et journalisme

- Étudier l'impact du numérique dans le monde journalistique
- Découvrir comment les médias et les journalistes utilisent les principaux médias sociaux
- Exploiter les possibilités offertes par les médias sociaux pour mieux communiquer avec les journalistes et susciter leur intérêt

Les outils de la relation presse

- Comprendre les enjeux de trois outils de relation presse : le communiqué de presse, la conférence de presse et le point presse
- Maîtriser les fondamentaux d'un communiqué de presse
- Éviter les erreurs courantes dans l'organisation et la tenue d'une conférence de presse
- Optimiser l'utilisation du point presse

L'interview

- Identifier les différents types d'interview.
- Préparer correctement son interview selon ses objectifs et le contexte

L'interview en direct : maîtriser son trac et son langage corporel

- Surmonter son trac lors de la prise de parole en public
- Maîtriser sa voix, son débit et son rythme
- Bien gérer son langage corporel et ses émotions

Viser juste et toucher les journalistes

- Peser l'importance du « off »
- Trouver les moyens d'intéresser les journalistes
- Penser comme un journaliste

Gérer la crise et le stress qui va avec

- Cadrer son intervention en cas de crise
- Répondre à une interview de crise
- Gérer le stress

Financement

Plusieurs dispositifs de financement sont accessibles via les OPCO (Opérateurs de Compétences), organismes agréés par le ministère du Travail dont le rôle est d'accompagner, collecter et gérer les contributions des entreprises au titre du financement de la formation professionnelle.

Pour plus d'information, une équipe de gestionnaires SKOLAE Formation spécialisée vous accompagne dans le choix de vos formations et la gestion administrative.

[Nous contacter pour en savoir plus →](#)

Modalités pédagogiques

Nos parcours e-learning sont proposés selon 2 modalités :

- En consultation sur notre LMS *ABILWAYS DIGITAL PLACE*
- En cession, pour être intégrés dans votre propre LMS (fichier fourni répondant à la norme SCORM)

Prix pour l'accès au parcours pour une durée de 3 mois :

- 1200€ht jusqu'à 10 utilisateurs
- 2400€ht jusqu'à 25 utilisateurs
- 3800€ht jusqu'à 50 utilisateurs
- 5800€ht jusqu'à 100 utilisateurs

Puis 1800€ht par tranche de 100 utilisateurs supplémentaires

[Accessibilité aux personnes en situation de handicap](#)