



# MÉDIA-TRAINING : RÉUSSIR SES INTERVENTIONS EN MÉDIAS

Média-training : tous les conseils et exercices pour réussir ses interventions dans les médias

## FORMATIONS COURTES

### INITIATION

DIST.

Ref. : 3990119

Durée :  
1 jour - 7 heures

Tarif :  
Salarié - Entreprise : 1245 € HT

Repas inclus

Avec cette formation en médiatraining, le CFPJ vous propose une journée intensive pour vous préparer de manière extrêmement concrète à vos interventions dans les médias. Qu'il s'agisse d'interviews en direct ou en différé, sur tous les types de médias, vous serez entraîné, préparé et débriefé par un professionnel choisi pour sa pédagogie et son excellence. Choisir les bons mots, avoir la bonne attitude, gérer le stress, connaître les journalistes et savoir délivrer son message sans fuir les questions des journalistes, voilà quelques uns des grands enjeux de cette formation. Et surtout, nous mettons à votre service notre expertise croisée en communication et en journalisme (puisque le CFPJ est historiquement au coeur de la formation journalistique en France). L'objectif est de vous offrir un média training riche et qui vous donnera des clefs techniques utilisables dans votre métier.

Pour aller plus loin : [une version de deux jours de cette formation est disponible ici](#)

Cette formation sera utile à celles et ceux qui souhaitent monter en compétences sur l'intervention dans les médias ainsi qu'à celles et ceux qui, à terme, auront besoin de coacher et accompagner leurs dirigeants et dirigeantes.

## LIEUX ET DATES DÉTAILLÉS

Paris

13 oct. 2026

- 13/10/2026 09:00 --> 13/10/2026 17:30 à Paris

## OBJECTIFS

Préparer son interview.

Communiquer avec les médias.

Faire passer efficacement ses messages.

## EVALUATION

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

## POUR QUI ?

Dirigeants, directeurs opérationnels, cadres de la fonction publique.

## PRÉREQUIS

Travailler dans la communication ou être amené à parler dans les médias.

Connaître les fondamentaux de la communication

## COMPÉTENCES ACQUISES



Organisme qualifié  
par l'ISQ-OPQF



Membre de la Fédération  
Les Acteurs de la Compétence

CFPJ SAS - 18-24 rue Tiphaine - 75015 PARIS  
Tél. : +33 (0)1 42 21 02 02 - e-mail : [serviceclient@cfpj.com](mailto:serviceclient@cfpj.com)  
Siret 449 557 339 000 32



Communiquer avec les médias et faire passer efficacement ses messages.

## PROGRAMME

Pendant

Média-training : Réussir ses interventions en médias

### Connaître les journalistes

- Identifier les façons de travailler des journalistes : habitudes de travail, contraintes techniques et opérationnelles
- Interagir efficacement avec eux : attitudes à adopter, règles et coutumes à respecter
- Préparer son interview : définir ses messages essentiels, anticiper questions et réponses, se mettre en condition pour réussir

### Répondre à tous les types d'interview avec débriefing personnalisé

- Répondre à une interview audiovisuelle en direct (mise en situation)
- Réussir une interview enregistrée (mise en situation)
- Adapter ses réponses au média et au support
- Décryptage et optimisation du langage non verbal
- Sensibilisation à l'incidence du montage

## INTERVENANTS

Eric COUTARD

Journaliste

LA BOITE DE PROD

Florence COHEN

Florence COHEN GANOUNA

Jean-Marie COAT

Formateur expert en communication projets, avec les médias et communication de crise.

Aurélie Godefroy

Aurélie Godefroy

Christel Bertrand

JUMP BLUE

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Équipe pédagogique :

Un consultant expert de la thématique et une équipe pédagogique en support du stagiaire pour toute question en lien avec son parcours de formation.

Techniques pédagogiques :

Alternance de théorie, de démonstrations par l'exemple et de mise en pratique grâce à de nombreux exercices individuels ou collectifs. Exercices, études de cas et cas pratiques rythment cette formation.

Mise en situation, interviews filmées et débriefées.

Pour les sessions en distanciel, notre Direction Innovation a modélisé une **matrice pédagogique** adaptée pour permettre **un apprentissage et un ancrage mémoriel optimisés**. Cette matrice prévoit une alternance de **temps de connexion en groupe** et de **séquences de déconnexion** pour des travaux de mise en pratique individuels.

Ressources pédagogiques :

Un support de formation présentant l'essentiel des points vus durant la formation et proposant



Organisme qualifié  
par l'ISQ-OPQF



Membre de la Fédération  
Les Acteurs de la Compétence

CFPJ SAS - 18-24 rue Tiphaine - 75015 PARIS  
Tél. : +33 (0)1 42 21 02 02 - e-mail : serviceclient@cfpj.com  
Siret 449 557 339 000 32



des éléments d'approfondissement est téléchargeable sur [votre espace apprenant](#).  
Retrouvez également des ressources complémentaires ainsi que les quiz amont/aval sur notre [plateforme](#) dédiée.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap



Organisme qualifié  
par l'ISQ-OPQF



Membre de la Fédération  
Les Acteurs de la Compétence

CFPJ SAS - 18-24 rue Tiphaine - 75015 PARIS  
Tél. : +33 (0)1 42 21 02 02 - e-mail : [serviceclient@cfpj.com](mailto:serviceclient@cfpj.com)  
Siret 449 557 339 000 32