

Quelques pistes pour la préparation de nos candidat.e.s

MT180

- *5 conseils pour bien parler en public*, Noémie Mermet (gagnante de l'édition 2017), Le Monde
- *Présenter sa thèse en 180 secondes*, Agence de communication scientifique Agent Majeur, 2014
- *"Ma thèse en 180 secondes" : 10 conseils pour être efficace*, EducPros.fr, 2014
- *VIDEO. «Ma thèse en 180 secondes»: Trois conseils pour réussir son stand up scientifique*, 20 Minutes, 2015

- *« Ma thèse en 180 secondes » : la pop culture au service de la vulgarisation scientifique*, Le Monde, 2017

- *Ma thèse en 2 planches* (bande dessinée)
Edp Sciences, 2018, 75 pages, 17€
Adaptation en bande-dessinée des prestations scéniques des candidat.e.s MT180 de l'Université de Lorraine (2016-2018).
(Disponible en consultation à la DDR)

Vulgarisation & communication scientifique

- *Pour vous, qu'est-ce que la vulgarisation scientifique ?* par François Rechenmann, directeur de recherche à l'INRIA, sur Youtube (2008)
- *Vulgariser la science* par Yvan Amar dans la *Danse des mots* sur RFI (2014)
- *Comment vulgariser sans falsifier ?* Émission de France Culture Du Grain à moudre par Hervé Gardette (2018)
- *Les conseils des juges du concours de communication scientifique FameLab*
- *Universcience.tv*, un excellent site de vulgarisation scientifique
- *Les youtubeurs scientifiques, nouvelles stars du Web* (mars 2016)
- *e-penser:Bruce, le Français qui rend la science plus populaire que les chatons de YouTube* (2015)
- *La minute scientifique* (chaîne Youtube)

Éloquence

- *Être éloquent* par Stéphane André de l'École de l'art oratoire, sur Youtube (2009)
- *Concours d'éloquence 2013 de Sciences Po : le best of* sur Youtube
- *Concours d'éloquence 2015 de Sciences Po : le best of* sur Youtube

- *Concours d'éloquence 2016 de Sciences Po : le best of* sur Youtube
- *Concours d'éloquence 2017 de Sciences Po : le best of* sur Youtube
- *Concours d'éloquence 2018 de Sciences Po : le best of* sur Youtube
- *Finale du Concours d'éloquence 2015 - HEC Paris*

Conseils et exercices (prise de parole en public, gestion du stress, etc.)

Le Mag' Formation - Prise de parole

- *S'exercer à prendre la parole*
- *Maîtriser sa prise de parole*
- *Gérer son trac et son stress*
- *Améliorer forme et supports*
- *S'inspirer d'autres speakers*

- *5 conseils pour bien parler en public* par Noémie Mermet (lauréate internationale MT180 2014) sur LeMonde.fr (2014)
- *13 exercices pour se préparer à parler en public* par Catherine Sorzana, directrice de Medias Coaching Communication, sur l'Express.fr (2014)
- *Peur de parler en public : les astuces pour y remédier* - Vincent Lemaire coach en développement personnel et auteur du concept conf-show pour informer et communiquer en entreprise, France 3 (2016)
- *"Désamorcer son stress avant de parler en public"* sur Studyrama.com (Christina Gierse)
- *Prendre la parole sans stress : oui mais comment ?* par Delphine Kanoui, spécialiste des relations humaines et de la gestion du stress
- *La prise de parole génère souvent de la peur chez l'orateur. Voici, en vidéo, un exercice pour limiter son angoisse*, sur Journal du net, Fabien Renou (2012)
- *Parler en public et l'art d'éveiller son public grâce à ces 6 apps* (2018)

- *"Gestion du stress - Solutions rapides"* par le Centre d'études sur le stress humain (CESH) de Montréal
- *Stress, anxiété : 10 exercices de sophrologie faciles à faire pour mieux gérer ses émotions* (Femme actuelle, 2018)
- *L'ASMR, la méthode de relaxation qui cartonne (en toute discrétion) sur Internet* (Marie-Claire, 2018)
- *Pourquoi les vidéos ASMR vous plaisent tant* (Slate, 2018)

- *Votre langage corporel forge qui vous êtes* par Amy Cuddy de l'université d'Harvard, sur Ted.com (2012)
- *"Le langage corporel : chaque geste est parole"*, Toastmasters International (1998)
- *"6 erreurs à ne pas commettre devant son public"* sur DécodeurDuNonVerbal.fr (étude de cas via une vidéo de conférence Ted)

- *articuler.com* : le site qui vous propose des exercices pour apprendre à bien ar-ti-cu-ler!

Visuels

- *"Les 4 points cardinaux du bon visuel"* sur emarketing.fr (2000)
- *"10 conseils pour une bonne communication visuelle"* (en anglais), Column Five (2014)
- Trouver des images gratuites, de bonne qualité et libre de droit : *5 propositions de banques d'images sur Slidologie.net*
- Acheter des images en HD à l'unité sur *Fotolia*
- Utiliser les outils de "communication digitale" : *"10 outils de super héros pour créer des visuels"* sur MyMarketingManager.com et *"6 outils bluffants pour créer vos visuels et images en ligne"* sur Incremys.com
- Les outils *"Photo et graphisme"* disponibles sur 01.net

Conseil lecture

► *Ma Thèse en 2 planches*, par Peb & Fox, chez edp sciences ; 17€.

Et après ?

► « *Remporter Ma thèse en 180 secondes m'a aidée à partir en postdoc au Danemark* », Le Monde, 2017





