

Visite Actuelle

Marketing & promotion des produits de santé

Le saut de l'été : enfin la liberté retrouvée !



p. 06

**VISITEURS MÉDICAUX :
COMPÉTENCES TECHNIQUES ET
MISSIONS ÉLARGIES**

p. 20

**CANCERS DU SEIN, UN LIEN ÉTABLI
ENTRE POLLUTION ET INCIDENCE**

p. 24

**MOTEUR ! C'EST À VOUS...
TOUS À L'ÉCRAN, ÉPISODE 2**



Moteur ! C'est à vous...

Tous à l'écran, épisode 2



Dans le précédent numéro, nous vous avons décrit la nouvelle vie des journalistes.

Une information fait le tour du monde en moins de deux heures. Nous devons tous savoir nous exprimer *via* Zoom ou Teams et répondre dans l'instant ! Êtes-vous prêt ? Êtes-vous disponible ! Ce qui est dit est dit ! Soignez votre intro. Maîtrisez votre débit, pensez avec des phrases courtes et donnez la priorité aux faits.

La brièveté est sœur du talent

Avant de vous donner quelques conseils sur la forme, revenons sur le fond. Un adolescent comprend 600 à 700 mots, un bachelier 1 500, une personne qui lit un quotidien type *Le Monde* entre 3 000 et 3 500. Les Français utilisent environ 1 200 mots pour s'exprimer. Ces 1 200 mots correspondent à 1 minute « radio ». Comme quoi, « la brièveté est sœur du talent » (Anton Tchekhov). Cherchez des exemples précis. Un bon exemple ne s'improvise pas. Trouvez un parallèle, faites des comparaisons, donnez des détails. Les gens adorent les histoires ! « *Pour réaliser une bonne intervention, il faut susciter l'intérêt, aller droit au but, quitter à élargir le contenu de l'échange en fin d'intervention* », observe Anne Eveillard, journaliste, webzine 1-epok formidable.

Le trac paralyse

Mais quelles sont les raisons de ce « trac » ? Elles sont au nombre de trois : l'appréhension de rater son intervention, le perfectionnisme et enfin l'ego. Dans notre société, nous n'avons pas le droit à l'erreur. Tout le monde a le « trac ». Voici une

petite histoire à connaître : un soir de première, la célèbre comédienne Sarah Bernhardt joue avec une jeune comédienne de 20 ans. Les rideaux de scène sont équipés d'un petit trou pour que les acteurs puissent apprécier, avant le début de la pièce, le remplissage de la salle, mais surtout pour voir qui sont les personnalités présentes au premier rang. Par le passage étroit situé dans les coulisses, la jeune comédienne se rapproche de Sarah Bernhardt et constate, en la frôlant, qu'elle tremble. « *Comment, vous, la grande comédienne, vous avez le trac ! Comme c'est étrange moi, non !* » Sarah Bernhardt de répondre : « *Ne vous inquiétez pas, cela viendra avec le talent !* »

Un état d'esprit positif

Avant d'intervenir, vous devez être dans un état d'esprit positif, voire mieux, un mental en béton ! Vous devez être heureux de vous exprimer et y prendre du plaisir. Chassez vos pensées négatives. La maîtrise d'une intervention n'est pas naturelle, elle s'apprend et requiert un travail de préparation dans la forme, c'est-à-dire dans sa présentation, d'où l'idée du « principe de l'échelle » : imaginez que

vous devez monter sur une échelle pour accéder à un toit. Le prérequis est que celle-ci doit être bien calée sur un mur. Vous n'imaginez pas gravir les échelons sans vous tenir fermement des deux mains sur les montants et prudemment, vous poserez vos pieds, barreau par barreau.

La position

Tenez-vous droit mais pas au garde-à-vous ! Ne vous penchez pas sur le côté, ce qui donne un sentiment de déséquilibre. Ne bougez pas de droite à gauche ou d'avant en arrière, cela change la mise au point ou le cadrage, vous risquez d'être flou. En fait, tenez-vous suffisamment droit pour bien respirer sans contrainte. « *Ma première intervention a été un exercice assez intimidant. La caméra nous fixe, il faut dire le bon mot au bon moment car on ne peut pas recommencer, on est pris sur le vif.* » confirme Vanessa Thiburce, Conva-Tec.

Maîtriser son débit

Soyez suffisamment clair pour que chaque mot soit compréhensible. Un petit entraînement vidéo est fortement conseillé. Vous aurez égale-

ment remarqué ces personnes qui s'expriment en public en utilisant des « euh » ou des « voilà » à la place des virgules ! Pour les éviter, réduisez votre vitesse et pensez à les remplacer par un silence.

S'entraîner à faire court

Un pitch est une technique de présentation courte et synthétique de 4 secondes à 2 minutes. « *Quel est votre pitch ascenseur – 10 secondes ? Votre pitch cocktail – 1 minute ?* », interroge Éric Phelippeau, président de l'agence By Agency Group. Sentir et repérer votre respiration abdominale, respirer « avec le ventre » et souffler trois fois de suite par la bouche. Entraînez-vous sans paroles en travaillant votre regard, vos expressions du visage, vos gestes. Petit conseil, préparez une série de « sourires ».

Pensez à votre intro

Vérifiez plusieurs fois les points clés, répétez les au début et lors de votre conclusion. Une phrase, un mot. Surtout pas de « vannes ». Chauffez-vous la voix en parlant, en vous grattant la gorge. Faites des mouvements pour assouplir les muscles qui se crispent avec le trac. Faites des grimaces pour détendre votre bouche et votre visage. Buvez de l'eau, jamais de jus d'orange, cela acidifie les cordes vocales ! Ayez des pensées positives, comme les sportifs avant une compétition. Prévoyez un moment de calme, un « sas de décompression » pour vous rassembler, vous retrouver.

Faites-vous connaître sur les réseaux sociaux

Quand vous participez à des Webinars ou si vous êtes interviewé pour

une Web Tv ou pour une télévision, n'hésitez pas à en faire la promotion sur les réseaux sociaux. Comme, par exemple, en annonçant votre participation à l'événement, en reprenant quelques verbatim, en postant des photos, puis en relayant la vidéo. Emmanuel Geoffroy, le fondateur de l'outil Capté le confirme : « *Il devient de plus en plus compliqué de se démarquer. Le temps d'attention est d'environ 8 secondes. Les 3 premières secondes sont les plus importantes pour capter l'attention. Il ajoute que « 80% des vidéos Facebook sont regardées en « mute », (sans le son) et que l'ajout de sous-titres aux vidéos permet d'obtenir 12 % de visibilité supplémentaire.* »

En distanciel, restez concentré

« *Pour autant, les réseaux sociaux pour être efficaces doivent être une activité quotidienne, un peu comme une séance de sport* », ajoute Myriam Kebani. Santé publique France a intégré dans son enquête CoviPrev des questions portant sur le temps passé assis et le temps passé devant un écran pendant le confinement. Les pages les plus visitées pendant la période de confinement concernent les fiches recettes et les exercices d'activité physique : + 308 %.

n'est pas un hasard ! Justement Carla, Coach sportif à Montréal et fondatrice de Dfitoi, propose aux entreprises ou à des groupes privés, plusieurs fois par semaine, un entraînement sur mesure *via* Zoom, en Live ou en Replay « *Étant chez soi, seul face aux écrans, toute la journée, dans ce nouveau monde en distanciel, bouger à la maison devenait une évidence. Notre objectif est avant tous de proposer un bon moment de partage, de*

se changer les idées et de retrouver sa forme physique et mentale : s'octroyer une pause, se ressourcer, apprendre à respirer, à maintenir son attention, rester concentré et positif. Le contact

Les réseaux sociaux

Myriam Kebani est journaliste et productrice Tv. Elle est l'auteure du livre : « *Construire son réseau pour les nuls* », aux éditions First. « *Beaucoup de personnes s'imaginent qu'il suffit de s'inscrire sur les réseaux, cela ne suffit pas. C'est comme lancer une bouteille à la mer. La construction d'un réseau ne doit pas se penser « entre soi ». Elle donne trois conseils : « Créez trois listes : la première, la famille et les amis ; la deuxième, les employeurs et entreprises où vous avez travaillé. La troisième, une liste professionnelle basée sur le principe de quelqu'un qui connaît quelqu'un qui connaît le président de telle structure. Pensez vraiment à élargir votre réseau à chacune de vos interventions. » Aujourd'hui 75 % des offres d'emploi se font par cooptation, pas par piston ! » Faites-vous remarquer auprès du plus grand nombre et peut-être, un jour, serez-vous contacté par un journaliste. Myriam a rencontré dans un salon de coiffure le président de l'Association des « Gueules Cassées ». « *Du coup, j'ai réalisé plusieurs reportages sur le sujet.* »*



direct et sur mesure avec une communauté permet de progresser tous ensemble, chacun à son rythme. »

Vous l'aurez compris, c'est important d'être à l'aise face à la caméra de son ordinateur, présent sur les réseaux sociaux. Pour autant, le digital, rassurons-nous, ne remplacera pas les relations humaines. Enfin, espérons-le ! ■

En savoir plus :

Extrait du livre « Réussir une interview », Éditions Eyrolles - Mai 2021.
Contribution au Guide « Tendances 2021 social média et marketing digital : l'avis des experts » www.digimind.com/fr/
1. Epok Formidable : www.1-epok-formidable.fr
Construire son réseau pour les Nuls : www.eyrolles.com/Entreprise/Livre/construire-son-reseau-poche-pour-les-nuls-9782412047989/
CarlaDfit : www.carladfit.com
Outil de sous-titrage : getcapte.com/fr/
Enquête CoviPrev : www.santepubliquefrance.fr

