

EXERCICE GRATUIT

Votre présentation professionnelle en 60 secondes

Un exercice guidé pour construire, écrire et enregistrer votre présentation en une minute.

Objectif : être capable de vous présenter avec clarté en soixante secondes, en entretien, en réunion ou lors d'un événement professionnel.

Étape 1 · La structure en quatre temps

Qui — 10 secondes

Votre nom, votre métier, votre terrain de jeu. Pas de titre creux.

Quoi — 20 secondes

Le problème que vous résolvez, pour qui, et comment.

Preuve — 20 secondes

Un résultat, un chiffre, un exemple concret et vérifiable.

Ouverture — 10 secondes

Ce que vous cherchez maintenant, formulé comme une invitation.

Étape 2 · Écrire

- Écrivez chaque partie en une seule phrase.
- Supprimez tous les adjectifs qui ne prouvent rien.
- Lisez à voix haute : si vous manquez de souffle, la phrase est trop longue.

Étape 3 · Enregistrer

- Enregistrez-vous en audio, une seule prise.
- Réécoutez et notez un seul point à corriger.
- Refaites une prise. Trois prises maximum.

Étape 4 · Évaluer

- Clarté : une personne extérieure comprend-elle mon métier ?
- Rythme : ai-je tenu la minute sans accélérer ?
- Présence : ma voix descend-elle en fin de phrase ?

Le détail qui change tout

Terminez sur une phrase courte et affirmative. La dernière impression se joue sur les cinq derniers mots.

Vous pouvez soumettre votre version à Mento-AI sur mentorai.ma pour obtenir un retour immédiat.