

Aller plus loin en lisant plus vite... Plus efficacement

**Lisez et comprenez plus vite,
Soyez plus concentré et plus efficace,
Combinez vitesse, compréhension et mémorisation.**

OBJECTIFS

À l'issue de cet atelier, les participantes seront en mesure de retenir plus efficacement l'information qu'elles choisiront de retenir.

- ⇒ Lire de 50% à 150% plus vite
- ⇒ Obtenir et maintenir une concentration optimale
- ⇒ Bien comprendre, rapidement, aller à l'essentiel
- ⇒ Retenir davantage, mémoriser

Des informations
des documents
professionnels
à profusion !
mais un temps de plus en
plus compté !

PROGRAMME

Quel lecteur êtes-vous ?

- ⇒ Identifier les mécanismes de lecture
- ⇒ Distinguer les mauvaises et les bonnes habitudes de lecture
- ⇒ Améliorer sa concentration et sa rétention
- ⇒ Sélectionner les passages pertinents dans un texte long (lecture sélective)
- ⇒ Identifier l'idée principale d'un texte court (écrémage)
- ⇒ Évaluer sa performance (3 évaluations, pré-test, test du midi, post-test)

INTERVENANTE

Marie-Véronique Lafon-

Consultante-Formatrice-Coach

marieveronique.lafon@gmail.com

METHODES PEDAGOGIQUES

- ⇒ Exposés magistraux - Exercices pratiques
- Matériel nécessaire **Chaque participante devra être munie d'une montre indiquant minutes et secondes ou d'un chronomètre.**

TARIF

Contributeur VIVEA : 10 €

frais de repas à prévoir

S'inscrire au 04 70 47 34 37

ou c.sommeiller@orange.fr

Formation financée VIVEA

PUBLIC CONCERNE

Milieu agricole ou rural

DUREE 3 Jours

Date 9/10 et 16 avril 2014
9 h 30 à 17 h 30 soit 7 heures

Lieu

Tronget salle en face de la mairie

Nombre de participants

15 maximum