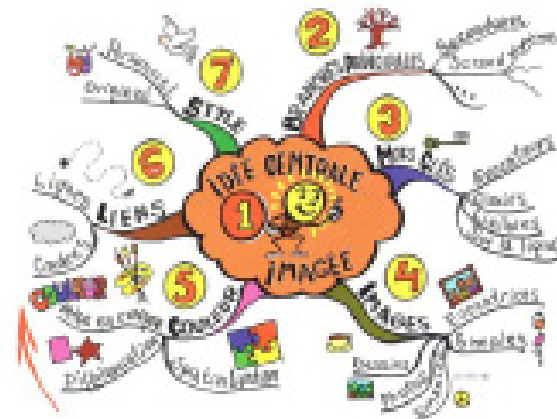




Organiser ses idées avec le Mind Mapping

Objectifs

- Savoir capter, organiser et restituer ses idées et les informations de manière simple, précise et ludique
 - S'approprier les données fondamentales pour créer des cartes et résoudre des problèmes par la créativité
 - Mémoriser beaucoup, mieux et plus longtemps
- A l'issue de cette formation, les stagiaires seront capables de :
- Faire des cartes dans différents domaines
 - Connaître les modes de fonctionnement du cerveau pour en tirer des bénéfices immédiats
 - Structurer leurs idées pour prendre les bonnes décisions rapides et efficaces, en mode résolution de problème et/ou gestion de projet.



1 - Les principes de mind mapping (© Luis Storoz)



PUBLIC VISÉ

Toute personne voulant découvrir une méthode pour mieux organiser ses idées et sa pensée afin d'optimiser son organisation professionnelle : prise de notes, conduite de projet, gestion du temps, animation de réunion, présentation orale, synthèse de documents, organisation d'évènements



PRÉ-REQUIS

Aucun



PROGRAMME

Connaître les fondamentaux de la carte et sa méthodologie de construction
Savoir créer une carte heuristique à la main

- Les principes de base (feuille, branches, couleur, pictogrammes)
- Apprécier ses facultés cognitives pour une meilleure mémorisation, concentration et une plus grande agilité mentale
- Découvrir les bénéfices d'une réflexion en arborescence
- Démultiplier la capacité de notre mémoire sans effort

Découvrir la carte dans les différents domaines

Faire des cartes dans différents domaines d'activité

- Prendre des notes efficaces et rapides avec la carte
- Prendre la parole en public de manière sereine avec la carte
- Cartographier un document écrit pour mieux analyser et comprendre
- Travailler en mode résolution de problème avec la carte

Préparer l'après formation

Donner une suite concrète à la formation

- Réfléchir à la première carte à élaborer pour lancer les bons réflexes
- Connaître la technique d'apprentissage pour le long terme



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Transmission des connaissances de base
- Exercices et études de cas concrets, pratiques et ludiques
- Réflexions communes

Maison de la Formation
Z.I. de la République
120 rue du Porteau B.P. 495
86012 Poitiers-Cedex
05 49 37 44 50





Organiser ses idées avec le Mind Mapping



DURÉE

1 journée, soit 7h



LIEU DE FORMATION

Maison de la Formation à Poitiers – 120 rue du Porteau, ZI de la République – 86000 POITIERS



VALIDATION

- Attestation de stage



PRIX

Salarié d'entreprise : 250€ HT/personne (TVA 20%)

Autre public, nous consulter

Ouverture du stage sous réserve d'un nombre suffisant d'inscrits

ATTENTION :

CETTE FORMATION PEUT ÊTRE COMPLÉTÉE PAR L'APPRENTISSAGE D'UN LOGICIEL DE « MIND MAPPING »

CONTACT

05 49 37 44 68

fc-acifentreprises@mdf86.net



Maison de la Formation
Z.I. de la République
120 rue du Porteau B.P. 495
86012 Poitiers-Cedex
05 49 37 44 50

