

MIND MAPPING OU CARTE MENTALE

Durée

2 jours

Référence Formation

5-EP-MIND

Objectifs

Clarifier et structurer ses idées
Résoudre des problèmes par la créativité
Améliorer sa mémoire

Participants

Tout public

Pré-requis

Pas de prérequis spécifiques

Moyens pédagogiques

Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation équipée d'un vidéo projecteur, tableau blanc et paperboard ainsi qu'un ordinateur par participant pour les formations informatiques.
Positionnement préalable oral ou écrit sous forme de tests d'évaluation, feuille de présence signée en demi-journée, évaluation des acquis tout au long de la formation.
En fin de stage : QCM, exercices pratiques ou mises en situation professionnelle, questionnaire de satisfaction, attestation de stage, support de cours remis à chaque participant.
Formateur expert dans son domaine d'intervention
Apports théoriques et exercices pratiques du formateur
Utilisation de cas concrets issus de l'expérience professionnelle des participants
Réflexion de groupe et travail d'échanges avec les participants
Pour les formations à distance : Classe virtuelle organisée principalement avec l'outil ZOOM.
Assistance technique et pédagogique : envoi des coordonnées du formateur par mail avant le début de la formation pour accompagner le bénéficiaire dans le déroulement de son parcours à distance.

PROGRAMME

- **Présentation de la formation, des participants et de leurs attentes spécifiques**

- **Les fondamentaux de la carte mentale**

Exploiter l'ensemble du cerveau
La synergie entre le cerveau droit et le cerveau gauche

- **Connaître le processus d'élaboration d'une habitude**

- **Démultiplier les capacités de notre mémoire sans effort**

Démultiplier les capacités de notre mémoire sans effort

- **Construire des cartes mentales efficaces et stimulantes**

Construire des cartes mentales efficaces et stimulantes
Elaborer une carte suivant une méthodologie simple et puissante

CAP ÉLAN FORMATION

www.capelanformation.fr - Tél : 04.86.01.20.50

Mail : contact@capelanformation.fr

Organisme enregistré sous le N° 76 34 0908834

[version 2023]



Lire une carte mentale et retenir facilement beaucoup d'informations
Cartographier un document écrit pour en faire une conférence passionnante

- **Prendre la parole avec impact grâce à la carte mentale**

- **Animer des réunions avec la carte mentale**

Animer des réunions avec la carte mentale

- **Structurer son intervention**

Structurer son intervention

- **Prendre des notes efficaces grâce à la carte mentale**

Prendre des notes efficaces grâce à la carte mentale

- **Bilan, évaluation et synthèse de la formation**

Bilan, évaluation et synthèse de la formation

CAP ÉLAN FORMATION

www.capelanformation.fr - Tél : 04.86.01.20.50

Mail : contact@capelanformation.fr

Organisme enregistré sous le N° 76 34 0908834

[version 2023]