



Programme formation - TROIS jours

PrestoLecture : optimiser son temps de lecture



Formations Prestolecture référencée au Datadock.
Identifiant Datadock : id. DD : 0062686

OBJECTIF DE LA FORMATION – COMPETENCES VISEES

- ✓ Définir une stratégie et des objectifs de lecture performants
- ✓ **Lire plus rapidement**
- ✓ Améliorer la compréhension
- ✓ Se détendre, augmenter le plaisir de lecture
- ✓ Synthétiser et structurer l'information pour pouvoir la restituer
- ✓ **Retenir plus efficacement les informations écrites**

PROGRAMME

Première journée

Identifier le paradigme de lecture actuel du stagiaire

Vitesse

Niveau de confiance, frustration ou plaisir, stress...

L'humain et l'apprentissage : fonctionnement cognitif

Traitement de l'information au niveau conscient, préconscient et non conscient

Acquisition de l'information, processus d'apprentissage, intelligences multiples

Importance de l'objectif

Techniques pour améliorer la concentration

Les étapes de la méthode

Etape 1 : préparation

Etape 2 : vue globale

Etape 3 : photolecture

Journées 1, 2 et 3: travail sur articles fournis, et deux livres choisis et apportés par les apprenants

Terra Nueva SARL au capital de 8000 euros

Square Rubens – 223 rue de Nantes – 35 200 Rennes

06 77 71 67 65 - contact@prestolecture.com - www.prestolecture.com

SIRET : 838 988 509 00017 - SIREN : 838 988 509

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53 35 10247 35 auprès du préfet de région de Bretagne



Référencé Datadock !

Deuxième journée

Etape 4 : pré-exploration

Etape 5 : imprégnation

Etape 6 : activation

- Lecture glissée
- Survol et plongée
- Butinage
- Prise de notes visuelles - sous forme de cartes heuristiques (cartes mentales)
- Lecture sélective

Troisième journée

Approfondissement et entraînement, pratique

Exercices d'application des techniques vues au jour 2.

« Activation » des livres de non fiction choisis par le participant.

Comparaison entre le paradigme actuel de lecture et le constat de départ

Vitesse

Niveau de confiance

Objectifs pour intégrer ce travail dans le quotidien professionnel du stagiaire

Plan d'action

METHODOLOGIE

Le contenu de la formation est basé sur l'apprentissage accéléré.

La formation est ludique et fait appel aux intelligences multiples, pour permettre à tous les profils de stagiaires d'assimiler la méthode et d'obtenir des résultats.

Les étapes de la méthode sont expérimentées par le stagiaire au moins trois fois, sur différents supports : articles plus ou moins longs et livres.

MATERIEL ET SUPPORT DE FORMATION FOURNIS AUX STAGIAIRES

- Articles à télécharger et/ou imprimer pour exercices
- Fiches-résumés
- Certificat de fin de formation
- Des courriels de suivi pour renforcer les acquis et aller plus loin, dans les semaines qui suivent la formation.

Terra Nueva SARL au capital de 8000 euros
Square Rubens – 223 rue de Nantes – 35 200 Rennes
06 77 71 67 65 - contact@prestolecture.com - www.prestolecture.com
SIRET : 838 988 509 00017 - SIREN : 838 988 509
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53 35 10247 35 auprès du préfet de région de Bretagne



Référencé Datadock !

MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES MIS EN ŒUVRE

La formation aura lieu à distance : sur Internet, probablement sur la plateforme Zoom.

Idéalement, lorsque c'est possible, les participants auront leur caméra allumée afin de faciliter l'interaction.

Les participants s'engagent à être présents et attentifs aux jours et aux horaires indiqués.

Les participants se muniront, pour les trois journées de formation, de deux livres de non fiction de leur choix, idéalement en format papier, plus adapté pour découvrir la méthode.

DUREE, DATES, LIEUX DE LA FORMATION

21 heures réparties sur trois jours.

Lieu : Internet (plateforme ZOOM, sauf difficulté technique)

Dates : jeudi 28 et vendredi 29 octobre 2021 ; vendredi 05 novembre 2021

Horaires : 9h à 12h30 et 14h à 17h30 (heure Française)

MODALITES DE CONTROLE DES CONNAISSANCES

Evaluation de la vitesse de lecture et de la compréhension tout au long de la formation. Le stagiaire verra en conséquence l'évolution de sa vitesse de lecture au fur et à mesure.

Comparaison avec la vitesse de lecture et la compréhension en début de formation.

FORMATEUR

Anne-Aël Gombert – créatrice de la méthode PrestoLecture.

Certifiée *PhotoReading® Instructor* par Learning Strategies Corporation.

Peak Performance Coach certifiée par Flow Genome Project

ADMINISTRATIF

Nom de l'Organisme de Formation: TERRA NUEVA

Forme juridique : SARL

SIREN: 838988509

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53 35 10247 35 auprès du préfet de région de Bretagne.

Formations Prestolecture référencée au Datadock.

Identifiant Datadock : id. DD : 0062686

Terra Nueva SARL au capital de 8000 euros

Square Rubens – 223 rue de Nantes – 35 200 Rennes

06 77 71 67 65 - contact@prestolecture.com - www.prestolecture.com

SIRET : 838 988 509 00017 - SIREN : 838 988 509

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53 35 10247 35 auprès du préfet de région de Bretagne



Référencé Datadock !

Pour toute demande de Convention de Formation, nous vous invitons à fournir les coordonnées complètes de votre société, et les noms et prénoms du ou des stagiaires que vous souhaitez inscrire.

Terra Nueva SARL au capital de 8000 euros
Square Rubens – 223 rue de Nantes – 35 200 Rennes
06 77 71 67 65 - contact@prestolecture.com - www.prestolecture.com
SIRET : 838 988 509 00017 - SIREN : 838 988 509
Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 53 35 10247 35 auprès du préfet de région de Bretagne



Référencé Datadock !