

**FORMATION**

**SUR MESURE**

**FuturPlus**

"JE DÉVELOPPE MES  
COMPÉTENCES EN  
EFFICIENCE  
COGNITIVE ET DEVIENS  
UNE PRO EN  
LECTURE RAPIDE "

LUANA



**LECTURE**

**RAPIDE**

# Lecture rapide

## Améliorer votre vitesse de lecture, votre concentration et votre rétention d'information

Les techniques et stratégies de lecture efficace vont vous permettre de lire plus vite en améliorant votre concentration et votre rétention. Elles sont particulièrement adaptées au traitement des documents longs.

### Public

- Toute personne qui doit lire et traiter beaucoup d'informations dans son cadre professionnel et qui manque de temps

### Programme

- Comprendre le fonctionnement de l'œil et du cerveau pour identifier les pièges classiques de la lecture
- Identifier les 3 paramètres d'un lecteur efficace
- Pratiquer les techniques de base de la lecture rapide (guide visuel, empan visuel et gestion de la subvocalisation)
- Définir la bonne stratégie en fonction de son objectif de lecture (apprentissage, découverte, synthèse, etc.)
- Pratiquer l'entraînement spécifique
- Augmenter significativement sa vitesse de lecture

### Bénéfices

- Identifier les erreurs courantes qui ralentissent la vitesse de lecture
- Développer les 3 techniques de base de la lecture rapide
- Entraîner spécifiquement la vitesse
- Mettre en place une stratégie de lecture efficace
- S'initier à la prise de notes visuelles

### Formateur

Cyril Maître est formateur en efficacité cognitive et expert en techniques et stratégies d'apprentissage (mind mapping, sketchnoting, facilitation graphique.) Il est en outre champion du monde dans la catégorie mind mapping.  
<https://cyril-maitre.com/>

## Information pratique

### Date du cours

4 juin 2020\*

\*Autres dates sur mesure dès 10 personnes

### Horaire

8.00-12.00 / 13.00-17.00

### Tarif

CHF 490.- / jour

### Lieu

FuturPlus centres de formation  
Avenue du Léman 23 A  
1005 Lausanne

### Renseignements et inscriptions

[www.futurplus.ch](http://www.futurplus.ch)  
[info@futurplus.ch](mailto:info@futurplus.ch)  
021'320'80'00