



PRISE DE NOTES

**Mode
distantiel
disponible**

Durée : 2 jours

PUBLIC

Tout public

PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire pour suivre cette formation

OBJECTIFS

- Démystifier la peur de la prise de notes
- Découvrir les facilités et les obstacles propres à son fonctionnement
- Pouvoir choisir la ou les méthodes qui vous conviennent selon le type de réunion
- Gagner en rapidité grâce à des techniques éprouvées
- Savoir exploiter ses notes

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET D'ÉVALUATION

Alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques, et de mises en situation de prise de notes

INTERVENANTS

Didier BLANCHET - Peggy THEISS

Cédric BARRÉ - Angélique CAVELIER

La crainte de prendre des notes

- Les trois axes d'amélioration
- Les raisons de la prise de notes
- Les différentes phases à respecter
- Les freins à la prise de notes

Les préférences personnelles

- Les préférences de notre cerveau
- Les différentes méthodes de prise de notes

Les bonnes pratiques de prise de notes

- La définition préalable de ses objectifs
- La synthétisation d'un message
- Le résumé pour savoir être court et concis
- Les mots clés dans un discours

Les moyens d'être plus rapide

- Les différentes techniques d'écriture rapide
- La mise en œuvre au quotidien

La pratique de la prise de notes

- Mise en situation
- Analyse et conseils pour une amélioration durable

L'exploitation de sa prise de notes

- Les différents types d'écrits possibles pour restituer efficacement
- Les bonnes pratiques en matière d'écriture pour être clair et compris de tous

Possibilité d'utiliser le CFESES (Congé de formation Économique, sociale, environnementale et syndicale)

TARIFS : Syndicat : 200€/jour

CSE : 220€/jour

Entreprise : 230€/jour



18 et 19 juin