



LE + OFFERT AUX ADHÉRENTS DU CGALA

Pour tous et plus particulièrement pour ceux "qui sont loin des lieux de formation" ou "qui n'ont pas le temps"... Des ateliers en ligne, de courte durée, pour vous former quand et où vous le décidez.

[Un module LECTURE RAPIDE]

Un programme complet de 2 h 30 pour :

- S'entraîner à lire vite et bien sans effort.

En 3 parties distinctes que vous pouvez aborder indépendamment les unes des autres, à votre convenance et à votre rythme.

A l'issue de chaque partie, vous observerez une pause de mise en pratique.

[Un module TECHNIQUES DE MÉMORISATION]

Un programme de 1 h 30 pour :

- Expérimenter des techniques et des méthodes de mémorisation terriblement efficaces.
...Suivi de préconisations pour un entraînement pratique de 10 minutes quotidiennes sur une durée de 10 jours.

[Un module PRISE DE NOTES VISUELLES]

Un programme "sketchnoting" de 2 h pour :

- Découvrir des techniques utiles et ludiques pour créer des notes que l'on relit, où l'on retrouve les informations dont on a besoin quand on en a besoin.

Pour aller plus loin dans la maîtrise du "sketchnoting" : rendez-vous page 11 de la plaquette.

Auteur : Cyril MAITRE - Apprendre Vite et Bien

[Quatre modules BUREAUTIQUE]

Chaque module est chapitré par thème (vidéo), indépendant, d'environ 5 minutes chacun.

- **WORD (1 h) :** Revoir les bases - Gestion des documents longs - Mailing.
- **EXCEL (45 mn) :** Feuille de calcul simple - Graphiques - Base de données.
- **POWERPOINT (30 mn) :** Produire un support visuel pour animer des échanges.
- **ONENOTE (30 mn) :** Trouver la meilleure solution pour partager l'information.

Auteur : Laurent HUGUET - CCI Nantes St-Nazaire

COMMENT FAIRE POUR PROFITER DE CES OPPORTUNITÉS ? Simple et pratique...

CONTACTER Françoise Lerbet (*voir contact en dos de plaquette*) au CGALA qui vous fournira les liens et les codes pour accéder aux vidéos en ligne.