

## STIMULER LE CERVEAU ET GAGNER EN EFFICACITE

FORMATION EN 2 JOURS MODULABLES

### Objectifs

Appliquer dans sa pratique quotidienne les atouts du fonctionnement du cerveau

Identifier ses axes de perfectionnement dans sa gestion du temps

### Programme

#### Le cerveau

Découvrir son cerveau et l'intérêt de chaque composant

Rejeter les mythes

Comprendre le mécanisme de la prise de décision

Travailler avec ses émotions

#### La personnalité et ses répercussions sur la gestion du temps

Diagnostiquer les éléments de sa personnalité qui influent sur la gestion du temps

Adapter ses besoins à une organisation d'équipe

Utiliser les différentes techniques de communication dans sa gestion du temps

#### Le mode d'appréhension des connaissances

Identifier son mode d'apprentissage (approche P.N.L.)

Adapter son rythme de travail à ses besoins physiologiques et intellectuels

Evaluer sa performance

#### Jeux de rôle et test de personnalité

### Les informations pratiques

>INTRA : 1 300 € net de taxe par jour pour un groupe de 10 stagiaires.

>INTER : 490 € net de taxe par jour par stagiaire. Les pauses et déjeuners sont inclus.

### Evaluation des acquis de la formation

Plan d'action personnel intégrant les éléments dégagés par les tests

### Les +

Mise en pratique

Remise d'un document de référence

Conseils et échanges d'expériences professionnelles

Attestation de formation remise au stagiaire

#### Carnets de formation

c/o Link's - Imbl Carré Haussmann 4 allée du Trait d'union – Carré Sénart  
77127 Lieusaint - tel : 01 60 60 21 86 – fax : 09 58 44 89 07

[www.carnetsdeformation.com](http://www.carnetsdeformation.com)