

Formation « Lecture rapide »

Programme détaillé

Format : 1 jour (7 heures) - En présentiel ou distanciel

Objectif général : Développer sa rapidité de lecture en l'associant à une bonne compréhension des écrits.

Objectifs pédagogiques :

1. Évaluer son niveau et sa rapidité de lecture
2. Identifier ses propres freins à la lecture rapide
3. Expérimenter des techniques pour accroître sa vitesse de lecture
4. Maintenir un bon niveau de compréhension des écrits

Public concerné : Tout professionnel souhaitant accroître sa vitesse de lecture sur écran comme sur papier en développant sa compréhension des écrits.

Prérequis : aucun

Idéalement, venir avec son ordinateur

En amont de la formation, il sera proposé au bénéficiaire de :

- Définir les objectifs (types de lecture, fréquence, supports utilisés)
- Répondre au questionnaire préalable pour préciser ses objectifs
- S'auto-positionner sur la thématique de préparation de sa retraite

Programme détaillé :

1^{ère} demi-journée

- Évaluation de son propre niveau de lecture
- Repérage de nos freins personnels à la lecture rapide
- Acquisition de la méthodologie de lecture rapide
- La lecture intégrale et sélective : définir stratégie personnelle

Applications : Test, repérage des freins en situation de lecture

2^{ème} demi-journée

- Être un lecteur actif : les objectifs, les synthèses intermédiaires, les points d'ancrage
Le lâcher prise en lecture accélérée
- Évaluation des acquis de lecture et des pistes de progrès

Applications : Mises en situation 80% de la formation.

Méthodes et outils pédagogiques :

Animation participative pour créer de l'interactivité et une dynamique de groupe

Utilisation d'un support pédagogique de présentation (type Power Point, Mind Mapping)

Autodiagnostic du niveau de départ (test)

Mises en situation tout au long de la formation (80 %) pour accroître sa vitesse de lecture

Tests de compréhension associés

Travail sur logiciel

Envoi du support de cours par e-mail 48 heures au plus tard après la formation

Points forts :

Mises en situation tout au long de la formation (80 %)

Élaboration d'un plan d'actions personnalisé

Mise en place d'un suivi 5/5. Chaque semaine et durant 5 semaines suivant la formation, le participant reçoit un courriel avec un exercice ou un objectif à travailler en lien avec les acquis de la formation. Suivi du plan d'actions personnalisé inclus.

Évaluation et appréciation des participants :

Pendant la formation :

- Vérification des acquis à l'aide d'un QCM et check-list de savoir-faire,
- Questionnaire de satisfaction à compléter en fin de formation

Après la formation :

- Questionnaire pour appréciation du transfert des acquis en situation professionnelle (évaluation à froid)

A l'issue de la formation stagiaire est capable de :

1. Démultiplier sa vitesse de lecture
2. Choisir son mode de lecture en fonction de ses objectifs
3. Optimiser le temps de travail en sachant extraire les informations essentielles d'un document

Modalités pratiques :

[Formation inter-entreprises](#). [Nous contacter pour les dates ou consulter le calendrier sur notre site](#)

Lieu de formation : 6 rue du Congrès NICE

Stage en présentiel ou en distanciel si souhaité

Durée : 1 jour (soit 7 heures)

Horaires de formation : 9h à 12h30 – 13h30 à 17h. Les pauses de 15 minutes matin et après-midi sont incluses.

Nombre de personnes : de 3 à 10 (La formation est maintenue avec un minimum de 3 participants)

Coût par personne pour les 7 heures : 425,00 € HT (+ TVA 20 % 85,00 €) soit 510,00 € TTC (pauses et déjeuner inclus)

[Formation intra-entreprise](#)

Lieu de formation : locaux de l'entreprise

Stage en présentiel ou en distanciel si souhaité

Durée : 1 jour (soit 7 heures)

Horaires de formation : 9h à 12h30 – 13h30 à 17h. Les pauses de 15 minutes matin et après-midi sont incluses.

Nombre de personnes : de 1 à 10

Coût par groupe maximum de 10 personnes pour les 7 heures : 1200,00 € HT (+ TVA 20 % soit 240,00 €) 1440,00 € TTC

Un certificat de réalisation sera délivré.

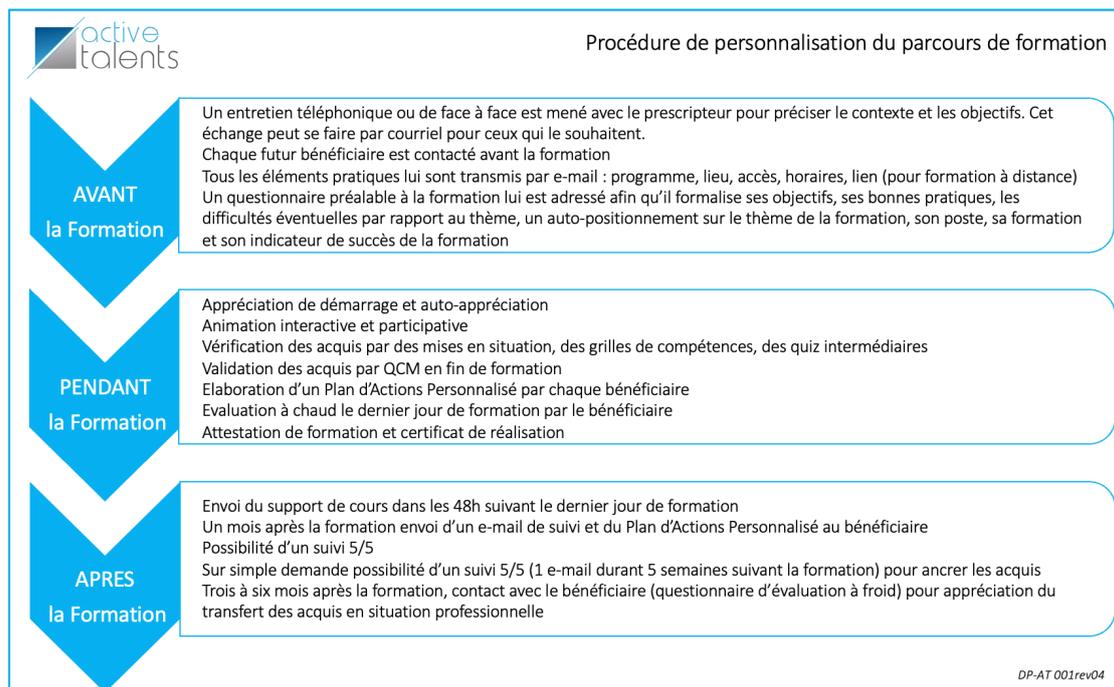
Qualité de la formatrice : Patricia Dupuy - Formatrice et référente pédagogique.

Expérience de plus de 25 ans dans la formation professionnelle - Spécialisée en management et efficacité professionnelle - Coach professionnel, certifiée « coaching orienté solution® », titre certifié RNCP Niveau 2 - Animatrice Codéveloppement professionnel et facilitation en intelligence collective. Certifiée « Digital Learning Trainer » Niveau 2. Certifiée EQ-i 2.0 intelligence émotionnelle et EQ-i 2.0 360 - Formatrice diplômée du Master 1 de Psychologie Sociale et titulaire du Master 2 Administration des Entreprises de l'IAE.

Organisme référencé Qualiopi FR058378-1 pour les actions de formation.

Délai d'accès à la formation : 3 jours ouvrables à partir de la demande ou 4 semaines, si prise en charge par un OPCO.

Personnalisation du parcours de formation :



Les documents règlementaires sont disponibles en ligne sur le site www.active-talents.com. Les conditions d'accueil et d'accès des publics en situation de handicap sont adaptées individuellement pour nos formations. Merci de nous contacter à l'adresse contact@active-talents.com

Fait à Nice, le 1^{er} janvier 2025

Contact : Patricia Dupuy

Référente pédagogique

Tél. : +33 (0)6 22 536 936

Courriel : pdupuy@active-talents.com