



Meras-Network est certifié QUALIOP1 et enregistré au Datadock.

## Programme « Prendre des notes rapide en ANGLAIS avec la méthode MERASA® »

3 jours non consécutifs – 21 heures (niveau 1)

INTRA – 8 à 10 participants maximum

### POUR QUI ?

Etudiants, journalistes, secrétaires, assistantes ...  
Toute personne désireuse de savoir prendre des notes rapides et efficaces en anglais

PRE REQUIS : aucun

### NOS +

Méthode interactive flexible et ludique  
Mise en pratique intensive  
Exercices audio (uniques) sur le site au service des stagiaires

Seule la société MERAS-NETWORK est habilitée à certifier ses coaches AMC® pour l'enseignement de MERAS® et MERASA®

### > OBJECTIF :

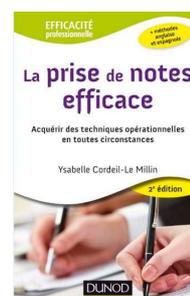
- S'approprier une méthodologie de prise de notes rapide en anglais et gagner en efficacité (courriers, comptes rendus, rapports, cours, entretiens, brainstormings...)
- Identifier les différentes techniques de prise de notes existantes et savoir les combiner en fonction des situations et des objectifs

### > PROGRAMME

- Découvrir et maîtriser une méthodologie simple et pratique basée sur la phonétique et le concept des lettres de l'alphabet : **MERASA®** (utilisation immédiate, relecture instantanée)
- Remplacer sa prise de notes habituelle par un automatisme d'écriture simplifiée
- Se créer un glossaire d'abréviations personnelles en fonction de sa profession
- Acquérir progressivement une vitesse en fonction de son objectif professionnel ou autre (de 60 à 100 mots/mn) et doubler sa rapidité de prise de notes initiale
- Utiliser **MERASA®** en toutes circonstances (prise de notes exhaustive ou sélective)
- Découvrir comment associer rapidité d'écriture et techniques de prise de notes (tableaux synoptiques, style télégraphique, MIND MAP®, méthode SPRI...)
- Bénéficier des différents procédés et les utiliser comme une BAO (**Boîte A Outils**) au service de son objectif

Des travaux personnels en dehors des sessions proposées sont indispensables à la parfaite maîtrise de la technique **MERASA®**

Remise de l'ouvrage en formation présentielle



> **VALIDATION DE LA FORMATION** : Remise d'une attestation de formation

**Modalités d'évaluation :**

- Questionnaire d'évaluation et bilan établis avant le début de stage pour chaque stagiaire
- Critères identiques pour l'évaluation de fin de formation.
- Bilan de fin de stage pour constater l'évolution de chaque stagiaire en fonction de ses capacités

**Notre évaluation est basée sur les critères suivants :**

- Evaluation des compétences tout au long de la formation au travers de tests et de mises en situation pratiques

> **MATERIEL PEDAGOGIQUE** : alternance de théorie & de mise en pratique

> **ANIMATEURS** : *Tous les intervenants sont certifiés AMC® (Authorized Meras Coach®)*

> **DELAI D'ACCES** : 1 mois



> **ACCESSIBILITE** : nous contacter

> **LIEU** : nous contacter

> **DATES** : nous contacter

> **TARIF** : indiqué sur notre page « Formations »