



Meras-Network est certifié QUALIOP1

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

3 jours non consécutifs – 21 heures (niveau 1)

INTRA en présentiel – 6 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 :

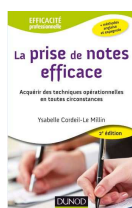
- S'approprier une méthodologie de prise de notes rapide **en anglais** et gagner en efficacité (*courriers, comptes rendus, rapports, cours, entretiens, brainstormings...*)
- Identifier les différentes techniques de prise de notes existantes et savoir les combiner en fonction des situations et des objectifs

> 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®**

Le livre « **La prise de notes efficace** » (DUNOD- 2^e ou 3^e édition) est le support du stage et est **indispensable** à votre formation (*vous le trouvez dans toutes les bonnes librairies ou sur commande*)



> **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** : au sein de votre entreprise

> **DATES** : nous contacter. Nous nous adapterons à vos exigences.

> **TARIF** : indiqué sur notre page « Formations clé en main »