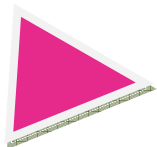




Meras-Network est certifié ICPF & PSI (qualification figurant sur la liste CNEFOP) et enregistré au Datadock.



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

> **MATERIEL PEDAGOGIQUE** : alternance de théorie & de mise en pratique intensive (*vidéo-projection*)

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

