

Développez vos Capacités Quotidiennes grâce à l’Entraînement Cérébral

Lien : https://maroc-performance.com/formation/developpez-vos-capacites-quotidiennes-grce-a-lentrainement-cerebral

DURÉE
3 jours (21h)

RÉFÉRENCE
DP12

CATÉGORIE
Développement de votre Potentiel

Maroc Performance

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Comprendre le fonctionnement du cerveau et découvrir ses potentialités
- Stimuler et développer ses capacités cérébrales (mémoire, concentration, raisonnement…)
- Acquérir des stratégies pour booster sa performance au quotidien

POUR QUI ?

- Toutes personnes désireuses d'améliorer son potentiel cérébral



Maroc Performance

Programme détaillé

1 / N'utilise-t-on réellement que 10% de notre cerveau ?

- Le cerveau, comment ça fonctionne ?
- Les principales fonctions cérébrales

2 / Développer son attention et sa concentration

- Qu’est-ce que l’attention ?
- Comment l’améliorer ?
- La concentration au travail : conseils et exercices

3 / Dynamiser ses capacités de raisonnement et de résolution de problèmes

- Logique et raisonnement
- Stratégie et planification
- Mise en œuvre des capacités de raisonnement en situation

4 / Développer ses capacités visuo-spatiales

- Optimiser la prise d’information venant de ses sens
- Développer sa créativité et ses capacités d’imagerie mentale

5 / Améliorer ses capacités de mémorisation

- Le fonctionnement de la mémoire et ses interactions avec les autres fonctions
- Analyse de ses propres capacités de mémorisation, connaître son mode de fonctionnement
- Les techniques de mémorisation

Maroc Performance

Approche pédagogique

- Support Ecrit et Projection
- Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- Brainstorming et Jeux de Rôle
- Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- Test de Validation des Acquis des Connaissances

Prochaines dates programmées

19 au 23 Nov. 2026	Distanciel
06 au 08 Jan. 2027	Présentiel - Casablanca
10 au 12 Mars 2027	Présentiel - Casablanca
05 au 07 Mai 2027	Présentiel - Casablanca
30 Juin au 02 Juil. 2027	Présentiel - Casablanca

Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

Réservation & Renseignements

Téléphone : +212 522 247 210
Email : contact@maroc-performance.com
Web : https//www.maroc-performance.com

Maroc Performance — Tous droits réservés