

## DUREE

1 jour (7 heures)

## PUBLIC

Toute personne souhaitant améliorer sa vitesse de lecture, et retenir l'essentiel d'un texte

## PREREQUIS

Aucun

## OBJECTIFS

Accélérer sa vitesse de lecture  
Accroître sa concentration  
Choisir la stratégie de lecture adaptée  
Maîtriser et retrouver facilement l'information  
Mémoriser ce qui est vraiment utile  
Gagner du temps

## METHODES PEDAGOGIQUES

Formation opérationnelle et personnalisée  
Exercices progressifs  
Utilisation d'outils concrets  
La découverte de la méthode Richaudeau, du nom du célèbre chercheur en sciences cognitives, vous aidera à lever tous les freins qui vous ralentissent

## EVALUATION

À chaque étape clé de la formation, des exercices d'entraînements de galops de vitesse de lecture permettent de mesurer ses progrès

## INTERVENANT

Consultant formateur efficacité professionnelle

## LIEU

Chez EvryWare, site Client ou à distance

## VALIDATION

Attestation de formation

## Quel lecteur êtes-vous ?

- Diagnostiquez vos points forts et vos points faibles
- À quelle vitesse lisez-vous actuellement ?

*Test de vitesse de lecture dès le début de la formation afin de mesurer ses progrès tout au long de celle-ci*

## Accélérer sa vitesse de lecture

- Identifier les freins à la vitesse et les desserrer :
  - Eviter les retours en arrière
  - Supprimer la subvocalisation
- Développer ses aptitudes physiques à la lecture
- Utiliser les techniques de lecture rapide : s'entraîner

*Entraînement aux galops de vitesse de lecture*

## Choisir une stratégie adaptée à son besoin de lecture

- Le survol pour prendre rapidement connaissance d'une pile de documents
- Le repérage pour trouver une information ponctuelle
- L'écrémage :
  - Saisir l'essentiel pour en faire la synthèse
- L'approfondissement :
  - Analyser
  - Synthétiser
  - Mémoriser

## Traiter efficacement le support de lecture

- Adapter ses nouvelles méthodes de lecture à des documents, à des articles de presse, à sa messagerie
- Le survol, le repérage, l'écrémage : s'appropriier les différentes méthodes de lecture rapide grâce à des exercices pratiques

