Intra CL
Inter SR

Public

Tout public Caf

Pré-requis

Aucun prérequis

Modalités pratiques

Durée : 2 jours soit 14 heures de formation
Calendrier - Lieux - Modalités d'accès : Planification sur le site EGOC [Sessions à venir] Nous contacter pour suivi des programmations et des planning sur www.egoc.org

Catégorie

Méthodologie - Outils et Techniques

Tarifs

450.00

Modalités d'animation

Présentiel

Formateur

CHEVALLIER Caroline

Effectif

Minimum : 6 stagiaires /
Maximum : 12 stagiaires

Le Mind Mapping pour organiser ses idées

MAJ : Vendredi 06 novembre 2026

Objectif professionnel

Utiliser la carte mentale pour organiser, analyser, mémoriser et communiquer efficacement des informations dans son activité professionnelle

Contenu

Contenu de la formation

1 - Découvrir et comprendre la démarche

- Le fonctionnement du cerveau gauche et du cerveau droit
- La puissance de la mémoire
- L'importance des illustrations
- Les enjeux de l'outil : simplicité, lisibilité, créativité

2 – Construire une carte mentale efficace

- Les principes de base apportés par Tony Buzan
- Les méthodes d'élaboration d'une carte mentale
- Présentation de divers exemples
- Travaux pratiques : mise en forme d'une carte sur papier

3 - Utiliser la carte mentale dans le cadre professionnel

- Les différents usages de cartes mentales
- Travaux pratiques :
  - o La carte mentale comme outil de questionnement
  - o La prise de notes à partir d'un texte
  - o L'animation d'une présentation orale
  - o La réunion de créativité
  - o Autres sujets choisis par les participants
- Présentation succincte de plusieurs logiciels

Taux de satisfaction

Nouveau programme 2026

Tarification

INTRA - Coût jour maximum : 1 290 €

INTER Coût stagiaire
6/7 participants : 450 €
8/9 participants : 345 €
10/12 participants : 310 €

Tarif / Coût stagiaire

450.00

Méthodes mobilisées

Moyens pédagogiques et techniques
• Formation en présentiel dans une salle adaptée
• Approche participative basée sur des apports théoriques, des travaux pratiques et des échanges avec les
participants
• Expérimentations des techniques : nombreux exercices et mises en application
• Réalisation de cartes mentales manuelles, individuellement et en groupes
• Documentation sous forme de livret remis à chaque participant à l'issue de la formation

Dispositif de suivi de l'exécution et évaluation des résultats de la formation
• Évaluation diagnostique : questionnaire
• Évaluation bilan : Réalisation individuelle d'une carte mentale répondant à une situation professionnelle, évaluée à
l'aide d'une grille de critères portant sur la structure, la hiérarchisation, la pertinence et l'exploitabilité de la production.

Modalités d'évaluation et de validation:

Evaluation en amont : sous forme d'un questionnaire ou d'un entretien avec le formateur pour valider les prérequis, d'évaluer les besoins spécifiques et de déterminer le niveau de connaissances

Evaluation au cours de la formation : validation de la compréhension et de l'acquisition des connaissances sous forme mises en situations, de réflexions collectives et d'utilisation d'outils de diagnostic

Evaluation à chaud : à l'issue de la formation, un bilan oral et une évaluation écrite permettront d'apprécier la qualité de la prestation et de mesurer l'efficacité de l'action au regard des objectifs globaux

Evaluation à froid : réalisée avec un outil interne Caf

Attestation de suivi : Feuille de présence

Attestation de participation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action sera remise aux stagiaires à l'issue de la formation

---

Accessibilité:

Nos formations sont accessibles à tous les agents Caf. Pour toutes personnes en situation de handicap, nous vous invitons à nous contacter afin d'étudier ensemble les modalités d'accès à la formation et de nous

transmettre tout document nécessaire pour l'ajustement des prestations et la mise en oeuvre de dispositifs adaptés.

Niveau d'accessibilité des prestations proposées dans les locaux de l'EGOC : fiche informative du registre public d'accessibilité disponible sur le site de l'EGOC : Page « Contact et Accessibilité »

Délais d'accès à la formation:

Délais d'accès entre la demande et le début de la prestation : engagement d'une réponse dans les 15 jours ou conditionné aux délais de procédures de marché (1 mois pour les sessions INTER).

**Pour toutes informations administratives, pédagogiques,
d'accompagnement aux personnes
ou d'une adaptation de la formation sur mesure,
vous pouvez nous contacter au 02 99 29 82 42 ou 02 99 29 82 43**
