

Formations ouvertes à la préinscription

Libellé de la formation	Date(s) et lieu	Lien de préinscription	Objectifs-contenus
IRA : Aisance orale et prise de parole en public	28 et 29 août à Metz	Inscription	Présentation et travail sur les principes de base de la communication : l'expression verbale et non-verbale, la fluidité mentale, l'importance de la relation avec l'auditoire. Travail sur la préparation de l'intervention orale : la construction d'un conducteur qui canalise l'intervention orale. Réflexion sur l'organisation des interventions, sur les méthodes argumentaires.
IRA : Développer des techniques de mémorisation	28 août à Metz	Inscription	Formation pour tous visant à élaborer des stratégies mnémotechniques en fonction du volume d'information à retenir et à restituer dans un temps donné. Alternance d'apports théoriques et de mises en pratique autour de la mémoire et de 6 outils mnémotechniques.
IRA : Analyser son activité, gérer son temps	30 et 31 août à Metz	Inscription	Par des apports théoriques courts, des mises en situation et des entraînements pratiques il sera abordé les points suivants : l'autodiagnostic sur la gestion du temps, l'activation des leviers pour en gagner ; les « Voleurs de temps », le carré des priorités ; les critères d'un bon objectif, exercice personnel sur la fixation d'objectifs, savoir faire des choix, la carte des missions essentielles, la gestion des mails, des réunions, des imprévus, de l'agenda.
IRA : La lecture rapide	30 et 31 août à Metz	Inscription	Après s'être situé en tant que lecteur, seront abordés par des apports théoriques et des mises en situation le développement de la précision de lecture et de rapidité visuelle, les stratégies de lecture active, la gestion de la masse et de la diversité des documents, la mémorisation des informations lues.
Gestion du stress et des émotions gpe 1	29 août + 27 sept. matin + 24 octobre à Nancy	Inscription	Au travers d'apports et de mises en situation, seront abordés durant cette formation le moi et ses émotions, les déterminants des émotions. Des exercices d'apprentissage seront réalisés pour mieux apprendre à mieux les gérer.
Gestion du stress et des émotions gpe 2	30 août + 27 sept. a-m + 26 oct. à Nancy	Inscription	
NEOTIT : Découvrir le chef d'œuvre	29 août à Nancy	Inscription	Présentation des enjeux du dispositif pour la formation professionnelle. Partage d'exemples, analyse et comparaison d'organisations pédagogiques. Présentation de la plateforme BRIO, de l'opération chef d'œuvre de la République et du concours Colbert.