



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

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

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

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

 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>

Document généré le 24/10/2026 — Réf : DP12
Maroc Performance — Tous droits réservés