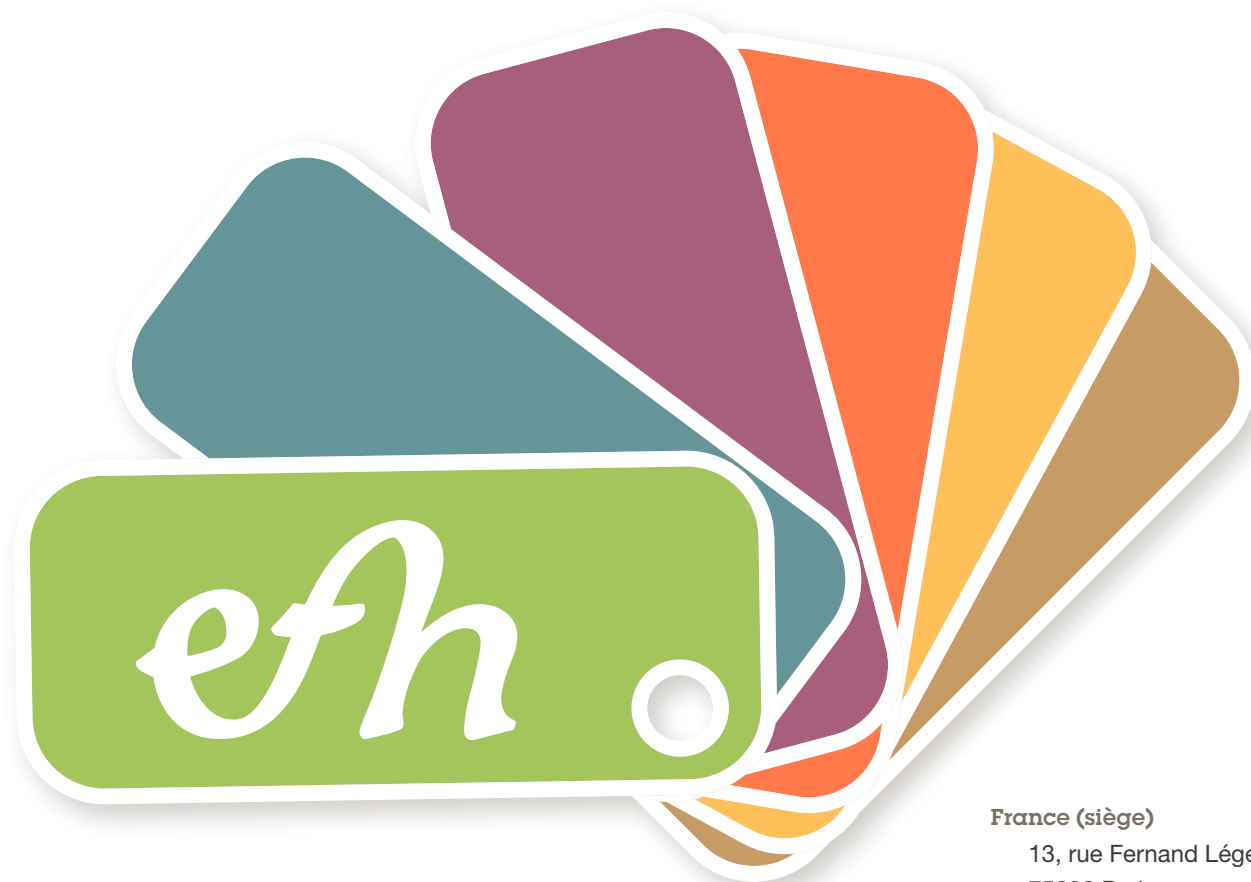


*efh* pédagogies créatives  
pour aller à l'essentiel  
école française de l'heuristique



**France (siège)**

13, rue Fernand Léger  
75020 Paris  
Marine Le Coguiec  
contact@efh.fr  
(+33) 01 43 58 04 44

**Belgique**

Bosveldweg 27  
1180 Bruxelles  
Eric Serruys  
eric.serruys@efh.fr  
+32 (0)499 52 88 38

**Suisse**

Route d'Oron 14  
1073 Savigny  
Isabella Buson  
isabella.buson@efh.fr  
(+41) 78 886 53 14

catalogue  
des prestations



# carte heuristique

*efh*

école française de l'heuristique



# Organisez vos idées avec la carte heuristique



Plus de 15 000 personnes ont déjà suivi ces deux jours de formation passionnants pour être opérationnel avec les cartes heuristiques. Cette formation est dispensée aujourd'hui en 5 langues (français, anglais, espagnol, allemand, hollandais).

À l'issue de cette formation, vous serez capable de réaliser des cartes heuristiques pour :

- clarifier vos idées (en réunion ou en face à face, prise de notes, fixation d'objectifs, aide à la décision, élaboration d'un cahier des charges...)
- optimiser votre temps, votre mémoire, votre concentration et votre créativité, organiser vos informations.

Lors de cette formation, vous commencerez à mettre en œuvre la démarche heuristique.



efh

école française de l'heuristique

## Objectifs

- être capable de concevoir et réaliser des cartes heuristiques dans plusieurs situations
- clarifier et structurer ses idées en résolution de problème et créativité
- gérer l'information efficacement en l'organisant rapidement
- mémoriser beaucoup, mieux et plus longtemps
- apprendre avec aisance
- mieux comprendre son interlocuteur par un questionnement pertinent
- discerner l'essentiel de l'accessoire
- redécouvrir son formidable potentiel
- conserver une vision globale et repérer le détail
- pratiquer des restitutions claires

# i Pratique

## 🕒 Durée

2 jours - 14 heures

→ jour 1 : de 9h30 à 17h30

→ jour 2 : de 9h à 17h

## 👥 Public

→ 8 à 12 participants par session

- Cette formation est dispensée à un large public, quel que soit sa fonction ou sa formation

## ✅ Pré-requis

Aucun pré-requis est demandé

## 📖 Supports

- 1 livret de formation

## € Tarifs

- entreprises : 715 € HT
- indépendants et professions libérales : 615 € HT soit 735,54 € TTC
- particuliers : 515 € TTC
- étudiants & enseignants\* : 315 € TTC

Le déjeuner est inclus.

→ Faites financer cette formation!  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

\* **Tarif soumis à conditions** : ce tarif est soumis à la condition que le financement soit assuré par le participant lui-même. Un justificatif pour l'étudiant et l'enseignant sera demandé.

# 👤 Créateur & formateurs



## Frédéric Le Bihan

Chorégraphe des idées et l'information, il a créé l'école française de l'heuristique en 2007.



## Formateurs certifiés

Patrick Boulanger, Hélène Albertini, Valérie Eichenlaub, Christophe Lach, Marion Charreau, Isabella Buson animent également cette formation.



Carte heuristique

# efh

école française de l'heuristique



## Programme

### Jour 1

- identifier les freins et les accélérateurs de créativité
- se connecter à la bonne information au bon moment
- cartographier des informations lors d'un face à face
- découvrir la multiplicité de nos représentations respectives par rapport à une seule et même information
- connaître les processus d'élaboration d'une habitude
- savoir ce qui est facilement retenu par nos interlocuteurs
- démultiplier la capacité de notre mémoire sans effort

### Jour 2

- réactiver son savoir en respectant un rythme naturel
- lire une carte et retenir facilement beaucoup d'informations
- expérimenter les aptitudes de ses deux hémisphères cérébraux
- élaborer une carte suivant une méthodologie simple et puissante
- cartographier un document écrit pour en faire une conférence passionnante
- connaître les possibilités d'un outil informatique dédié à l'élaboration d'une carte

efh.fr



# Dessinez vos cartes avec aisance



Faites de votre créativité une ressource quotidienne !

Une journée à soi pour se mettre à l'aise par rapport au dessin. Les séquences et les techniques abordées permettent de construire des cartes esthétiques et parlantes. On y découvre des astuces pour mettre ses idées en relief et dessiner des pictogrammes à volonté!

Cette formation est proposée régulièrement en formation « intra » dans les entreprises et organisations.

## Objectifs

- comprendre les mécanismes qui nous permettent de mieux observer et dessiner
- prendre confiance en ses capacités à représenter
- dessiner des visages expressifs et sous plusieurs angles
- dessiner des personnages expressifs et en mouvement
- s'adresser à tous nos sens dans une carte
- mettre en scène l'information de manière impactante
- donner du relief au cœur et aux branches avec les ombres
- donner plus de réalité aux pictogrammes grâce à la perspective et au volume
- savoir combiner les couleurs pour une carte claire et harmonieuse de ses entretiens et réunions



efh

école française de l'heuristique

## Pratique

### Durée

1 journée de 9h à 17h30

### Public

→ 8 à 12 participants par session

- Tout public

### Pré-requis

Avoir déjà réalisé des cartes heuristiques

### Matériel nécessaire

Fourni par l'EFH

### Tarifs

- entreprise: 180 € HT
  - particuliers: 180 € TTC
- Le déjeuner est inclus.

→ Faites financer cette formation!  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

## Créateur & formateur



### Marion Charreau

Professeur de français langue étrangère et artiste plasticienne, elle vit et travaille à Barcelone.

Elle est certifiée EFH et anime la formation « Organisez vos idées avec les cartes heuristiques » en français et en espagnol, ainsi que « Dessinez vos cartes avec aisance » qu'elle a créée.



Carte heuristique

efh

école française de l'heuristique



## Programme

### Matin

- dessiner est à la portée de tous
- comprendre les mécanismes qui permettent de mieux regarder et donc de mieux dessiner
- dessiner des visages expressifs pour nos cartes
- dessiner des situations à deux
- dessiner des personnages structurés en mouvement pour mettre de l'action dans les cartes

### Après-midi

- optimiser la synesthésie de la carte en mettant en scène l'information
- réaliser des ombres pour donner du relief
- utiliser la perspective et le volume pour donner plus de réalité aux pictogrammes
- faire un usage judicieux des couleurs.
- ancrages: réinvestir les différentes expériences dans une carte



# Certification à l'enseignement de la carte heuristique



L'EFH est le premier organisme francophone délivrant une certification à l'enseignement de la Carte Heuristique.

Ce parcours est ouvert exclusivement à des praticiens de la carte utilisant celle-ci depuis plus d'un an.

Il existe deux niveaux de certification.



efh

école française de l'heuristique



## Niveau 1



Infos pratiques

**Durée**  
4 jours

**Pré-requis**  
Formation "Organisez vos idées avec la carte heuristique"  
Pratique de la carte heuristique de plus d'un an

**Tarif**  
2200 € HT

→ Faites financer cette formation!  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails



Certification

→ Le candidat participera à un séminaire de quatre jours qui reprendra chacune des séquences pédagogiques du module. Seront intégrées dans ce séminaire des capsules pédagogiques qui auront pour thème :

- initiation à la gestion de l'information
- apprendre selon l'EFH
- sensibilisation aux sciences cognitives
- découvrir l'approche systémique
- apprentissage des modèles de Sperry (droite/gauche) et Mc Lean (limbique/cortex)
- identifier son profil de formateur.

→ Le certifié Niveau 1 est libre de tout engagement vis à vis de l'EFH et réciproquement. Aucun reversement d'honoraires ne sera réclamé. Il exercera sans contrainte de lieu d'installation.



## Niveau 2



Carte heuristique



Infos pratiques



### Durée

Plusieurs mois



### Pré-requis

Certification à l'enseignement de la carte heuristique de niveau 1



### Tarifs

2220 € HT

- Faites financer cette formation!  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails



Certification

- La formation de niveau 2 est dispensée sur plusieurs mois, selon le principe du compagnonnage en co-animation avec des enseignants déjà certifiés. Il est nécessaire d'avoir déjà suivi la certification de niveau 1.
- L'enseignant certifié et le postulant co-animent toutes les séquences sur plusieurs modules (2 à 4 selon le candidat).
- Un jury valide le parcours.
- Les enseignants certifiés Niveau 2 de l'EFH forment un réseau de partage de pratique et de savoir faire.
- Les certifiés Niveau 2 délivrent leur formation à la Carte Heuristique à travers l'EFH exclusivement.
- Ils pourront prétendre à toutes les prestations internes de l'EFH réservées aux membres représentants actifs.

# efh

école française de l'heuristique



## Créateur & formateurs (niveaux 1 & 2)



### Frédéric Le Bihan

Chorégraphe des idées et l'information, il a créé l'école française de l'heuristique en 2007. Il est le créateur de cette certification.



### Autres formateurs

Valérie Eichenlaub anime également cette certification.

# Sensibilisation à la carte heuristique



Carte heuristique



Un atelier-conférence d'une heure et demie pour connaître le fonctionnement de la carte et ses applications.

# efh

école française de l'heuristique



Objectifs

Des séquences courtes et impactantes sont proposées au public afin d'expérimenter les principes fondamentaux de la carte heuristique.

Les auditeurs repartent avec une idée claire de ce que peut apporter la carte heuristique dans leur quotidien. Ils auront déjà réalisé une carte en entretien face à face.

Cette conférence a été donnée devant plusieurs centaines de personnes. Les entreprises et organisateurs d'événementiels nous renouvellent leur confiance régulièrement sur cette prestation.



Plus

L'EFH a créé ces formations dédiées à la carte heuristique :

- **Organisez vos idées avec la carte heuristique** : une méthode unique pour donner du sens, structurer et clarifier vos idées
- **Dessinez vos cartes avec aisance** : faites de votre créativité une ressource au quotidien !
- **Utilisez pleinement Mind Manager / XMind** : apprenez la meilleure façon d'utiliser l'un ou l'autre de ces logiciels phares pour la création de cartes heuristiques
- Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour en savoir plus !



## Frédéric Le Bihan



Chorégraphe des idées et l'information, il a créé l'école française de l'heuristique en 2007. Il a conçu cette conférence.

Patrick Boulanger peut également animer cette conférence.

Marion Charreau l'anime en français et en espagnol.



En pratique



**Durée**

1 heure 30 minutes



**Public**

Tout public



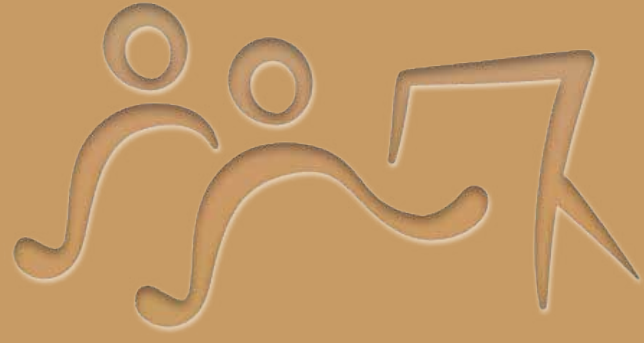
**Tarif**

Nous consulter



**Dates**

Rendez vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour connaître les prochaines dates et lieux de la conférence



# ingénierie de la formation

*efh*

école française de l'heuristique



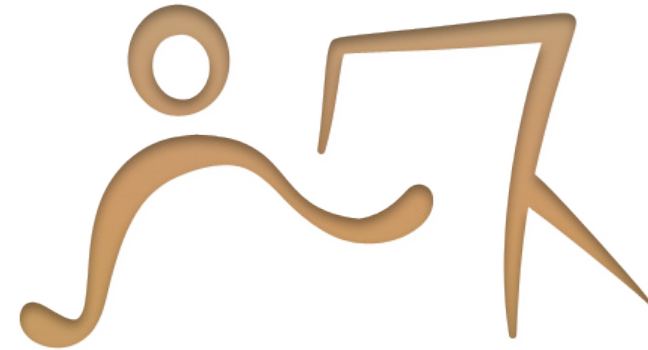
La carte heuristique au service de la formation constitue un outil puissant pour analyser les besoins du commanditaire et construire des séquences pédagogiques efficaces.

Elle permet au formateur d'avoir à la fois la vision globale du déroulé pédagogique et le détail nécessaire à son animation.

La connaissance de votre mode de fonctionnement en tant qu'apprenant avec l'outil des préférences comportementales PREDOM vous donnera des clés pour trouver la bonne posture de formateur.

L'intersession vous donnera l'occasion de mettre en œuvre les ressources délivrées. Vous mettrez à profit vos acquis pour bâtir votre première séquence de formation et l'animer.

La formation est co-animée par des praticiens de la carte heuristique, des formateurs experts de l'ingénierie pédagogique et de la psychologie cognitive.



efh


école française de l'heuristique

## Objectifs

- transformer une demande de formation en cahier des charges grâce à la carte heuristique
- concevoir une formation qui respecte les principes de la pédagogie pour adultes
- animer sa formation avec aisance en répondant aux besoins des différents styles d'apprenants
- connaître son profil de formateur, ses forces et faiblesses
- connaître les différents niveaux d'évaluation pour bâtir les outils appropriés

# Pratique


 **Durée**  
4 jours - 28 heures

 **Public**  
→ 6 à 10 participants par session


- Toute personne amenée à concevoir et à animer des formations

 **Pré-requis**  
Aucun pré-requis

 **Matériel nécessaire**  
Fourni par l'EFH

 **Supports**

- un livret de formation
- PREDOM : un outil de connaissance de soi et des autres

 **Tarifs**

- tarif unique : 2 270 € HT  
soit 2 714,92 € TTC

Le déjeuner est inclus.

→ Faites financer cette formation!  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

# Co-créateurs & formateurs

## Anne Ambrosini

Elle exerce une activité de conseil et formation dans les domaines de la gestion de la formation et l'ingénierie pédagogique.

## Valérie Eichenlaub

Psychologue du travail, consultante et formatrice intervenant sur les questions du mieux-être au travail et de la pédagogie de l'apprentissage.

## Frédéric Le Bihan

Cartographe des idées et de l'information, il a créé l'école française de l'heuristique en 2007.

## Programme

### Jour 1

- clarifier la demande du commanditaire pour une offre de formation pertinente
- identifier les différents profils d'apprentissage pour concevoir un module apprécié par tous
- identifier son style de formateur pour connaître ses atouts et ses zones de vigilance
- construire une carte heuristique en formation

### Jour 2

- construire son module de formation avec la carte heuristique
- varier les méthodes pédagogiques pour une formation dynamique
- mettre en projet l'apprenant pour un accès plus efficace aux savoirs
- concevoir la valise pédagogique

### Jour 2 (suite)

- démarrer la formation en mettant en place les conditions de réussite pour faire une première bonne impression.

### Jour 3

- découvrir comment on apprend quand on apprend
- s'appuyer sur les acquis et le questionnement
- savoir se préparer sur le plan logistique, physique et mental pour réussir son animation

### Jour 4

- identifier les différents niveaux d'évaluation pour construire les outils appropriés
- que faire quand ça ne se passe pas comme prévu ? gérer les situations délicates en formation
- clôturer votre formation comme un feu d'artifice





# éducation

*efh*

école française de l'heuristique



# La carte heuristique en famille

Découvrez ensemble  
une nouvelle façon d'apprendre



Enfin une journée de formation où adultes, enfants et ados découvrent ensemble une nouvelle façon d'apprendre.

Un temps de partage et de plaisir autour de la carte heuristique.

Et tout à coup, l'heure des devoirs devient facile !



## Objectifs

- être capable de concevoir et de réaliser des cartes heuristiques avec son enfant
- aider son enfant à trouver du plaisir à apprendre et avoir confiance en ses ressources
- l'aider à optimiser son temps, sa mémoire, sa concentration pour aboutir à de meilleurs résultats



## Points forts de la journée

- les parents et enfants partagent les mêmes apprentissages
- toutes les séquences font l'objet d'un exercice réalisé sous forme ludique
- un temps est réservé pour expérimenter la carte heuristique à partir de ses propres cours et leçons

efh

école française de l'heuristique





## Pratique

### Durée

1 journée de 9h30 à 17h

### Public

- adolescents et étudiants
- enfants à partir de 9 ans
- adultes désireux d'accompagner sereinement leur enfant dans l'apprentissage

### Matériel nécessaire

Fourni par l'EFH

### Pré-requis

Aucun pré-requis n'est demandé

### Tarifs

- inscription unique: 130 € TTC
- 2 et 3 inscriptions:  
115 € TTC / personne
- à partir de 4 inscriptions:  
95 € TTC / personne

Le déjeuner n'est pas inclus,  
pensez à apporter votre pique-nique!

## Équipe pédagogique



Co-concepteurs et formateurs spécialisés dans la pédagogie des apprentissages, ils sont certifiés à l'enseignement de la carte heuristique: Patrick Boulanger, Valérie Eichenlaub.



## Témoignages



Une journée d'activité unique où l'on se retrouve en position d'apprenant avec ses enfants : une vraie découverte dont on sort plus complice.

*Annabelle, 40 ans, venue avec son fils de 11 ans  
et son neveu de 15 ans - Tours*



Cette journée sur la carte heuristique a beaucoup aidé ma fille de 12 ans à retrouver de la confiance et gagner en efficacité dans son travail scolaire.

*Christine, 37 ans, venue avec sa fille de 12 ans  
Roissy en France*



On apprend à apprendre en jouant et dans une ambiance très conviviale. En plus on peut venir avec tous ses enfants. Idéal, presque trop court !

*Alain, 46 ans, venu avec ses trois enfants de 9, 14 et 16 ans  
Issy les Moulineaux*

# efh

école française de l'heuristique



# La carte heuristique "spécial étudiants"

## Étudiez et révisez efficacement !



Vous êtes étudiant et vous avez besoin de vous organiser facilement et de gagner en autonomie, d'adopter une méthode de travail et de révision efficace. Et surtout, vous avez envie d'étudier avec plaisir.

Venez participer à une journée de formation pour découvrir et mettre en œuvre la carte heuristique, et réussir votre année !



### Objectifs

- concevoir et réaliser des cartes heuristiques
- organiser son travail et optimiser son temps
- créer ses propres supports pour réviser efficacement
- argumenter avec pertinence à l'écrit comme à l'oral



### Points forts de la journée

- un temps d'échange entre étudiants partageant la même envie de réussir
- toutes les séquences font l'objet d'exercices permettant la mise en œuvre et l'expérimentation immédiates
- des outils concrets pour se simplifier les études



# efh

école française de l'heuristique



## Pratique

### Durée

1 journée de 9h30 à 17h30

### Public

- lycéens en Terminale
- étudiants

### Matériel nécessaire

- supports de cours personnels
- autre matériel fourni par l'EFH

### Pré-requis

Aucun pré-requis n'est demandé

### Tarifs

- inscription unique: 130 € TTC
- 2 et 3 inscriptions:  
115 € TTC / personne
- à partir de 4 inscriptions:  
95 € TTC / personne

Le déjeuner n'est pas inclus,  
pensez à apporter votre pique-nique!

## Équipe pédagogique



Co-concepteurs et formateurs spécialisés dans la pédagogie des apprentissages, ils sont certifiés à l'enseignement de la carte heuristique : Patrick Boulanger, Valérie Eichenlaub.



## Programme

### Présentation de la carte

- qu'est-ce qu'une carte heuristique ?
- découvrir les avantages d'un cours cartographié
- les fondamentaux de la carte

### Utilisations pratiques

- démultiplier la capacité de notre mémoire et réactiver les savoirs sans effort
- la prise de notes heuristique
- le questionnement comme moteur de l'apprentissage
- réaliser une synthèse de document efficace
- cartographier ses cours pour réviser

### Apports méthodologiques

- découvrir des cartes-types pour construire sa boîte à outils
- se préparer aux examens

# efh

école française de l'heuristique



# Enseigner avec la carte heuristique



Découvrez et utilisez la démarche heuristique au bénéfice "de l'apprenant et de l'apprendre". Vous trouverez des alternatives à vos pratiques pour penser différemment la relation à l'apprentissage.

À partir de vos expériences, de votre réalité et des spécificités de votre public, vous pourrez ainsi envisager une relation écologique à l'apprentissage pour vos élèves et vous-même.

Au cours de cette formation, vous adapterez et élaborerez des projets qui répondent à vos préoccupations à l'aide de la carte heuristique.



# efh

école française de l'heuristique

## Objectifs

- optimiser sa préparation et gagner du temps
- organiser son projet d'enseignement avec plus d'efficacité
- aider les élèves à optimiser leur temps, leur mémoire pour aboutir à de meilleurs résultats
- utiliser le questionnement pour faciliter la compréhension et le raisonnement
- partager un outil simple et collaboratif avec ses élèves pour favoriser la motivation
- créer et entretenir une relation co-constructive avec les élèves
- développer et augmenter l'attention et la concentration des élèves
- aider les élèves à se situer et se projeter dans le programme



## Pratique

### Durée

2 jours

- jour 1 de 9h30 à 17h30
- jour 2 de 9h à 17h

### Public

- 8 à 12 participants par session :
- enseignants tous niveaux
  - éducateurs et accompagnants scolaires

### Supports

- livret PDF de formation

### Tarifs

- établissement ou association : 595 € HT
  - financement personnel : 366 € TTC
- Le déjeuner est inclus.
- Faites financer cette formation !  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

## Équipe pédagogique



### Créatrice et animatrice

**Valérie Eichenlaub** est psychologue clinicienne du travail, praticienne en pédagogie des moyens d'apprendre et formatrice certifiée à la carte heuristique.

## Programme

### Jour 1

#### Les fondamentaux de la carte heuristique

- qu'est-ce qu'une carte heuristique ?
- quelles sont ses utilisations possibles pour ma préparation/en classe ?

#### Être attentif et concentré

- distinguer concentration et attention en situation d'apprentissage
- à quel moment avons-nous besoin d'être attentif et/ou concentré ?
- comment augmenter le degré d'attention chez les élèves ?

#### Mémoriser

- quel type de mémoire avons-nous ?
- mémoriser poésie, définitions, leçon... : pareil ou pas pareil ?
- comment développer la mémorisation ?
- qu'est-ce que le projet de mémorisation ?

### Jour 2

#### Comprendre et réfléchir

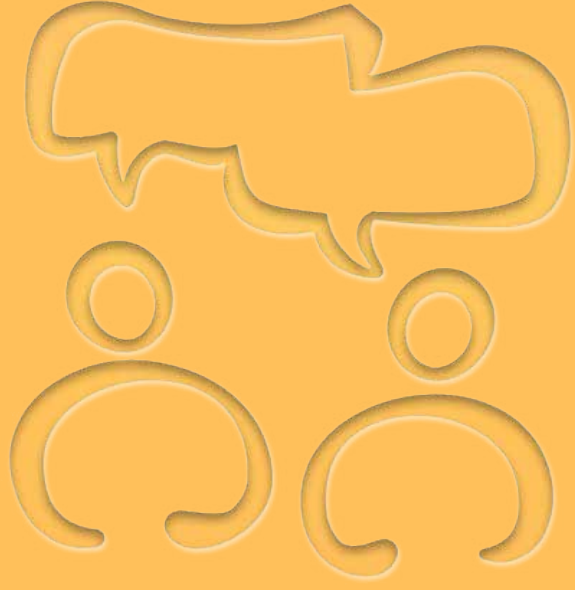
- faire du questionnement un élément fondamental de l'apprentissage
- réactiver pour s'appropriier et renforcer la compréhension
- savoir structurer le raisonnement
- accompagner la réflexion et la production d'idées

#### Anticiper et organiser

- construire son cours et ses supports avec la carte heuristique
- aider les élèves à organiser et anticiper leur travail.
- aider les élèves à se projeter dans le programme
- construire une carte programme pour faciliter les repères

# efh

école française de l'heuristique



communication

*efh*

école française de l'heuristique



# Parler au public... avec un diaporama

## L'essentiel en 1 jour



Redevenez acteur central de votre communication !

Utilisez la posture, le regard, la voix et la conviction pour capter l'attention et créer du lien avec votre public.

Apprivoisez votre trac grâce à une préparation mentale et physique à la prise de parole en public.

Donnez de l'élan à votre parole et une dynamique communicative à votre message.



# efh

école française de l'heuristique

## Objectifs

- se mettre en situation de prise de parole en public dans les meilleures conditions (par des exercices de mise en situation)
- connaître ses points forts et ses axes d'amélioration par la pratique d'exercices
- utiliser au mieux le regard, la voix et la gestuelle adaptés aux messages
- rendre son discours vivant pour tenir en éveil son public
- être en lien avec son auditoire pour évoluer avec lui
- prendre plaisir à intervenir en public de manière détendue
- améliorer ses talents d'orateur par une bonne préparation intellectuelle, physique et émotionnelle
- dépasser ses inhibitions par des exercices faciles
- se donner le droit d'être regardé et écouté
- se découvrir des talents théâtraux insoupçonnés
- recevoir un feedback personnalisé bienveillant, lucide et motivant



## Pratique

### Durée

1 jour - 7 heures

### Public

- 6 à 8 participants par session
- toute personne désirant améliorer sa prise de parole avec un diaporama devant un groupe quelle que soit sa fonction ou sa formation

### Pré-requis

Aucun pré-requis n'est demandé

### Support

Un livret PDF de formation

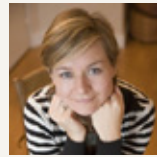
### Tarifs

- entreprises : 390 € HT
  - indépendants : 290 € HT (347 € TTC)
- Le déjeuner est inclus.

→ Faites financer cette formation!  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

## Création & animation

### Co-conceptrices et formatrices spécialisées dans la prise de parole en public et le théâtre

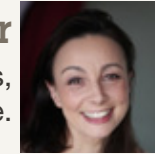


#### Aysseline de Lardemelle

Coach en entreprise, experte en prise de parole et formatrice, sa passion est le théâtre qu'elle pratique de manière semi-professionnelle avec énergie et enthousiasme.

#### Valérie Mischler

Comédienne, auteur-compositeur-interprète et directrice d'acteurs, elle accompagne des dirigeants en coaching de prise de parole.



## Programme

- Identifier les ingrédients d'une bonne prise de parole
- Se préparer de façon efficiente
- Respirer pour poser sa voix
- Utiliser l'expression corporelle au service du message
- S'exprimer avec conviction
- Etablir et préserver le contact avec le public

## Points forts de la journée

- Un entraînement ludique et concret : exercices de respiration, de posture, travail émotionnel, entraînements vocaux, théâtre
- Un cas fil rouge que présenteront les participants tout au long de la journée avec diaporama fourni
- Alternance d'exercices individuels et collectifs
- Utilisation de la posture (regard, gestuelle,...) et des émotions pour donner de l'impact à ses interventions.

# efh

école française de l'heuristique

\* Tarif soumis à conditions : ce tarif est soumis à la condition que le financement soit assuré par le participant lui-même. Un justificatif pour l'étudiant et l'enseignant sera demandé.



# Présentation design



Apprenez à être impactant, persuasif et à marquer durablement votre auditoire



Objectifs

Convaincre un public et présenter des idées est aujourd'hui une compétence majeure dans les organisations.

De la structuration de vos idées au design de vos présentations, cette formation complète et très opérationnelle vous permettra d'optimiser vos interventions et d'acquérir une véritable méthodologie de travail à l'oral.

Les deux journées sont basées sur une pédagogie pro-active et de nombreux exercices pratiques.



Équipe



Hélène Albertini  
Valérie Eichenlaub  
Frédéric Le Bihan.



Anne-Flore Cabouat  
Christophe Lach

# efh

message & scénario + diapo design



En pratique

## 🕒 Durée

2 journées de 9h à 17h30

## 👥 Public

Toute personne amenée à prendre la parole en s'appuyant sur une présentation multimédia

## € Tarifs

- entreprises : 815 € HT
- indépendants : 615 € HT (735,54 € TTC)

➔ Faites financer cette formation!  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

école française de l'heuristique



# Présentation design - Jour 1

## Messages et scénario



Convaincre un public et mobiliser des équipes autour d'un message fort n'est pas une question de talent. Il s'agit d'une compétence qui exige de la préparation et de la méthode.

Donnez du sens et de l'impact à vos prises de parole avec cette formation, basée sur une méthodologie éprouvée et facile à mettre en œuvre.

De la conception du plan d'intervention à la mise en scène des messages, cette journée vous permettra d'apporter efficacité et fluidité à vos interventions orales.



## Objectifs

- acquérir une méthode de préparation à l'oral
- s'approprier les bases de la communication professionnelle
- adapter le message à son auditoire
- organiser ses idées pour construire un plan d'intervention pertinent
- développer son pouvoir de conviction
- rédiger des discours efficaces et percutants

# efh

école française de l'heuristique



## Pratique

### Durée

1 journée de 9h à 17h30

### Public

- 8 à 12 participants par session
- toute personne amenée à prendre la parole en public

### Support

Un livret de formation

### Présentation design

- Cette journée est dispensée en lien avec le jour 2
  - entreprises : 815 € HT
  - indépendants : 615 € HT (735,54 € TTC)
- Faites financer cette formation!  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

## Création & animation

### **Valérie Eichenlaub**

Psychologue clinicienne du travail, elle est praticienne en pédagogie des moyens d'apprentissage et formatrice.

### **Frédéric Le Bihan**

Cartographe des idées et de l'information, il a créé l'école française de l'heuristique en 2007.

### **Hélène Albertini**

Elle anime régulièrement des groupes et des équipes. Elle pratique l'accompagnement individuel et collectif.



## Programme

### **Clarifier les enjeux de communication**

- répondre aux besoins de son auditoire
- se fixer des objectifs
- déterminer le message essentiel

### **Organiser ses idées**

- hiérarchiser les infos pour les dynamiser
- construire un plan d'intervention
- préparer l'introduction et la conclusion

### **Mettre en forme ses messages**

- argumenter ses idées
- rédiger pour être écouté

# efh

école française de l'heuristique



# Présentation design - Jour 2

## Diapo design



Présenter des idées et des informations est aujourd'hui une compétence majeure dans les organisations.

Elle nécessite cependant des connaissances spécifiques liées au design pour s'exprimer pleinement.

A l'issue de cette formation, vous serez capable de concevoir et réaliser un diaporama percutant :

- appliquer les essentiels du design qui vous permettront de composer visuellement vos idées
- produire une présentation percutante à haute valeur ajoutée



## Objectifs

- identifier les ingrédients d'une présentation efficace
- impliquer l'auditoire
- renforcer l'impact des messages
- composer une diapositive
- présenter les chiffres de façon percutante
- créer du mouvement pour appuyer la présentation
- concevoir un diaporama cohérent
- utiliser la contrainte pour développer sa créativité et améliorer l'efficacité de la présentation

efh

école française de l'heuristique





## Pratique

### Durée

1 journée de 9h à 17h30

### Public

- 6 à 8 participants par session
- toute personne amenée à communiquer en s'appuyant sur une présentation multimédia

### Pré-requis

- la pratique d'un logiciel de présentation assistée par ordinateur

### Matériel requis

- votre ordinateur portable

### Présentation design

- Cette journée est dispensée en lien avec le jour 1
- entreprises : 815 € HT
- indépendants : 615 € HT (735,54 € TTC)
- Faites financer cette formation! Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

## Co-créateurs



### Christophe Lach

Formateur et consultant, il enseigne depuis 2009 le design de présentation.



### Anne-Flore Cabouat

Formatrice en France, elle exerce son métier de graphiste indépendante depuis Bruxelles.



## Programme

### Identifier les ingrédients d'une présentation efficace

- redondance simultanée et charge cognitive
- postulats du diaposdesign
- identifier les éléments visuels : le CIMTEC (contraste, illustration, mouvement, texte, espace, couleurs)

### Concevoir une diapositive

- organiser les informations
- simplifier pour aller droit au but
- présenter un chiffre
- donner du sens par le mouvement
- aménager l'espace
- assurer la lisibilité

### Augmenter l'impact des diapositives

- mettre en valeur l'information essentielle
- créer la rupture et impliquer l'auditoire
- mettre en valeur une donnée chiffrée
- choisir une image adaptée
- utiliser le mouvement
- dynamiser la composition
- utiliser les contrastes de couleur

### Réaliser un diaporama cohérent

- créer l'unité graphique
- distinguer les séquences
- respecter le flux de lecture
- s'appuyer sur une grille de mise en page
- définir une palette colorée
- animer un diaporama

efh

école française de l'heuristique



# efficience personnelle

*efh*

école française de l'heuristique



# Lecture rapide



Apprenez à lire efficacement et beaucoup plus vite !

Cette méthode éclectique a été mise au point par un spécialiste de la lecture qui s'est intéressé depuis plus de 35 ans à toutes les approches de lecture rapide connues pour ne conserver que ce qui fonctionne et éliminer les techniques aux prétentions non fondées.



## Objectifs

À l'issue de cette formation :

- vous lirez de 50 à 150 % plus vite
- vous vous concentrerez plus facilement et plus efficacement
- vous saurez comment éliminer les rêveries et les régressions inutiles

- vous saisirez beaucoup plus rapidement et mieux le sens d'un texte
- vous retiendrez davantage à court terme et à long terme les faits et les idées
- vous serez un lecteur flexible et efficace (au contraire d'un lecteur qui lit tous les textes de la même façon)

efh

école française de l'heuristique



## Pratique

### Durée

1 journée de 9h à 17h30

### Public

- 16 participants par session
- tout public

### Supports

- tout le matériel est fourni, dont les livres nécessaires aux exercices
- un manuel est donné aux participants: il contient les parties les plus importantes de la formation
- suivi par courriel: après le séminaire, cinq courriels de suivi vous sont envoyés



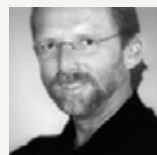
- un premier, le lendemain de la formation, avec rappel des techniques vues
- puis un par semaine, quatre semaines de suite, avec des tests pour vous aider à suivre vos progrès

### Tarifs

- professionnel, entreprise, professions indépendantes: 395 € HT
  - particuliers: 310 € TTC
- Le déjeuner est inclus.

→ Faites financer cette formation! Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

## Créateur & formateur



### Daniel Gagnon

Daniel Gagnon est orthopédagogue, et il a formé, depuis 1997, des milliers de personnes à la lecture rapide.

Détenteur d'une maîtrise en psychopédagogie ayant porté, notamment, sur l'apprentissage précoce de la lecture, il s'intéresse à la méthodologie du travail intellectuel depuis 30 ans.



## Programme

- identifier les mécanismes de la lecture
- augmenter sa vitesse de lecture
- distinguer les mauvaises et les bonnes habitudes de lecture
- améliorer sa concentration, sa compréhension et sa rétention
- sélectionner les passages pertinents dans un texte long (lecture sélective)
- identifier l'idée principale d'un texte court (écrémage)
- évaluer sa performance (trois évaluations: pré-test, test du midi, post-test)

efh

école française de l'heuristique



# La route du soi : construisez votre projet



Au cours de ce parcours collectif de 4 jours vous serez accompagné pour faire émerger vos talents et vos points forts, vos motivations, vos compétences ...

Dans cette démarche, vous bénéficierez de l'énergie et de la créativité du groupe.

Vous construirez un projet en cohérence avec vos valeurs et vos ressources.

Vous préparerez une communication efficace et authentique.



## Objectifs

- faites émerger votre potentiel et vos points forts
- appuyez-vous sur vos préférences pour gagner en énergie
- valorisez ce qui vous rend unique
- exprimez votre cohérence ancrée dans l'authenticité
- augmentez votre crédibilité et votre impact en alignant vos comportements sur vos valeurs
- développez la confiance en vous et osez réussir
- faites de votre activité une source d'épanouissement
- concevez votre stratégie de réussite au service de votre projet ou de votre évolution de carrière
- construisez une communication efficace au profit de votre projet
- laissez une empreinte durable chez vos interlocuteurs

efh

école française de l'heuristique

## 🕒 Durée

4 jours - 28 heures

## 👥 Public

- 6 à 10 participants par session :
- professions indépendantes
- créateurs d'entreprise
- cadres et les managers en phase d'évolution ou de reconversion

## 📄 Supports

- PREDOM : un outil de connaissance de soi et des autres
- bilan 360°
- identification des scénarios de vie
- repérage des talents Gallup
- bilan d'éducation
- équilibre de vie

## € Tarifs

- entreprises : 2 398 € HT
- professions indépendantes : 1 864 € HT
- particuliers : 1 825 € TTC

Le déjeuner est inclus.

- Faites financer cette formation !  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

## Valérie Eichenlaub

Psychologue spécialisée dans la question du mieux être au travail, elle accompagne les participants sur la partie "croyances et valeurs", et elle conçoit et réalise les supports.

## Frédéric Le Bihan

Cartographe des idées et de l'information, il accompagne les participants dans la concrétisation de leur projet.

## Hélène Albertini

Elle pratique l'accompagnement individuel, notamment pour des personnes en recherche d'emploi et réalise des bilans de compétences. Elle accompagne les participants tout au long du parcours.



## Programme

Ce parcours se déroule sur une durée totale de 8 semaines et comprend :

- 4 jours d'ateliers collectifs répartis en 3 sessions
- 1 entretien individuel entre les deux premières sessions (en face à face ou par téléphone)
- 1 travail individuel entre les sessions visant à poursuivre et enrichir sa réflexion personnelle et préparer les ateliers de la session suivante

### Jour 1 : découvrir et faire émerger

- faire émerger et hiérarchiser nos valeurs
- identifier nos croyances en lien avec nos expériences et notre éducation
- reconnaître et utiliser nos préférences comportementales

*Entretien individuel : débrief Predom (inventaire de nos préférences comportementales)*

### Jour 2 : découvrir et faire émerger (suite)

- découvrir nos talents
- repérer nos leviers de motivation
- visualiser notre projet pour le faire exister
- mesurer l'équilibre des domaines de vie

### Jour 3 : aligner

- découvrir comment les autres nous perçoivent
- mettre en œuvre nos valeurs dans notre quotidien
- transformer nos ressources et nos talents en points forts
- équilibrer nos domaines de vie

### Jour 4 : se mettre en marche

- valoriser et renforcer notre image
- confronter notre projet pour le valider
- définir nos objectifs
- choisir des outils pour agir
- planifier nos premières actions



Toutes les bonnes pratiques réseau pour aller plus loin, plus vite.

La constitution de son réseau relationnel nécessite une posture et une stratégie. Notre module aborde les deux aspects en fonction d'un principe simple: le réseau est un véritable mode de vie.

Au cours de cette formation, vous découvrirez les principaux réseaux sociaux, leur logique et leur utilité; vous apprendrez à cartographier votre réseau et à appréhender son mode de fonctionnement.



## Objectifs

- découvrir les principaux réseaux sociaux, leur logique et leur utilité
- identifier, cartographier et réactiver son réseau
- aborder le réseau comme un mode de vie
- appréhender les modes de fonctionnement du réseau, ses règles, ses valeurs
- gérer son identité numérique et sa réputation en ligne
- élaborer une stratégie de réseau (networking) et un plan d'action personnalisé



efh

école française de l'heuristique

## Pratique

### Durée

- 2 jours de 9h30 à 17h30

### Public

- 6 à 12 participants par session
- chefs de projet, managers, collaborateurs, consultants, professions indépendantes, personnes en recherche d'emploi

### Supports

Les participants recevront :

- cartographie du réseau relationnel
- liens internet
- glossaire des réseaux sociaux sur internet
- bibliographie

### Tarifs

- entreprises : 595 € HT
- TNS, indépendants, freelances... : 485 € HT, soit 580 € TTC
- particuliers : 366 € TTC
- étudiants : 266 € TTC \*

Le déjeuner est inclus.

- Faites financer cette formation!  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

## Créateurs & formateurs



### Hélène Albertini

Elle pratique l'accompagnement individuel, notamment pour des personnes en recherche d'emploi et réalise des bilans de compétences.



## Programme

### Jour 1 : le réseau relationnel

- diagnostiquer son réseau
- la pratique du réseau
- s'entraîner à l'entretien réseau
- développer son réseau

### Jour 2 : les réseaux sociaux sur internet

- découvrir la logique des réseaux sur internet
- organiser son réseau de contacts
- activer son identité numérique
- élaborer son plan d'action personnalisé



Efficiences  
personnelles

efh

école française de l'heuristique

\* Tarif soumis à conditions : ce tarif est soumis à la condition que le financement soit assuré par le participant lui-même. Un justificatif pour l'étudiant sera demandé.



# Découvrez vos préférences comportementales PREDOM



PREDOM est un outil puissant de connaissance de soi et des autres. Il s'appuie sur nos préférences pour décrypter en finesse nos stratégies de comportement et nos modes d'action.

Son niveau d'analyse permet d'aller au-delà des dimensions comportementales habituellement explorées.

Les applications de PREDOM sont multiples, tant au niveau individuel qu'en équipe.



efh

école française de l'heuristique



## Objectifs : découvrir...

- votre propre processus de **décision**
- votre mode de **communication** préférentiel pour un impact certain
- votre style de **management**
- vos **stratégies** de succès

... pour optimiser la gestion  
de votre énergie au service  
de votre efficacité



## Pratique

### **Durée**

- individuel : 2 heures



### **Public & pré-requis**

→ tout public - aucun pré-requis



### **Support**

- questionnaire en ligne
- entretien de débrief de 2 heures



### **Tarif unique**

600 € HT soit 717,6 € TTC



management

*efh*

école française de l'heuristique

# Cohésion d'équipe

La singularité de chacun pour une action commune efficiente



La différence dans une équipe est source de richesse. Pour autant que chacun sache identifier ses points forts et ses zones d'inconfort, et que l'équipe s'appuie sur les ressources de chacun.

Cette formation conduit à une optimisation de la performance collective et fédère ses membres.

Elle s'appuie sur l'outil PREDOM (prédominances comportementales), qui décrypte en finesse les modes de fonctionnement. Sa découverte se fait de manière ludique et interactive. Des jeux individuels et collectifs et des mises en situation précèdent chaque phase d'apport théorique.

## Objectifs

- comprendre que la différence dans une équipe est synonyme de richesse
- identifier ses propres zones de confort pour optimiser son rapport « énergie dépensée / résultats obtenus »
- repérer ses zones d'évitement pour établir, si nécessaire, une stratégie d'acquisition de compétences
- favoriser une communication fluide et efficiente dans l'équipe
- avoir connaissance du profil comportemental de l'équipe dans son ensemble
- situer sa valeur ajoutée dans l'équipe
- permettre à l'équipe de s'appuyer sur les ressources de chacun
- fédérer les membres de l'équipe
- optimiser la collaboration donc la performance collective





## Pratique

### Durée

- 1 journée de 9h30 à 17h30

### Public

- une équipe de 6 à 20 personnes
- au-delà de 12 personnes, une co-animation est prévue

### Pré-requis

Chaque participant doit avoir répondu au questionnaire PREDOM au moins 8 jours avant le jour de la formation, au moyen d'un lien communiqué par mail.

### Supports

Chaque participant reçoit son profil PREDOM et un livret complet expliquant l'outil.  
Le profil de l'équipe est remis au commanditaire.

### Tarifs

- préparation de l'animation : 750 € HT
- profils PREDOM: 80 € HT / participant
- animation :
  - 2000 € HT pour un animateur
  - 3000 € HT pour deux animateurs

Hors frais de déplacement et d'hébergement des animateurs.

- Faites financer cette formation!  
Rendez-vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour plus de détails

## Co-concepteurs & formateurs

Ils animent régulièrement des groupes et des équipes et sont tous deux certifiés à l'utilisation de PREDOM.



### Hélène Albertini

Elle pratique l'accompagnement individuel et collectif.

### Frédéric Le Bihan

Chorégraphe des idées et l'information, il a créé l'école française de l'heuristique en 2007.



## Programme

- découvrir son profil PREDOM, ses zones de confort et ses zones d'évitement
- identifier les différents modes de fonctionnement individuels
- pour chaque profil :
  - découvrir les points forts
  - découvrir les modalités de réaction face à une situation nouvelle
  - identifier les critères de choix dans la prise de décision, et le processus suivi
  - repérer les leviers de motivation pour pouvoir développer des arguments persuasifs
  - identifier le type de communication verbale de chaque profil
  - anticiper les perceptions stéréotypées
- découvrir le profil de l'équipe et son impact sur chacun de ses membres

# efh

école française de l'heuristique



# La créativité dans les organisations



Une journée d'ateliers-conférences centrée autour de la créativité dans les organisations.

# efh



Objectifs

La créativité, c'est quoi, c'est comment, pour quoi faire et pour qui ?

La créativité n'est pas qu'une question d'outils. C'est avant tout une ressource qui s'exprime par émergence.

Comment favoriser cette émergence, la canaliser et en faire quelque chose de concret ? C'est une des questions abordée dans cette conférence qui démystifie le principe de créativité trop souvent associé à des techniques.

La créativité, c'est pouvoir répondre différemment et avec efficacité aux nouvelles questions posées aujourd'hui à l'entreprise, notamment celle du client "que nous préparez-vous pour demain?"



## Frédéric Le Bihan



Chorégraphe des idées et l'information, il a créé l'école française de l'heuristique en 2007. Il a conçu cette conférence.

# CRÉATIVITÉ



En pratique



**Durée**

1 journée



**Public**

L'ensemble des salariés de l'entreprise



**Tarif**

Nous contacter



**Dates**

Rendez vous sur [www.efh.fr](http://www.efh.fr) pour connaître les prochaines dates et lieux de la conférence

école française de l'heuristique