

# CERVEAU MODE D'EMPLOI

## S'initier aux neurosciences et comprendre le fonctionnement de votre principal outil de travail

### ■ Objectifs de la formation :

S'initier aux neurosciences pour mieux comprendre le cerveau et connaître les conditions de son bon fonctionnement.

La formation permettra aux participants de :

- ❖ Comprendre les bases des neurosciences
- ❖ Prendre conscience des conditions favorables au bon fonctionnement du cerveau

### ■ Prérequis :

Aucun

### ■ Durée, horaires et lieux :

1/2 journée soit 3h de 9h00-12h00

### ■ Moyens pédagogiques et méthodes utilisées :

- ❖ Pédagogie participative issue des neurosciences, le Funny Learning<sup>®</sup>. Alternance d'apports théoriques, d'exercices pratiques, de pauses cognitives et de mouvement pour plaire aux cerveaux de tous.
- ❖ Utilisation d'outils interactifs.
- ❖ Support vidéo-projeté.
- ❖ Remise d'un memento numérique.

### ■ Public :

Professionnels Libéraux et leurs salariés

■ **Contenu de la formation :**

Phase d'inclusion (éviter le tour de table)

1. Les bases des neurosciences et les méthodes d'étude du cerveau
2. Le neuro-développement : de l'enfant à l'adulte en passant par l'adolescent
3. Les grandes pathologies du cerveau. Focus sur les troubles du sommeil et le stress
4. Les clefs pour un cerveau en bon état de marche

Conclusion de la matinée et questionnaire d'évaluation.

■ **Modalités d'évaluation :**

- ❖ Questionnaire de positionnement en amont
- ❖ Evaluation en cours de formation
- ❖ Evaluation à chaud avec un questionnaire en fin de formation

■ **Intervenant :**

Karine Bressand, auteure, coach professionnel certifiée, formatrice certifiée et conférencière  
Experte en Neurosciences appliquées et pédagogie innovante

**RENSEIGNEMENTS &  
INSCRIPTIONS**

ORIFF-PL LR

Maison des Professions Libérales

285 rue Alfred Nobel

34000 MONTPELLIER

Téléphone : 04 67 69 75 14

Mail : [formation@oriffplr.com](mailto:formation@oriffplr.com)

