



Mieux comprendre et susciter l'attention

Durée : une journée de 9h à 16h

Dates : 21 mars 2020

Lieu : Auberge de jeunesse Sleepwell, Rue du Damier 23, 1000 Bruxelles (derrière l'Innovation). Accès aisé en métro (ligne 6 et ligne 1), en tram (3, 4), en bus (71) - Parkings payants : Innovation et City 2)

Formatrice : Anne Moinet, enseignante et formatrice en gestion mentale.

Public cible : toute personne ayant suivi au minimum un niveau 1 de Gestion mentale.

Contenu

Le geste d'attention est la porte d'entrée de tous les autres gestes mentaux : il est donc capital de l'utiliser au mieux. Or, pour différentes raisons liées au mode de vie actuel, l'attention est menacée.

Si nous la comprenons mieux, nous pourrions aider les apprenants à la diriger et à l'entraîner pour leur plus grand profit. Profit dans l'apprentissage, mais aussi dans la vie en général.

Les objectifs de la formation

- Faire redécouvrir le geste d'attention, son importance, son déroulement, les conditions de son épanouissement en le faisant vivre
- s'appuyer sur les travaux en neurosciences pour mieux le cerner
- Identifier les facteurs qui nuisent à l'attention
- Proposer des actions pédagogiques qui renforcent l'attention

La méthodologie

La formation se déroulera de manière vivante et interactive : à partir de mises en situation vécues individuellement, en petits groupes ou en collectif, suivies de dialogues pédagogiques, place sera faite à des moments de théorisation.

Les fondements théoriques

Les ouvrages d'A. de La Garanderie et de ses disciples, mais aussi les livres de neuroscientifiques tels que Jean-Philippe Lachaux, Stanislas Dehaene, Olivier Houdé, etc.

Coût : 90€ € pour les personnes non encore membres d'IF Belgique pour 2019-20.

70€ pour les personnes qui ont déjà payé ou renouvelé leur adhésion à IF Belgique pour l'année 2019-20 (elle commence au 1^{er} juillet de chaque année !).

La somme de 90€ (ou 70€) est à verser au compte BE20 3101 5687 5156 d'IF Belgique **dès l'inscription** : elle comprend l'adhésion à IF Belgique jusqu'au 30 juin 2020 et permet de recevoir les deux publications de l'association pour l'année 2019-20. En cas de désistement après le 21 janvier 2020, la somme versée pour l'inscription ne pourra être récupérée.

Inscription :

- ② remplir la **fiche d'inscription** ci-dessous, **la renvoyer complétée et signée** à l'adresse d'IF Belgique soit par courrier postal soit par courrier électronique (en la scannant avec la signature)
- ② **et verser dès l'inscription** la somme de 90€ (ou 70€ si déjà membre) à IF Belgique

Nombre minimum d'inscrits : 12 personnes – maximum 16 personnes
Pour tout renseignement complémentaire s'adresser à IF Belgique

Voir fiche d'inscription ci-dessous.



Mieux comprendre et susciter l'attention

Merci de compléter la fiche ci-dessous et de la renvoyer à Hélène Delvaux, rue Haute-Hez, 72, à 4653 Bolland (Belgique).

Fiche inscription.

Je soussigné(e),

Nom :

Nom d'épouse (facultatif) :

Prénom :

Adresse personnelle :

.....

Téléphone : GSM :

e-mail (merci d'écrire très lisiblement) :

Profession :

m'inscris à la formation « Mieux comprendre et susciter l'attention » n° 2043
qui aura lieu à **Bruxelles le 21 mars 2020 de 9h à 16h.**

En cas de désistement après le 21 janvier 2020, je sais que la somme versée pour l'inscription ne pourra être récupérée. En cas d'empêchement j'avertirai IF Belgique de mon absence, au moins trois jours avant le début de la formation (043877127 ou ifbelgique@yahoo.fr).

J'accepte que mon adresse électronique soit utilisée uniquement pour m'envoyer la Newsletter d'IF Belgique et des informations sur les formations proposées par cette association.

Pour le paiement :

je verse **dès mon inscription** la somme de 90€ (70€ si je suis déjà membre d'IF pour 2019-20) sur le compte BE20 3101 5687 5156 (code BIC : BBRUBEBB – Banque ING) d'IF Belgique, 72, rue Haute-Hez, 4653 Bolland (en mentionnant bien « **Bruxelles, n° 2043** », **ainsi que vos nom et prénom**).

Date et Signature,