

# Breintraining, Snellezen en Mindmappen

Ontdek hoe je je brein effectiever en creatiever inzet en zo sneller informatie verwerkt.



Wil je in korte tijd tot drie keer sneller kunnen lezen? Wil je leren complexe informatie te structureren op een prettige en eenvoudige manier? Wil je meer uit de 'verborgen' mogelijkheden van je brein halen? Dan is deze training uitermate geschikt voor jou. Je ontdekt hoe je sneller door teksten heen kunt gaan. Ook leer je hoe je brein werkt. Mindmappen is een techniek waarmee delen van de hersenen geactiveerd worden die je normaal niet gebruikt. Mindmapping heeft grote voordelen ten opzichte van traditionele aantekeningen en vergroot je effectiviteit. Kortom, met deze waardevolle training breng je jezelf naar een hoger niveau, zowel zakelijk als privé.

## Kenmerken

<b>Studieduur</b>	2 weken
<b>Investering</b>	€ 1.295,-
<b>Aantal locaties</b>	11

## Unieke voordelen



- ✓ In korte tijd verbeter je je leessnelheid en tekstbegrip
- ✓ Onder leiding van een deskundige trainer aan de slag met jouw praktijksituatie
- ✓ Toepassing in jouw dagelijkse praktijk door een persoonlijk actieplan

## Resultaat



- ✓ Je leest sneller waardoor je veel tijd bespaart
- ✓ Je leert mindmapping effectief gebruiken
- ✓ Je leert doelmatiger met je leeswerk omgaan
- ✓ Je ervaart de voordelen van de nieuwste breintechnieken en de verschillen met traditionele technieken
- ✓ Je krijgt inzicht in hoe het brein werkt tijdens het lezen
- ✓ Je kunt je brein effectiever en creatiever inzetten
- ✓ Je werkt met meer ontspannenheid, effectiviteit en creativiteit

## Doelgroep



Iedereen die zijn of haar brein optimaal wil leren gebruiken door middel van snellezen, mindmappen en breintechnieken.

## Programma



- Het menselijk brein: de actuele inzichten
- Het geheim achter snellezen en mindmapping
- Diverse leestechnieken
- Oefenen met snellezen
- Testen van oude en nieuwe leessnelheid
- Hoe werkt je brein tijdens het leren en lezen?
- Je persoonlijke leesstijl: sterktes en valkuilen
- Mindmappen: alle regels en technieken
- Het maken van mindmaps
- Je hersencapaciteit beter benutten
- Effectiever informatie verwerken en je creativiteit vergroten
- Praktijksituaties en -voorbeelden
- Persoonlijk actieplan

## Studiewijze



### Intake

Voorafgaand aan de training vul je een schriftelijk intakeformulier in waarin je een aantal vragen beantwoordt, gericht op jouw persoonlijke situatie. Deze vragen helpen je om jouw ontwikkeldoel helder te omschrijven.

### Online leeromgeving

Voorafgaand aan de training krijg je toegang tot de online leeromgeving. Hier vind je de ICM-videoserie Breintraining, Snellezen & Mindmappen. Ook werk je op deze omgeving samen met je medecursisten aan opdrachten en wissel je ervaringen uit.

### Oefenen

Je start de training met een korte nulmeting van je leessnelheid. Aan de hand van speciale oefeningen verbeter je tijdens de training zowel je leessnelheid als je tekstbegrip. Je maakt verschillende mindmaps en oefent onder leiding van een deskundige trainer met je persoonlijke situaties. Door de gerichte feedback kun je direct zaken anders aanpakken in je werk- en leefomgeving.

### Persoonlijk actieplan

Ter afsluiting van de training stel je een persoonlijk actieplan op, dat je ondersteunt bij het toepassen van het geleerde in de dagelijkse praktijk.

### ICM-certificaat

Heb je de gehele training gevolgd, dan ontvang je het ICM-certificaat.

## Plaats & data



De training is van 9.30 tot 17.00 uur en omvat 2 bijeenkomsten. Tevens is deze training volledig online te volgen via de Virtual Classroom.

De opleiding wordt gegeven in augustus 2026, oktober 2026, januari 2027, april 2027, juni 2027, augustus 2027 en oktober 2027.

Je kunt kiezen uit de volgende locaties, dagen en dagdelen:

<b>Online Virtual Classroom</b>	Dag: donderdag, dinsdag, vrijdag of maandag
<b>Amsterdam</b>	Dag: dinsdag, vrijdag, donderdag of maandag
<b>Arnhem</b>	Dag: vrijdag, dinsdag, donderdag of maandag
<b>Breda</b>	Dag: maandag, donderdag, dinsdag of vrijdag
<b>Den Bosch</b>	Dag: donderdag, vrijdag, dinsdag of maandag
<b>Den Haag</b>	Dag: dinsdag, maandag, vrijdag of donderdag
<b>Eindhoven</b>	Dag: donderdag, dinsdag, maandag of vrijdag
<b>Groningen</b>	Dag: maandag, dinsdag, vrijdag of donderdag
<b>Rotterdam</b>	Dag: dinsdag, donderdag, maandag of vrijdag
<b>Utrecht</b>	Dag: maandag, vrijdag, dinsdag of donderdag
<b>Zwolle</b>	Dag: dinsdag, donderdag, maandag of vrijdag

## Investing



De investering bedraagt € 1.295,-.

Dit bedrag is excl. € 57,50 per dag voor het dagarrangement of € 25,00 per avond voor het avondarrangement. Dit zijn kosten voor het gebruik van de accommodatie, koffie/thee/frisdrank en (bij het dagarrangement) een uitgebreide lunch. Voor online bijeenkomsten rekenen we uiteraard geen arrangementskosten.

### Btw

De totale investering is excl. btw. Vrijstelling van btw is mogelijk. Je betaalt in dat geval 10% bovenop de investeringsprijs.

[Meer informatie](#)

---

## Financiering

Voor zowel werkgevers als particulieren zijn er voor het volgen van scholing diverse financieringsmogelijkheden en subsidies.

[Meer informatie](#)

## Mogelijkheden vanuit je werkgever

Veel werkgevers hebben een opleidingsbudget waarmee medewerkers zich kunnen ontwikkelen en kunnen doorgroeien in hun carrière. Je kunt nagaan wat de mogelijkheden zijn binnen jouw organisatie door je arbeidsvoorwaarden erop na te slaan of door dit na te vragen bij je leidinggevende of HR.

## Factuur

De factuur van deze cursus wordt na de eerste bijeenkomst verstuurd. Wil je de factuur eerder ontvangen? Je kunt dit aangeven in het opmerkingenveld bij jouw inschrijving.

---

## Studiewijze Virtual Classroom

Wanneer je deze cursus volgt in de Virtual Classroom dan geldt [deze studiewijze](#).

---

## Incompany

Deze cursus biedt ICM ook [incompany](#) aan, voor maatwerk in jouw organisatie.

---

## Advies



Voor meer informatie en inschrijving kijk op:

<https://www.icm.nl/opleidingen-en-trainingen/persoonlijke-effectiviteit/breintraining-snellezen-en-mindmappen/>

Of bel 030 - 29 19 888 voor persoonlijk studieadvies.