

Attention et Mémoire, apprenons à mémoriser efficacement !

Atelier

Salle des Actes, 71 rue du Professeur Henri Serre, 34000 Montpellier
GPS : Salle des Actes, 71 rue du Professeur Henri Serre, 34000 Montpellier

Le 10 mars 2025 | 14h à 16h

Cet atelier a vocation à explorer les mécanismes de l'attention et de la mémorisation, tout en découvrant des techniques pratiques pour les améliorer. Introduction : Brève présentation et mise en condition pour engager les participants. Temps 1 - Présentation des mécanismes de l'attention et de la mémorisation Découverte du fonctionnement du cerveau face à l'attention et à la mémorisation. Temps 2 - Techniques de mémorisation Exploration de méthodes efficaces et accessibles à tous. Temps 3 - Pratique des techniques et mise en application Expérimentation et exercices concrets pour s'approprier les outils. Tout au long de l'atelier, les participants seront guidés pour renforcer leurs capacités d'attention et de mémorisation de manière ludique et accessible. Atelier pour 50 personnes maximum, destiné à un public adulte.

Orateur(s)

Sophie Navucet, Neuropsychologue -
CMRR, CHU de Montpellier
Nicolas Marcenac, Orthopédagogue

Admission

gratuit