

10 séances

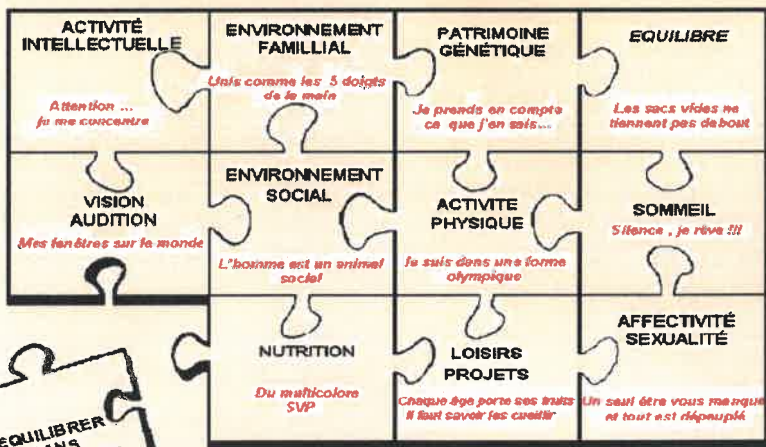
- Séance 2 : stratégie de mémorisation
- Séance 3 : Mémoire de travail
- Séance 4 : Visio-spatiale
- Séance 5 : Mémoire topographique
- Séance 6 : Nom propres
- Séance 7 : Nom courant
- Séance 8 : Des chiffres et logique numérique
- Séance 9 : Ce qui est « vu », « lu » et « entendu »
- Séance 10 : Prospective

4 Mensana

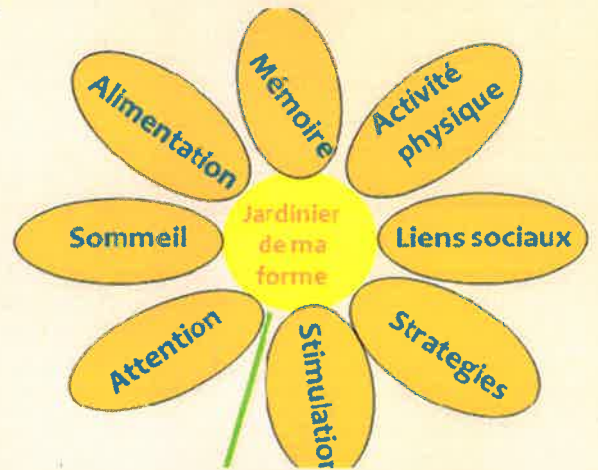
- Activité physique -
- Affectivité -
- Nutrition -
- Sommeil -

ATELIER MEMOIRE PEPS

(Programme d'Education et de Promotion de la Santé)



EQUILIBRER SANS CONTRAINDRE



TYPE D'ATTENTION

- Attention sélective ou focalisée -
- Attention divisé -
- Attention contrôlée -
- Attention automatique -

STRATEGIES DE MEMORISATION

- L'imagerie mentale
- L'indigage
- L'association
- La répétition
- La classification/ catégorisation
- La discrimination
- La contextualisation

