

ATELIERS EN LIGNE

« BOOSTEZ VOTRE MÉMOIRE » Niveau 2

Avec la Méthode Martinez

*Ateliers animés par Sébastien Martinez,
Champion de France de mémoire, Formateur en mémorisation*

OBJECTIFS

Approfondir les stratégies d'apprentissage vues en niveau 1 et en découvrir de nouvelles

Assimiler les méthodes en pratiquant sur des études de cas, en s'entraînant sur ses propres supports (cours, documents de travail, etc.)

Faire des fiches encore plus efficaces, en complément de sessions d'entraînements afin d'être encore plus performant

Apprendre un protocole complet pour devenir autonome dans l'application de la méthode afin de répondre à ses besoins/problèmes

Se créer une routine d'entraînement quotidienne

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

Avoir une vision globale de toutes les méthodes/Apprendre efficacement des chiffres (date, code, maths) / Apprendre un grand cours, un livre, un polycopié, un contenu en livre (conférence, vidéo, discussion, cours, etc..)/Etude de cas/Devenir autonome dans l'application de la méthode grâce à un protocole complet.

RAPPEL : Comme pour le niveau 1, entre chaque séance, des exercices à faire pour vous approprier les méthodes sur vos propres supports. Si vous n'êtes pas disponibles aux dates de cette formation, chaque session sera enregistrée et vous pourrez la voir ou la revoir à votre guise en autonomie.

Dates (2022) & Horaires : Les samedis 8 – 15 – 22 et 29 janvier **10h00 à 12h00** et le 5 février de **10h00 à 11h00**

Inscription/Renseignement : afep.contact@afep.asso.fr

