

CONFERENCES MEMOIRE

■ Dans la conférence



- Généralités et hygiène de la mémoire
- Les différents type de mémoire : de travail, sémantique, procédurale, etc.
- Mythes et réalités de la mémoire
- La phase d'accueil : importance de la perception sensorielle
- Intention et attention
- Repousser les limites
- Les indices de récupération
- Les bonnes conditions d'apprentissage
- Le principe de l'encodage ou comment (bien) mémoriser
- Les procédés mnémotechniques : pourquoi et comment ça fonctionne
- L'oubli : démêler le vrai du faux pour le contrer
- Applications à la lecture, l'étude, etc.
- Les nouvelles technologies : amies ou ennemies ?
- Prendre de bonnes habitudes

Informations : une conférence sur la mémoire dure environ 2h, en incorporant une partie questions / réponses avec le conférencier. Elle s'adresse à tous les âges et publics, étudiants, actifs, retraités.