DÉVELOPPER SA MÉMOIRE

Public

Tout personnel soignant et non soignant

Objectifs

• Identifier les processus à l'œuvre dans le fonctionnement de la mémoire

• Renforcer ses capacités de mémorisation

• Elaborer un plan d'action personnel pour une utilisation optimale de sa mémoire

Méthodes pédagogiques

• Cette formation de deux jours, en petit groupe, s'articule entre apports théoriques, échanges entre participants et jeux de rôle pour une approche ludique, dynamique et participative

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Porteur d'un handicap ou de difficultés d'apprentissage ? Contactez-nous, en toute confidentialité, nous nous ferons un plaisir de vous accompagner pour trouver ensemble une solution.

Bp-cfp@chu-nantes.fr

Durée / Dates / Lieu

- 2 jours

Tarif

- 270,00 €

Modalités d'inscription

Bulletin d'inscription à renvoyer à :

Centre de Formation Permanente
CHU de Nantes
Immeuble Deurbroucq
5 allée de l'Ile Gloriette
44093 Nantes Cedex 1
bp-cfp@chu-nantes.fr

Contenu

• Identifier les différents types de mémoire et les étapes de mémorisation

• Distinguer l'oubli nécessaire des maladies de la mémoire

• Intégrer le lien entre mémorisation, attention et motivation

• Utiliser des outils pour faciliter les processus de mémorisation

• Stimuler sa mémoire par des tests et des jeux

• Construire un plan d'action personnel

Intervenant(s)

• Delphine HERVIER, Psychologue clinicienne, Psychothérapeute