

Invitation

Mon cerveau, mes méthodes, mon organisation

Un atelier
pour mieux
apprendre !
😊

Atelier animé par les Psychologues de l'Education Nationale

Elèves de 3ème et 2de



**Le cerveau
et l'apprentissage**

Comment ça
fonctionne ?



**Attention
et concentration**

Moins de distractions,
plus d'efficacité !



Mémoire

Mieux retenir,
plus longtemps



**Méthodes
d'apprentissage**

Se tester, s'exercer,
expliquer...



**Organisation
et planification**

Un planning
sur mesure



Le bien-être

Sommeil, pauses,
équilibre de vie



Lundi 19 octobre 2026

de 9h30 à 12h00

Au CIO de Vesoul

5A route de ST Loup
70000 VESOUL



Inscription
par téléphone au
03 84 76 37 70

**Places
limitées**