

### Public

Tout public suivant des études ou une formation professionnelle.

### Les plus

Formation ludique pour découvrir des outils pratiques et personnalisés.

### Formatrice

Sonia Besson

### Durée

2 demi-journées

### Prix

CHF 500.-  
pour l'ensemble du programme.

### Informations et inscription

[sonia.besson@soutien-solutions.ch](mailto:sonia.besson@soutien-solutions.ch)

+41 79 629 01 23

## Apprendre à apprendre



### Ma mission

Vous permettre de comprendre votre mode d'apprentissage pour utiliser les outils adaptés à votre profil et renforcer votre efficacité et efficience dans vos études.

### Programme

- Taxonomie
- Cerveau et mémoire
- Canal de perception et gestion mentale
- Gestes et techniques d'apprentissage
- Profils de motivation et d'apprentissage

### Capacités acquises

- Comprendre le principe de la mémorisation et les sources de la motivation dans l'apprentissage.
- Connaître son profil d'apprentissage et les outils adaptés pour améliorer sa performance d'apprentissage.
- Etre capable d'utiliser la technique du mindmapping.