

Boostez votre mémoire !



1 h + 15 min
questions/réponses

Tarif : nous consulter
en visio : 1000 connexions maxi

Comprendre le fonctionnement de la mémoire
Révéler et améliorer ses capacités de
mémorisation grâce à une expérience interactive

Ouverture de la conférence avec le mot
du chef d'établissement ou Président de l'APE/APEL

LE FONCTIONNEMENT DE LA MÉMOIRE

- ▶ Le processus de mémorisation
- ▶ Les 3 clés pour mémoriser efficacement

COMMENT RESTER ATTENTIF ?

- ▶ Les perturbateurs attentionnels
- ▶ L'importance du sommeil
- ▶ Le fractionné attentionnel

COMMENT NE PLUS OUBLIER ?

- ▶ L'erreur classique
- ▶ Comment réviser

EXPÉRIENCE COLLECTIVE DE MÉMORISATION

- ▶ Découverte d'une stratégie via une mise en pratique interactive

COMMENT PROGRESSER

- ▶ Mise à disposition de ressources

Nos conférenciers

Sébastien MARTINEZ



Champion de France de mémoire (2015)
Vice-champion du monde de mémoire avec l'équipe de France (2018)
Co-fondateur de l'association des sports de mémoire (ASM)

Depuis plus de 11 ans, Sébastien transmet sa méthode pour « apprendre à apprendre » aux étudiants, enseignants et entreprises. Ses stratégies de mémorisation sont basées sur les moyens mnémotechniques les plus reconnus et aussi ceux utilisés par les athlètes de la mémoire. Il est également l'auteur de plusieurs ouvrages sur la mémorisation.

Guillaume PETIT-JEAN



Athlète de la mémoire & Conférencier
Co-fondateur de l'association des sports de mémoire (ASM)

Triple champion de France de mémoire 2019-2021-2022 et vice champion du monde avec l'équipe de France en 2018, Guillaume est passionné par le potentiel humain et les processus cognitifs.

Agnès BURGERS



Athlète de la mémoire & Conférencier
Co-fondateur de l'association des sports de mémoire (ASM)

Agnès Burgers est ingénieur des Mines et Docteur en Mécanique et Génie Civil. Elle enseigne depuis 2013 dans le supérieur (en école d'ingénieur, architectes) et dans la formation continue.

Nicolas LUEZ



Formateur & Conférencier

Nicolas est ingénieur des Mines, formateur professionnel depuis 2011. Il intervient comme ingénieur, formateur et concepteur de formations pour EDF.

Enseignement privé et public

- École du Louvre
- Université Paris Saclay
- Faculté de droit Lyon 2
- Rectorat de Limoges
- Réseau Canopé
- APEL : Bretagne, Gironde, Toulouse, Versailles, Rhône, Orléans-Tours, Alsace, Drôme, Dijon, Haute-Savoie, Marseille et Var
- AEFE
- Formiris Bretagne, Nouvelle-Aquitaine, Île-de-France
- Ensicaen
- École des mines d'Alès
- ECAM
- École navale Brest et Toulon (PEM)
- LAENNEC Lyon, Paris, Marseille, Saint-Etienne
- Master Prépa santé Marseille
- Prépa Segmo
- Collège Ostéopathique de Provence
- Medisup
- ISUPNAT
- Cours Galien
- Cours Legendre
- Franklin (St-Louis de Gonzague)
- Saint-Jean de Passy
- Institution Sainte Marie (83)
- Institut Villebon Charpak
- AFEHP
- AFPPCD
- IPAG, Polytech et Université de Montpellier
- CCI
- ESSCA
- MFR
- Isagri
- ISCOM Rouen

Entreprises

- EDF
- L'Oréal
- Dassault
- Caisse d'Épargne
- Crédit Mutuel
- BNP Paribas
- AXA Banque
- APM
- Fondation Alzheimer
- AGIRC-ARRCO
- Aéroport Marseille Provence
- CJD (Centre jeunes Dirigeants)
- Vygon
- Compagnie Régionale des Commissaires aux Comptes (Ouest Atlantique, Toulouse)
- Ordre des experts comptables (Aquitaine, Poitou-Charentes-Vendée)
- Arthaud & Associés
- Walter France
- GL EVENTS
- Acoff (URSSAF)
- SODIAAL
- Institute for Business Development
- Banque Cantonale Vaudoise
- CEECCARA
- ABF Décisions
- E. Leclerc
- Union des Mousquetaires
- Préfecture du Var
- Seafoodia
- THD (Altitude Infra)

Ecoles françaises à l'étranger

- École Française Internationale de Casablanca
- Lycée Français de Singapour
- Lycée Français de Shanghai
- Lycée Français Hong Kong
- Lycée Français du Koweït
- Lycée Français de Dubaï
- Lycée Louis Massignon Abu Dhabi
- Lycée Français de Prague
- Lycée Français de Kuala Lumpur