

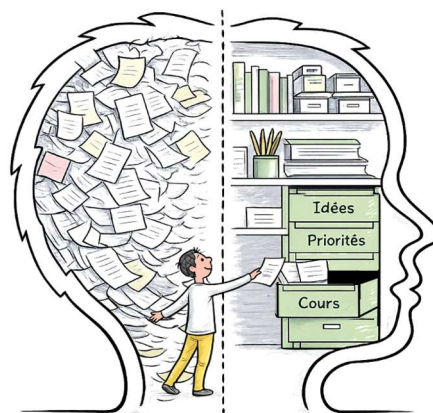
Méthode, confiance et réussite

Apprendre à s'organiser et travailler efficacement

Et si on apprenait vraiment à apprendre ?

Des ateliers pour aider les jeunes (du CM2 au collège) à **mieux s'organiser dans leur travail et leur quotidien**, comprendre leur fonctionnement et **apprendre plus efficacement**.

À travers des échanges, des mises en situation et des outils concrets, les jeunes repartent avec des **repères simples, utiles dans toutes les matières** et applicables **durablement** pour la poursuite de leurs études (lycée, enseignement supérieur).



Les 3 axes travaillés



DES OUTILS CONCRETS



UNE MEILLEURE MÉMORISATION



PLUS D'AUTONOMIE AU QUOTIDIEN

Exemples de thèmes abordés (adaptés selon le groupe et les besoins des jeunes).

Structurer son travail

- ✧ Savoir par où commencer
- ✧ Prioriser les tâches importantes
- ✧ Anticiper le travail à faire

Comprendre et apprendre efficacement

- ✧ Identifier les idées importantes
- ✧ Reformuler avec ses propres mots
- ✧ Vérifier ce que l'on a vraiment compris

Gagner en efficacité

- ✧ Rester concentré plus longtemps
- ✧ Corriger ses erreurs et comprendre pourquoi
- ✧ Terminer un travail sans se disperser

Comprendre son fonctionnement

- ✧ Identifier ce qui fonctionne pour soi
- ✧ Adapter sa manière de travailler
- ✧ Prendre confiance dans ses capacités

Installer des habitudes utiles

- ✧ Mettre en place des routines simples
- ✧ Maintenir de bonnes habitudes dans la durée
- ✧ Adapter ses pratiques

Créer un cadre de travail efficace

- ✧ Choisir un environnement adapté
- ✧ Organiser son espace de travail
- ✧ Adapter son rythme et ses pauses

Émilie Mendelsohn
Fondatrice de Méthodie
06 52 52 40 93
www.methodie.fr

Lieu : Maison de la Famille, place du Général Gouraud – Neuilly-sur-Seine

