



BLITZ D'ATELIERS POUR RÉUSSIR : Semaines 2, 3, 4 (Les mardis et les jeudis – périodes collèges)

En présence au local A2508 (maximum de 27 personnes) ou à distance sur Teams!

Détails d'inscription et liens de connexion sur le site du cégep > services d'accompagnement > BAR

<p>Mardi 31 août 10h50 à 11h50 Organiser ta session, ta semaine et tes tâches.</p> <p>Bâtis ton calendrier d'évaluations, situe tes périodes de travail scolaire et planifie efficacement tes tâches avec Outlook et ToDo.</p>	<p>Jeudi 2 sept. 12h15 à 13h15 Soutirer le max de tes cours et prendre des notes utiles.</p> <p>Comment te préparer à un cours, structurer tes notes pour qu'elles soient utiles pour l'étude et maximiser la rétention des notions apprises en classe.</p>
<p>Mardi 7 sept. 10h50 à 11h50 Dur, dur la lecture ?</p> <p>Vois ce qui se passe dans la tête d'un lecteur actif et comment cette approche peut t'aider à comprendre les textes explicatifs et à en cerner l'essentiel à retenir.</p>	<p>Jeudi 9 sept. 12h15 à 13h15 Organiser ta session, ta semaine et tes tâches (reprise).</p> <p>Bâtis ton calendrier d'évaluations, situe tes périodes de travail scolaire et planifie efficacement tes tâches avec Outlook et ToDo.</p>
<p>Mardi 14 sept. 10h50 à 11h50 Plan de match pour mieux étudier et te concentrer</p> <p>Comprends ce qui aide et nuit à ta mémoire, quand et comment étudier pour apprendre plus en profondeur que "par cœur", tout en favorisant ta concentration.</p>	<p>Jeudi 16 sept. 12h15 à 13h15 SPIN ton stress et progresse</p> <p>Comment atténuer le poids du stress lié aux études ? En identifiant d'abord tes stressseurs, puis en ciblant des habitudes qui t'aideront à mieux composer avec eux. C'est utile pour la vie !</p>