

Défis cognitifs

Gardez votre cerveau actif en le mettant au défi !

Informations générales	8 cours de 2h30
Contenu	Les fonctions cognitives
Moyen d'apprentissage	Activités ludiques mixant l'utilisation de la technologie et des exercices papier/crayon
Objectifs généraux	<ul style="list-style-type: none">● Optimiser son activité cérébrale● Stimuler ses capacités cognitives par diverses activités● S'approprier des stratégies en lien avec les fonctions cognitives● Devenir autonome dans la mise en pratique des stratégies apprises

