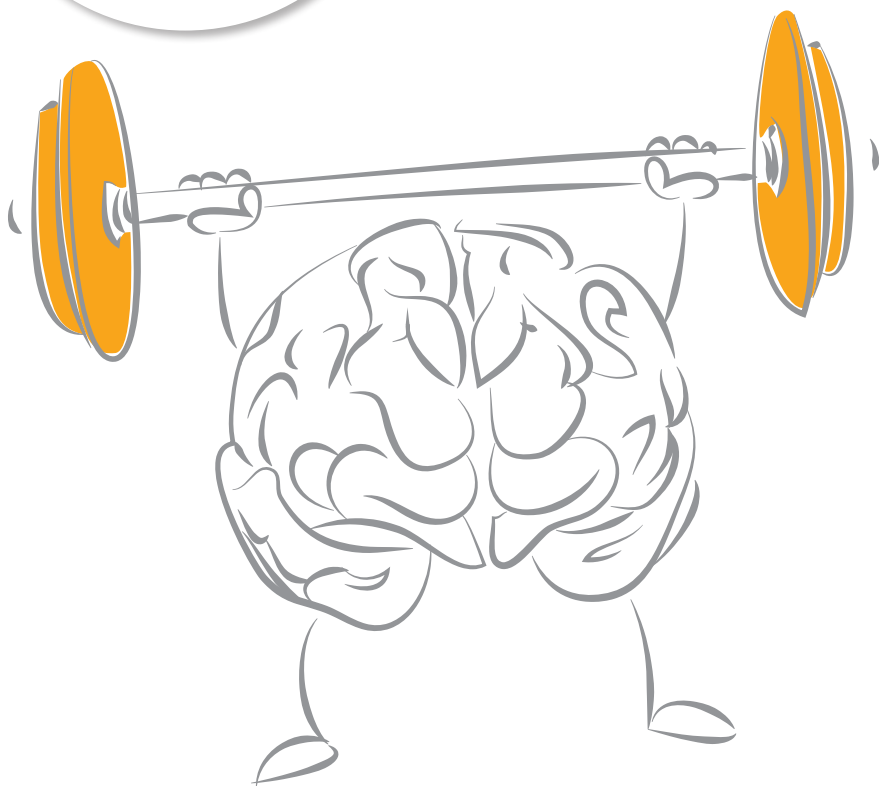


boost!
&
moi



Réveillez votre mémoire !
Pour vaincre l'oubli



Calculatrice, agenda, notre mémoire est de plus en plus raplapla !

La mémoire, comme un muscle, a besoin d'être entraînée et exercée pour ne pas flancher.

Pour épater vos collègues avec votre mémoire :

pensez à dormir ! En effet votre cerveau, tel un athlète, a besoin de repos pour être en forme.

Vous avez des problèmes de mémorisation ? Vous êtes incapable de retenir un nom ou de savoir où sont vos clés ? Associez l'information à retenir à une image ou à un événement important de votre vie. Ce sont les

moyens mnémotechniques.

N'hésitez pas à en user et à en abuser, ils vous faciliteront la vie !

ENVIE DE CHALLENGES ? TESTEZ VOTRE MÉMOIRE EN VOUS LANÇANT DES DÉFIS! DÉFENSE D'ÉCRIRE VOTRE LISTE DE COURSES OU MÊME PAS CAP' DE RECOMPOSER VOTRE DÉJEUNER D'AVANT HIER... DUR DUR N'EST-CE PAS ?

Mémoire