

Conseil N° 3

## Apprenez par couches successives

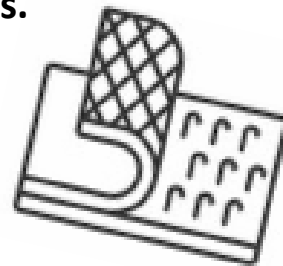


« Je crois que je confonds tout... »

C'est la répétition d'une connaissance qui l'ancre profondément dans la mémoire. Mieux vaut y revenir souvent par petites touches que de prévoir de grandes plages d'étude.

Le *binge learning* (par exemple le soir avant l'examen) est le plus sûr moyen d'être écœuré. Gare à l'indigestion !

**Apprenez par petites touches successives. Les souvenirs se forment à l'image des lasagnes : couches par couches. Revenez souvent à vos matières.**



La mémoire fonctionne comme un **velcro** : plus elle trouve d'accroches, plus elle peut s'agripper, mieux elle retient.

Mémoriser, c'est répéter !

