

APPRENDRE À SE CONCENTRER



OBJECTIF



- Rendre ses apprentissages plus faciles
- Identifier ses points forts et ses points faibles
- Mieux comprendre sa manière d'apprendre

CONTENU

Apprendre à :

- Contrôler son impulsivité
- Résister aux distractions
- Être flexible
- Mettre en jeu son imagination
- Planifier et organiser
- Utiliser des stratégies de mémorisation
- Avoir confiance en soi
- Utiliser son langage interne
- Bilan de fin de session



Modalités

- Intervenants : Psychologues – Neuropsychologues
- Public : enfants et adolescents, gênés par des difficultés d'attention de concentration ou d'organisation
- Méthode : explications et mises en pratique (jeux ou exercices attrayants et concrets)
- 10 Séances d'une heure à raison d'une fois par semaine (pour les ateliers : inscription 20 jours avant le début des séances)

En individuel ou en groupe

	<i>Suivi individuel</i>	<i>Suivi en groupe (2 à 4 enfants)</i>
Retour aux parents	Personnalisé à chaque séance	Global toutes les 5 séances
Rythme	Adaptation au rythme de l'enfant	Constant
Contenu	Adaptation au profil de l'enfant	Contenu type
Travail sur la relation aux autres	Théorie	Théorie + Pratique
Dates	Début possible tout au long de l'année	Suivant les trimestres scolaires
Durée	3 séances minimum puis engagement sur les 7 suivantes	4 séances minimum Puis engagement sur les 6 suivantes
Prix	50€ la séance	35 € la séance
Lieu	Local Association - Établissement	Local Association - Établissement

CORIDYS VAR L'Arche, Rond-Point du 8 mai 1945, 83500 La Seyne Sur Mer

Pré-inscription au 04 83 57 49 42 ou par mail : coridysvar@coridys.fr

Site internet : www.coridys.fr