

Programma

- 09.30 – 10.00 Intro: Begroeting, Voorstelronde, Programma
- 10.00 – 10.30 Theorie: Werking van hersenen en geheugen
- 10.30 – 11.00 Praktijk 1: Simpele geheugentechnieken – in beelden denken? Als basis en voor woordjes, talen etc.
- 11.15 – 12.30 Praktijk 2: De meest belangrijke geheugentechnieken – Focus: Routenmethode (voor vrij praten, lijsten, teksten, veel materiaal)
- 12.30 – 13.30 lunch pauze
- 13.30 – 14.00 verder oefenen van de Routenmethode
- 14.00 – 15.00 Praktijk 3: het Majorsysteem. (voor getallen, data, feiten)
- 15.30 – 16.15 Praktijk 4: Namen onthouden
- 16.15 – 16.45 Hoe kan je leren plannen? Hoe gaat informatie in het langetermijngeheugen? Hoe kan je deze methodes gebruiken?
- 16.45 – 17.00 Tijd voor vragen en feedback - Afsluiting