


ETRE BIEN DANS SON CORPS



ETRE BIEN DANS SA TETE



ETRE MOTIVÉ

Pour apprendre



ETRE ATTENTIF



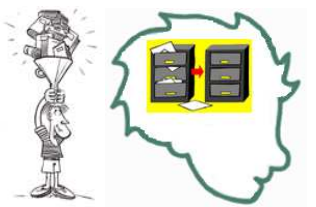
CONTROLER



SE CONCENTRER



SAVOIR APPRENDRE



MÉMORISER



PLANIFIER - S'ORGANISER



GÉRER le TEMPS



RÉFLÉCHIR



S'ENTRAINER