

CAP Cerveau

Cours en ligne : CAP sur un cerveau optimal et heureux : offre promotionnelle de la Rentrée: 65\$ (valeur 99\$)

- Avez-vous de la difficulté à garder votre attention, à mémoriser et à vous concentrer?
- Tombez-vous régulièrement, comme on dit : « dans la lune »?
- Vous sentez-vous stressé-e?
- Avez-vous tendance à faire de la procrastination?
- Avez-vous l'impression d'être dispersé dans vos idées, votre environnement? Est-ce que vos idées se bousculent?
- Avez-vous de la difficulté à vous structurer , à planifier et à vous organiser?
- Souffrez-vous, ou pensez-vous souffrir, de trouble de l'attention (TDA/H ou de troubles connexes)?
- Ou tout simplement, souhaitez-vous découvrir comment optimiser votre cerveau pour mieux apprendre et être plus heureux et/ou aider quelqu'un à atteindre cet objectif?

Que vous soyez étudiants, enseignants, parents, sur le marché du travail ou retraité, ce cours en ligne de 7 modules vous aidera à:

Développer davantage votre potentiel de concentration ,votre attention, votre mémoire et vos stratégies d'apprentissage

Dans ce cours vous apprendrez :

- À développer votre potentiel de concentration, votre mémoire et des stratégies d'apprentissage.
- À mieux comprendre le fonctionnement de votre cerveau

- À améliorer l'efficacité de votre cerveau
- À mieux comprendre les troubles de l'attention (qu'on appelle souvent, TDA/H et troubles connexes) et les déséquilibres et désynchronisations potentiels au cerveau qui y sont associés
- Des moyens , stratégies, exercices, trucs divers.. naturels pour rebalancer et resynchroniser votre cerveau...et surmonter votre défi

Vous comprendrez l'importance...

- de l'objectif dans le phénomène de l'attention
- d'avoir une meilleure connaissance et conscience de soi
- de mieux comprendre votre cerveau

7 modules de trucs et stratégies naturelles, faciles et agréables, pour favoriser une attention optimale et avoir un cerveau plus optimal et plus heureux :-).

