Docente: COLOMBO ERIKA
7 Incontri dal 10 gennaio 2023, ore 14
Argomento: Potenziamento della memoria

Sommario

Il corso consta di 7 incontri, ciascuno della durata di un'ora e mezza circa, in cui vengono proposti esercizi di memorizzazione di diversi tipi di materiale e, per ogni esercizio proposto, vengono illustrate le strategie migliori per memorizzare quel tipo di materiale.
Si tratta di esercizi utili per la quotidianità (ad es. memorizzazione di cognomi legati a volti, codici numerici, mappe della città, oggetti contenuti in una stanza, ecc.), con lo scopo di poterne effettivamente giovare nella vita di tutti i giorni.
Nel primo incontro è prevista per ciascuno una prova di valutazione della memoria che viene poi confrontata con una prova simile a fine corso che viene proposta nell'ultimo incontro, il cui fine è quello di valutare l'efficacia del corso.