

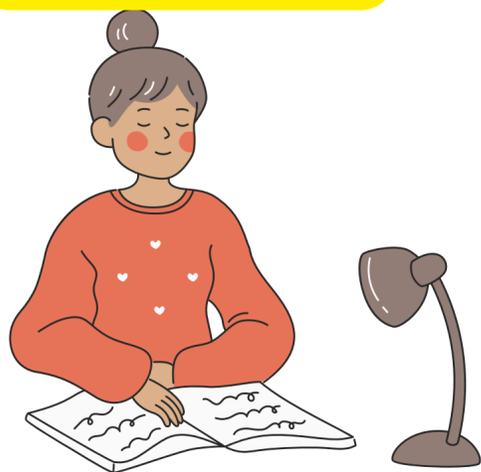
BIEN TE PRÉPARER POUR  
TES **EXAMENS**



DÉCOUVRE DES OUTILS POUR  
MIEUX APPRENDRE ICI

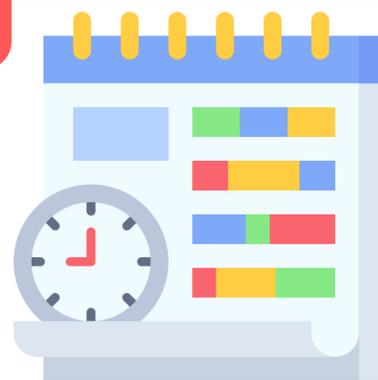
LES CONSEILS  
**PEDAGOGIK**®

## COMMENT BIEN TE PRÉPARER POUR LES EXAMENS ET MIEUX ETUDIER ?



### FAIS UN PETIT PLANNING

FAIS UN PLAN DE CE QUE TU DEVRAS ÉTUDIER, RELIRE, LES EXERCICES À FAIRE, ETC. CELA T'AIDERA À T'ORGANISER



### PRÉPARE UN ESPACE POUR ÉTUDIER



PRÉPARE UN BUREAU, UNE TABLE, UNE PIÈCE OÙ TU PEUX ALLER ÉTUDIER AU CALME ET MIEUX TE CONCENTRER

### MANGE BIEN ET HYDRATE-TOI

MANGE DES FRUITS, DES LÉGUMES, DES ALIMENTS SAINS ET BOIS DE L'EAU POUR QUE TON CORPS AIT DE L'ÉNERGIE



### ENLÈVE LES SOURCES DE DISTRACTIONS

ÉLOIGNE LES SOURCES DE DISTRACTIONS COMME LE TÉLÉPHONE, LES ENDROITS BRUYANTS



### DORS SUFFISAMMENT

MÊME SI TU AS ENVIE DE FAIRE UNE NUIT BLANCHE POUR ÉTUDIER OU DE DORMIR TARD, IL EST IMPORTANT DE BIEN DORMIR POUR TE SENTIR BIEN PENDANT L'EXAMEN



### UTILISE DES SYNTHÈSES

FAIS DES SYNTHÈSES OU UTILISE DES SYNTHÈSES POUR ÉTUDIER ET GAGNER DU TEMPS EN AYANT LES ÉLÉMENTS IMPORTANTS SOUS LES YEUX



Synthèses PEDAGOGIK ici