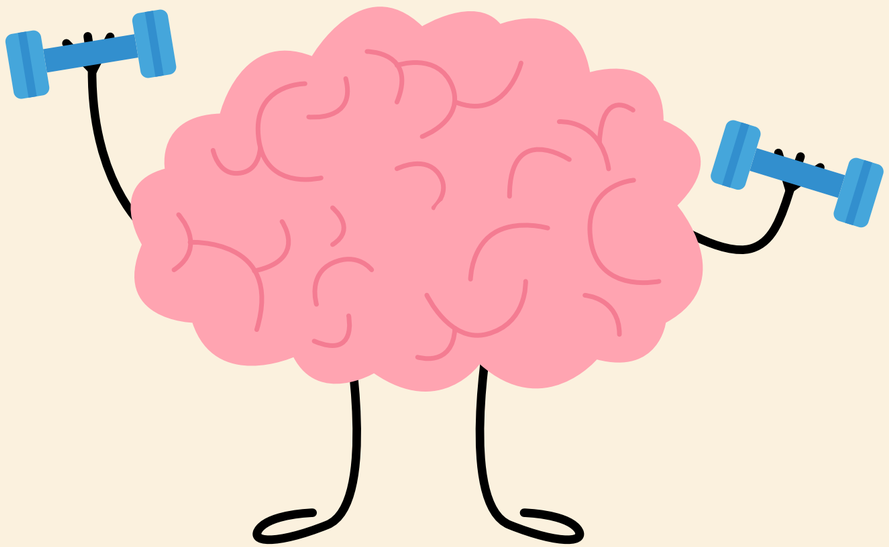
Tu aimes bouger, manipuler quand tu apprends ? Alors tu as sûrement **une mémoire kinesthésique** !

Ton cerveau apprend mieux en bougeant, en faisant, en touchant. Tu comprends mieux quand tu peux tester, manipuler ou voir un exemple concret ?



C'est que ton corps t'aide à apprendre !

Pour t'aider à bien mémoriser, **voici ce qui peut vraiment t'aider :**

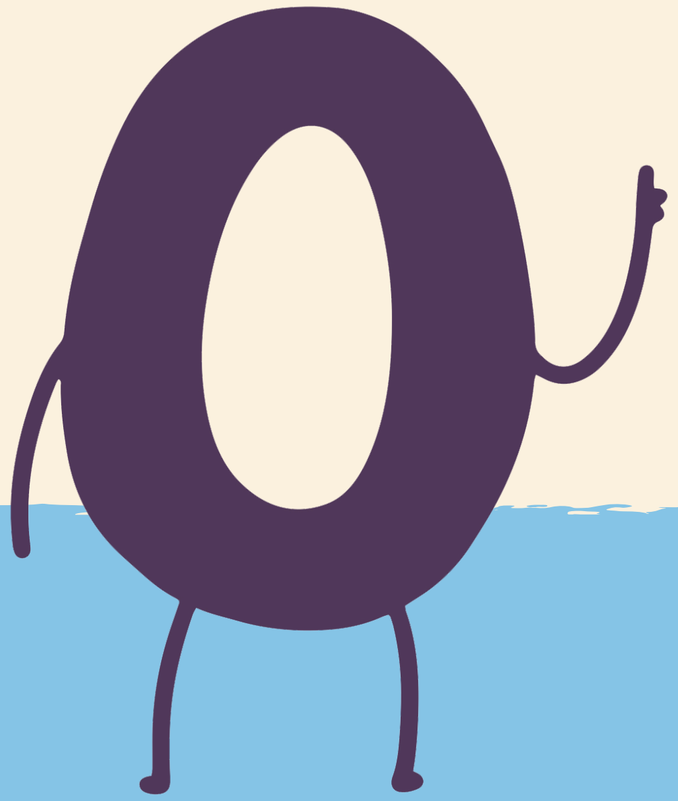
🚶‍♂️ **Bouge en apprenant** : marche, utilise tes mains, change de place si tu en as besoin.

🛋️ **Installe-toi dans un endroit où tu te sens bien pour apprendre.**

🧩 **Utilise des exemples concrets pour mieux comprendre** : fais des exercices, des jeux, ou raconte-toi une situation pour réviser.

📚 **Entraîne-toi souvent** : plus tu pratiques, plus tu retiens !

Et si tu avais plusieurs types de mémoire ?



C'est possible et même très courant !

Tu peux avoir une **mémoire dominante**, mais aussi **utiliser d'autres façons d'apprendre selon les moments**.

Par exemple :

- Tu retiens mieux une règle en l'écoutant,
- Tu la comprends encore mieux en la voyant écrite avec des couleurs,
- Et tu ne l'oublies plus en la répétant en bougeant ou en la jouant !

Le secret ? C'est de découvrir ce qui fonctionne le mieux pour toi… et d'en faire **ton super-pouvoir** pour apprendre avec plaisir !