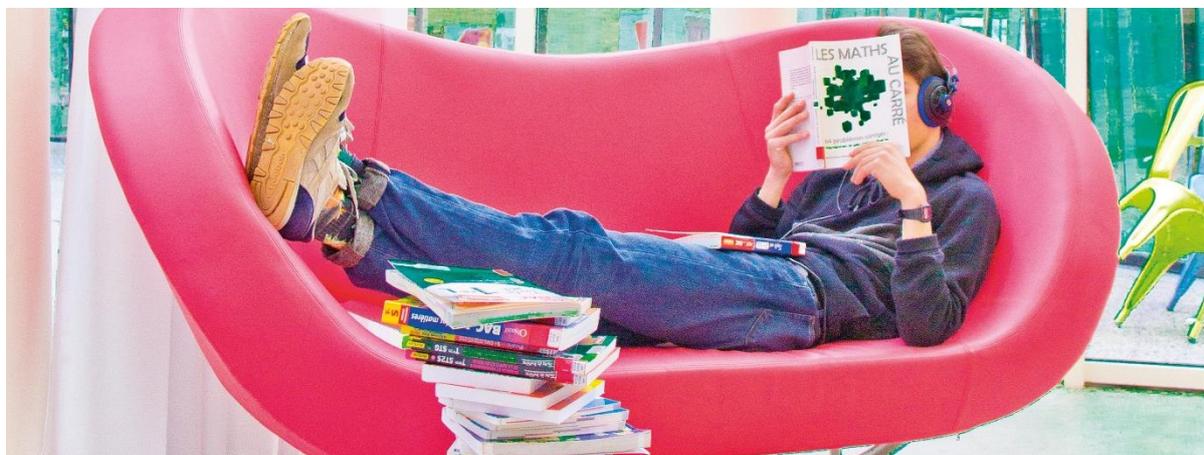


## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

« Révise tranquille ! » depuis chez toi



*Confinée mais connectée, la Médiathèque du Marsan adapte l'opération Révise tranquille ! pour accompagner, à partir du 21 avril, les élèves durant le confinement et les aider à préparer leur fin d'année scolaire, examen ou contrôle continu !*

À défaut de pouvoir les accueillir dans ses murs, la Médiathèque propose aux élèves une sélection de ressources en ligne gratuites pour travailler en autonomie et avancer dans leurs révisions. Ces liens sont accessibles directement sur le site Internet de la médiathèque : [www.lamediathequedumarsan.fr](http://www.lamediathequedumarsan.fr)

Afin de limiter le stress engendré, la sophrologue Nadine Gradoux proposera chaque jeudi, du 23 avril au 28 mai, des séances d'aide aux révisions par la sophrologie pour se préparer aux contrôles de connaissances en toute sérénité. Du 4 juin au 2 juillet, elle animera également des séances de préparation aux épreuves orales dans lesquelles elle donnera les clés pour adopter une attitude et une posture positives face à un jury. Ces vidéos seront disponibles sur la page Facebook et le site Internet de la Médiathèque.

### **Réviser et travailler grâce aux cartes mentales**

Les cartes mentales (*Mind Mapping* en anglais) sont enseignées avec succès depuis de nombreuses années dans les pays du Nord de l'Europe mais restent confidentielles en France. Basées sur le fonctionnement naturel du cerveau, elles permettent pourtant d'assimiler facilement de grandes quantités d'informations complexes. Elles peuvent aussi être un formidable outil du quotidien pour organiser ses idées, résumer des écrits, mémoriser, prendre des notes, apprendre, s'organiser et planifier des tâches... À partir du 21 avril, la Médiathèque proposera une série de tutoriels vidéo sur les révisions et la pratique des cartes mentales, réalisés spécialement par Benoît Dandine, formateur en Mind Mapping dans de grandes sociétés, écoles et universités. Chacun pourra découvrir le potentiel incroyable de cette méthode applicable par tous, qu'on soit élève ou pas !

**Médiathèque du Marsan** | [mediatheque@montdemarsan-agglo.fr](mailto:mediatheque@montdemarsan-agglo.fr)  
[www.lamediathequedumarsan.fr](http://www.lamediathequedumarsan.fr) | FB : MediathequeDuMarsan

Contact presse : Margot Marcial - Mont de Marsan Agglo  
[margot.marcial@montdemarsan-agglo.fr](mailto:margot.marcial@montdemarsan-agglo.fr) | [montdemarsan-agglo.fr](http://montdemarsan-agglo.fr)