



Dossier thématique #54 :

Préparer les examens

Vous trouverez ci-dessous une sélection de documents disponibles à la bibliothèque (ou des ebooks accessibles à distance), qui vous aideront à organiser votre blocus, à synthétiser et à mémoriser la matière, à gérer votre stress et à passer les examens. Good luck !

Organiser le blocus

- ∂ **Prendre son temps... pour en gagner : gérer vos priorités, rééquilibrez votre vie** / SEIWERT, Lothar J.
- ∂ **101 astuces pour mieux s'organiser : Mind mapping, Todo list, GTD® - tous les outils de ceux qui gagnent du temps !** [[ebook](#)] / DELENGAIGNE, Xavier, VELTEN, Arnaud

Synthétiser et mémoriser la matière

- ∂ **Faites une synthèse ! : l'essentiel en temps limité avec la méthode Octopus** / FAYET, Michelle, COMMEIGNES, Jean-Denis
- ∂ **Comment gagner en concentration ? : Apprendre à contrôler les déficits de l'attention pour une meilleure performance** / CHARLIER, Maïlys

Gérer le stress

- ∂ **Apprivoiser le stress par la pleine conscience** / MAEX, Edel
- ∂ **Stress, estime de soi, santé, travail** [[ebook](#)] / DOLAN, Simon L., ARSENAULT, André

Passer les examens

- ∂ **Réussir sa première année d'études supérieures** / HOUART, Mireille
- ∂ **Dix règles pour réussir un examen : de la préparation à l'action !** / BONNECHERE, Bruno
- ∂ **Je veux réussir mon droit : méthodes de travail et clés du succès** / DEFRENOIS-SOULEAU, Isabelle
- ∂ **Réussir votre oral d'examen et de concours** [[ebook](#)] / KIRADY, Gérard