



Conférence organisée par Solidarité Homéopathie
Jeudi 26 Février 2015 – Tassin la demi lune

Faut-il entretenir sa mémoire ?

Docteur Bernard Croisile

Sujet de Santé publique prioritaire : La salle était comble !

La mémoire :

Apprentissage, stockage, rappel.

Le docteur Bernard Croisile a réussi à nous faire comprendre le fonctionnement de nos mémoires. Chaque mémoire a son rôle : mémoire à court terme, de travail, à long terme ; mémoire épisodique, procédurale, sémantique.



IMPORTANT : La consolidation de nos souvenirs se fait la nuit.

Notre mémoire est sélective.

Exemples de tri de notre mémoire :

-L'humeur influe : heureux, nous retenons mieux les épisodes heureux; triste, nous retenons les histoires tristes.

-La femme a des repères verbaux, familiaux (elles restaient dans le foyer) ; l'homme a une mémoire spatiale (nos ancêtres hommes étaient chasseurs).

Facteurs facilitant la mémorisation et la consolidation à long terme : la concentration, la logique, le sens, la répétition, la socialisation, des activités nouvelles variées dans le plaisir, la curiosité, l'alimentation....

Le docteur Croisile nous a donné en conclusion 3 conseils :

