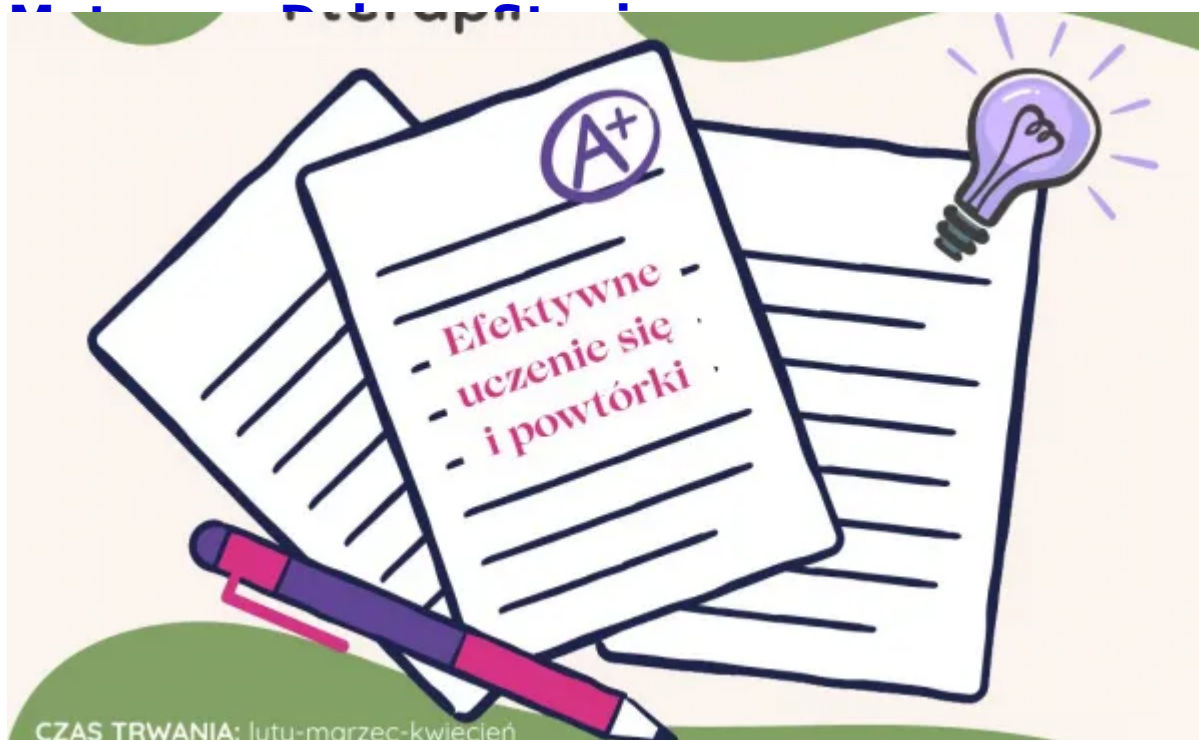




Czas na warsztaty efektywnej nauki i powtórek maturalnych, w ramach programu „Matura w DobrymStanie”.

Toruńskie Centrum Rozwoju i terapii zaprasza na praktyczne spotkania, podczas których maturzyści:

- dowiedzą się, jak uczyć się skutecznie, a nie dłużej,
- nauczą się planować realne powtórki w ostatnich tygodniach przed maturą,
- poznają metody zapamiętywania i aktywnej nauki (pytania, fiszki, mikro-sesje),
- uporządkują materiał i odzyskają poczucie kontroli nad przygotowaniem,
- nauczą się mądrze wykorzystywać narzędzia cyfrowe i AI jako wsparcie w nauce,
- wyeliminują najczęstsze błędy popełniane w ostatnim etapie przygotowań.

W ramach zajęć odbędą się **3 warsztaty stacjonarne** (1,5h)

Luty – marzec – kwiecień (1 spotkanie/miesiąc)

- Sobota, 21.02 godz. 11:00
- Sobota, 14.03 godz. 11:00
- Sobota, 18.04 godz. 11:00

Zapis obejmuje cały cykl

Możliwość jednej, indywidualnej konsultacji online.

Prowadzący: Tomasz Szymański - trener efektywnej nauki, który od 2015 roku pomaga uczniom szkół średnich ogarnąć naukę i przygotowania do egzaminów bez zbędnego stresu. Na warsztatach pracuje na realnym materiale szkolnym i pokazuje, jak uczyć się krócej, ale skuteczniej - dzięki aktywnym powtórkom, prostym planom i sprawdzonym technikom. Jego celem jest to, żeby uczniowie wyszli z zajęć z konkretnymi narzędziami, większym spokojem i poczuciem, że mają kontrolę nad swoją nauką.

Warsztaty są praktyczne i procesowe - każde kolejne spotkanie rozwija i wzmacnia wcześniejsze umiejętności, łącząc efektywną naukę z troską o dobrostan psychiczny.

ZAPISY <https://forms.gle/3LfYxRnMKqkdsRQs5>

UWAGA: Drodzy rodzice - prosimy o niezapisywanie dzieci do udziału w programie bez ich wiedzy i zgody. Dziękujemy.

Liczba miejsc mocno ograniczona - decyduje kolejność zgłoszeń!

- [Go back](#)
- [Share on: X](#)
- [Share on: FB](#)
- [Print](#)
- [PDF](#)