

Les compétences cognitives désignent les capacités mentales et intellectuelles qui nous permettent de **traiter, comprendre et interagir** avec **notre environnement au quotidien** afin de prendre des décisions appropriées.



## Les compétences cognitives



Les compétences cognitives se développent **tout au long de la vie.**



### Attention

Se concentrer et maintenir sa concentration sur une tâche ou un stimulus spécifique.



### Langage

Communiquer à travers des mots, des gestes, des expressions faciales et d'autres formes de communication non verbale.



### Mémoire

Retenir et se souvenir des informations, de ses souvenirs et de ses expériences passées.



### Perception

Prendre conscience de l'environnement qui nous entoure en utilisant nos sens tels que la vision, l'ouïe, le toucher, le goût et l'odorat.



### Raisonnement

Explorer différentes options et expérimenter des approches pour répondre et résoudre des défis au quotidien.



Adoptez une attitude bienveillante, patiente et encourageante, en étant attentif aux besoins et aux signaux de la personne.