

IN COLLABORAZIONE CON:



Fondazione  
**ACCADEMIA**  
CASA DI POPOLI, CULTURE E RELIGIONI

CON IL CONTRIBUTO DI:



REGIONE AUTONOMA DI SARDEGNA  
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

ORGANIZZA

**Corso Intensivo**

# RICORDARE È UN'ARTE

LA MEMORIA PER LO STUDIO E PER LA VITA QUOTIDIANA



**MERCOLEDÌ 29 OTTOBRE e MERCOLEDÌ 5 NOVEMBRE 2025**



dalle 15:30 alle 18:30



Centro di Alta Formazione Padre Manzella - Via Porcellana 29 - Sassari

## Presentazione

Il **Corso sull'Arte della Memoria** permette di sperimentare tecniche per **potenziare le proprie capacità mnemoniche**. In un ambiente di condivisione e crescita, i partecipanti imparano a conoscere come funziona la memoria e a usare strumenti pratici per **migliorare lo studio, affrontare** con più sicurezza **sfide personali e professionali** e **sviluppare fiducia in sé stessi**.

## Modalità di svolgimento

Il Corso unisce la riflessione su che cos'è la memoria e sulle sue leggi con un **approccio pratico e laboratoriale**. Ogni incontro diventa così un'occasione per fare **esperimenti mnemonici**, mettere subito in pratica le tecniche apprese e condividere le proprie esperienze con il gruppo. In questo modo la teoria si intreccia con la pratica, favorendo una **comprensione più profonda e personale** dell'arte della memoria.

## Programma del Corso

- » Che cosa aspettarsi dalle mnemotecniche: potenzialità e limiti
- » I principi della memoria
- » Dalla catena al palazzo della memoria
- » I numeri e le date
- » I nomi e i volti
- » Il ripasso efficace
- » Conclusione: conoscere la propria memoria per conoscere se stessi

## Destinatari

Prioritariamente **studenti universitari** e dell'**ultimo anno delle scuole secondarie di secondo grado**. È previsto l'accredito di **n. 6 ore di Formazione Scuola Lavoro**. **Saranno ammessi fino ad un massimo di 25 partecipanti**, tenuto conto dell'ordine di iscrizione.

## Docente

**Daniele Vinci** è docente Metodologia della Ricerca e Antropologia Filosofica presso la Facoltà Teologica della Sardegna e presso l'ISSR di Cagliari. È autore di testi dedicati alla metodologia e alla memoria, tra cui *Dieci passi nel palazzo della memoria. Guida alle mnemotecniche* (2025, 2ª edizione); *La moneta d'oro. Sul buon uso della memoria propria e altrui nell'omelia e nella predicazione* (2024); *I Quaderni di MemorizzArte* (in corso di stampa); cura il canale tutoriale YouTube: "Daniele Vinci Metodologia".



**LA PARTECIPAZIONE AL CORSO È GRATUITA**

**L'iscrizione al corso potrà essere effettuata attraverso il seguente qr code entro domenica 26 ottobre 2025**

