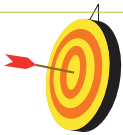


8. מטלות יומיות

בואו נהיה מעשיים יותר וניישם את מה שלמדנו. חשבו על מטלות מסוימות שעליכם לבצע השבוע. כיצד תוכלו לעזור לעצמכם לזכור את כל הדברים המונחים על ראשכם? היעזרו בשיטות שלמדתם עד כה, בשיטת החדר הרומאי ובשיטת התזכורות הוויזואליות.



רשמו שלוש מטלות שעליכם לבצע השבוע, וציינו אילו "מזכירים" יעזרו לכם לא לשכוח.

לדוגמה:

התזכורת

להדביק פתק על ההגה יום לפני להניח את הדי.וי.די על דלת הכניסה להניח שק אוכל במקום גלוי

המטלה

לקחת את הרכב למוסך להחזיר די.וי.די לספרייה לקנות מזון לחתול

" לפעמים אני סובל משכחה ודה-ז'ה-וו באותו הזמן. יש לי הרגשה מוזרה שכבר שכחתי את הדבר הזה..."
סטיבן רייט



התזכורת

המטלה

- | | | |
|-------|-------|----|
| _____ | _____ | .1 |
| _____ | _____ | .2 |
| _____ | _____ | .3 |

כעת רשמו שלוש מטלות **שונות** שעליכם לזכור השבוע, והיעזרו בשיטת החדר הרומאי על מנת לזכור אותן.

דוגמה:

חדר האמבטיה

לדמיין את ביל גייטס
בתוך האמבטיה שלכם

הנכד מצחצח שיניים
בכיור חדר האמבטיה

המטלה

לשלוח מכתב למיקרוסופט

לקנות מתנת יום הולדת לנכד

החדר

המטלה

_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____