

Le TDAH, une histoire de famille à vivre en famille... Avec les « Ateliers Réalité »

→ L'association **PANDA** du Saguenay Lac Saint Jean (**P**ersonnes **A**ptes à **N**égocier le **D**éficit d'**A**ttention avec ou sans hyperactivité) propose aux parents d'enfants ayant un trouble du déficit de l'attention/hyperactivité, une série de 8 ateliers (parents/enfants.)

→ **Les objectifs** : Permettre aux parents et aux enfants (8 à 12 ans) d'appriivoiser le TDAH afin d'accroître et de perfectionner des méthodes, des stratégies, des trucs... Efficaces. Échangez avec des personnes vivant les mêmes difficultés.

→ **La durée** : Huit (8) ateliers d'une heure et demie, à raison d'un par semaine, pendant huit (8) semaines consécutives. Le premier atelier s'adresse uniquement aux parents, les suivants sont offerts simultanément (parents/enfants) sous la supervision d'éducateurs.

Coût : 50 \$ par famille.

SECTEUR CHICOUTIMI

Volet parent, le contenu :		Volet enfant, le contenu :	
	30 janv. 2019 : On se présente		30 janv. 2019 : Pas pour moi ! Congé !
	6 février 2019 : Le grand tour du TDAH		6 février 2019 : Le TDAH c'est quoi ?
	13 février 2019 : Stratégies de contrôle		13 février 2019 : Mes stratégies de contrôle
	20 février 2019 : L'organisation		20 février 2019 : Je m'organise : quand, où et comment ?
	27 février 2019 : La gestion du comportement		27 février 2019 : Les stratégies, mise en pratique
	13 mars 2019 : La résolution de problèmes		13 mars 2019 : La résolution de problèmes
	20 mars 2019 : L'estime de soi		20 mars 2019 : L'estime de soi
	27 mars 2019 : Je me récompense		27 mars 2019 : Je me récompense

Les mercredis soirs de 18h30 à 20h
dans les locaux de l'école Polyvalente Odyssee Lafontaine

**Inscrivez-vous rapidement (places limitées) en communiquant avec
Kim Laliberté au 418-579-3140 Poste 233**

À bientôt !

N.B. : Il y aura également une série d'ateliers débutant au printemps 2019 pour les secteurs Chicoutimi et La Baie.