

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

→ L'association PANDA du Saguenay Lac Saint Jean (Personnes Aptes à Négocier le Déficit d'Attention 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 d'appivoiser 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, 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 : 40 \$ par famille.

## SECTEUR CHICOUTIMI

Volet parent, le contenu :			Volet enfant, le contenu :		
☀	07 oct. 2015	: On se présente	☀	07 oct. 2015	: Pas pour moi ! Congé !
☀	14 oct. 2015	: Le grand tour du TDAH	☀	14 oct. 2015	: Le TDAH c'est quoi ?
☀	21 oct. 2015	: Stratégies de contrôle	☀	21 oct. 2015	: Mes stratégies de contrôle
☀	28 oct. 2015	: L'organisation	☀	28 oct. 2015	: Je m'organise : quand, où et comment ?
☀	04 nov. 2015	: La gestion du comportement	☀	04 nov. 2015	: Les stratégies, mise en pratique
☀	11 nov. 2015	: La résolution de problèmes	☀	11 nov. 2015	: La résolution de problèmes
☀	18 nov. 2015	: L'estime de soi	☀	18 nov. 2015	: L'estime de soi
☀	25 nov. 2015	: Je me récompense	☀	25 nov. 2015	: Je me récompense

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

**Inscrivez-vous rapidement (places limitées) en communiquant avec  
Myriam Harvey au 418-698-1176 Poste 233**

**À bientôt !**