

## 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 :		
	25 janv. 2017	: On se présente		25 janv. 2017	: Pas pour moi ! Congé !
	01 fév. 2017	: Le grand tour du TDAH		01 fév. 2017	: Le TDAH c'est quoi ?
	08 fév. 2017	: Stratégies de contrôle		08 fév. 2017	: Mes stratégies de contrôle
	15 fév. 2017	: L'organisation		15 fév. 2017	: Je m'organise : quand, où et comment ?
	22 fév. 2017	: La gestion du comportement		22 fév. 2017	: Les stratégies, mise en pratique
	08 mars 2017	: La résolution de problèmes		08 mars 2017	: La résolution de problèmes
	15 mars 2017	: L'estime de soi		15 mars 2017	: L'estime de soi
	22 mars 2017	: Je me récompense		22 mars 2017	: 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  
Myriam Harvey au 418-579-3140 Poste 233**

**À bientôt !**