

ATELIERS DE COACHING TDAH

Pour adultes seulement...

Vous êtes un **adulte** et vous avez reçu un diagnostic de **TDAH** ?

C'est le moment de **le** prendre en main.

Des ateliers d'entraînement se tiendront bientôt à Jonquière

Inscrivez-vous rapidement en communiquant avec

Kim Laliberté au 579-3140 poste 233

	*Votre calendrier		Les thèmes
1	13 février 2018	16h30 à 18h	On se présente
2	20 février 2018	16h30 à 18h	Le grand tour du TDAH, soirée aussi pour les proches
3	27 février 2018	16h30 à 18h	La gestion du temps
4	13 mars 2018	16h30 à 18h	TDAH et gestion des émotions
5	20 mars 2018	16h30 à 18h	Hygiène de vie
6	27 mars 2018	16h30 à 18h	Être le conjoint (te) d'un TDAH

Coût : \$50 pour les 6 ateliers. (Frais pour documentation)

Gratuit pour les membres (50\$)

Vous avez des questions ?

PANDA Saguenay – Lac-Saint-Jean

Bureau : 418-579-3140 Poste 233

pandaslsj@hotmail.com

* Calendrier sujet à changement