ATELIER TDAH

Pour les adultes
présentant un TDAH

Les jeudis
de 14h15 à 15h45
du 14 septembre
au 07 décembre 2023

15€ par séance,
engagement sur
les 10 séances

Par Lison BERNARD,
psychologue
et Anne-Lise PLAZANET,
ergothérapeute

Inscription avant le 24 août
via le formulaire ou à
developpement@coridys.fr

Parc Athéna,
Espace Athéna,
83190 Ollioules
06 66 05 74 39

Coridys
Troubles cognitifs: Comprendre pour Agir

ALLOCATIONS FAMILIALES
Caf du Var

Dans le cadre du projet Cinémoi

OBJECTIFS

Mieux comprendre mon trouble

Vivre un partage d'expériences en pairs (témoignages)

Analyser les conséquences du TDAH sur mes activités

Mieux appréhender mes émotions

Gérer mon quotidien avec un TDAH

Les compensations possibles (hygiène de vie, gestion du temps, organisation…)