



Mieux vivre avec la TDA/H & Anxiété

Animation d'un groupe de jeunes anxieux vivant avec un TDA/H

SUJETS

Élèves du primaire (8-12 ans) anxieux et avec un TDA/H et leurs parents.

BUT

Prévention et/ou aide à reconnaître et gérer les symptômes de stress ou d'anxiété.
Tout en démystifiant ce qui appartient au TDA/H et ce qui pourrait être du stress.

OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Volet jeune

Donner des moyens concrets au jeune.
Fournir un encadrement au jeune.
Favoriser la responsabilisation du jeune.

Référence

Le projet Z, programme de thérapie cognitivo-comportemental pour le trouble d'anxiété généralisée chez les enfants. CECOM; CIUSSS du Nord de l'île de Montréal

Structure

Volet jeune

- Animation du contenu prédéfini
- Activités de groupe afin de mettre en application les notions abordées dans l'animation
- Période de questions

Répéter l'activité selon les problématiques du groupe;
Anxiété de performance, anxiété sociale, phobie,
Anxiété spécifique et/ou généralisée...

Nombre de rencontres : 9 rencontres pour 90 \$ Durée des rencontres : 2 heures
jour : Les samedis du 1^{er} octobre au 3 décembre 2022 Heure : 13 h à 15 h
Lieu : Centre à Nous, 50 rue Thouin, local 242 Repentigny J6A 4J4

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à communiquer avec; Éliane Goffoy.

Courriel ; panda3@bellnet.ca

ou par téléphone (450 582-0003)