

LE CHEMIN D'ILITHYIE

GUIDANCE PARENTALE TDAH



Etre parent d'un enfant TDAH, c'est se poser mille questions

Vous souhaitez mieux comprendre votre enfant ? Adapter votre quotidien à ses besoins ? Echanger avec d'autres parents qui vivent la même chose ?

Ce programme de 12 séances, inspiré des approches de Barkley, a été conçu pour vous aider à mieux gérer le quotidien.

Session 2025-2026

13 septembre : la psychoéducation du TDAH

4 octobre : l'importance du renforcement positif / réparer plutôt que punir

8 novembre : le moment spécial

6 décembre : comment faire une demande efficace

17 janvier : gestion du temps / apprendre à ne pas déranger

28 février : proposer un système de points

28 mars : comment gérer les crises de colère

25 avril : prendre soin de soi en tant que parents

23 mai : les sorties dans les lieux publics

20 juin : les devoirs - les écrans

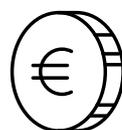
04 juillet : bilan - retours d'expérience



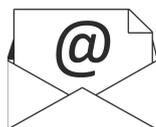
**Au cabinet paramédical de l'élan,
6 rue de l'élan, 44840 Les Sorinières**



Samedi de 10h à 12h30



80 € par couple par séance
40 € pour un parent seul



Contact

Delphine Godin, facilitatrice en TDAH
delphine.godin@gmail.com



<https://www.lecheminilithyie.com/>

