ASSOCIATION PANDA BASSES-LAURENTIDES SUD-OUEST

Atelier pratico-pratique

Stratégies pour vous aider à mieux planifier vos repas

Mercredi 2 octobre 2024
de 19 h à 21 h

*En présence à la Maison du citoyen de St-Eustache - 184, rue St-Eustache

Cette rencontre s'adresse exclusivement aux adultes de 18 ans et + devant composer avec les défis du TDAH

Lors de cette rencontre, vous pourrez :

- ✓ Découvrir des stratégies et des outils faciles à utiliser pour vous aider avec la planification de vos repas et de vos lunchs
- ✓ Partager des trucs et astuces avec l'intervenante et les participants
- ✓ Échanger dans une ambiance respectueuse!

Animé par :

Manon Latendresse
Psychosociologue et zoothérapeute

Manon possède une solide expérience de plus de 30 ans à titre d'intervenante, animatrice et coordonnatrice auprès des enfants, adolescents et adultes vivant différentes problématiques.

Elle soutient et accompagne des personnes **TDAH** *et leur entourage depuis déjà 15 ans au sein des Associations* **PANDA BLSO** *et* **TdB.**

Saviez-vous que?

Votre abonnement annuel au coût de 10 $ vous donne accès gratuitement à tous nos ateliers ou conférences !

Pour vous inscrire :

2 étapes simples :

1 – Aller sur notre site web sous l'onglet « Autres services » dans la section « Activités ponctuelles » :

Cliquez ici

www.pandablso.ca/autres-services/activites-ponctuelles

2 – Vous inscrire en choisissant la rencontre du 2 octobre 2024

(514) 713-5353

info@pandablso.ca

www.pandablso.ca