



**Animés par :**  
**Sofia Leiva**

*Étudiante en éducation au primaire et préscolaire à l'université Concordia, Sofia travaille de près avec les jeunes depuis 2016. Récipiendaire de la bourse d'excellence du ministère de l'Éducation supérieure en 2023, Sofia prévoit obtenir son brevet d'enseignement en 2027.*

*Elle a acquis des compétences qui lui permettent de soutenir des élèves ayant des troubles d'apprentissage et d'adaptation scolaire. Elle connaît bien les défis en lien avec le TDAH puisqu'elle a fait partie de l'équipe d'animation de nos ateliers Reading Detectives. Elle œuvre en tant que bénévole dans plusieurs organisations dans le domaine de l'éducation spécialisée et travaille en tant que suppléante pour le CSSMI.*

## **GRATUIT ! Ateliers pour ados ayant un TDAH ~ 13-15 ans**

**Conçus pour les adolescents atteints de TDAH, nos ateliers offrent des compétences pratiques de manière amusante et engageante.**

Apprend à réguler tes émotions, à améliorer tes habitudes pour étudier, à prendre soin de toi et à t'organiser efficacement. Rejoins-nous pour acquérir des outils qui t'aideront à t'épanouir !

### *6 ateliers en ligne sur zoom*

#### **avec moi en petit groupe de jeunes**

- ✓ Toujours avec une présentation PowerPoint dynamique, donc, tu n'as aucune note à prendre !
- ✓ Échanges et partages (tu pourras te défouler!)
- ✓ Plaisir et humour (on apprend mieux ainsi)
- ✓ Respect et confidentialité sont au rendez-vous

#### **Groupe automne 2024**

##### *Les mardis de 19 h à 20 h*

- 15 octobre 2024
- 22 octobre 2024
- 29 octobre 2024
- 5 novembre 2024
- 12 novembre 2024
- 19 novembre 2024

#### **Groupe hiver 2025**

##### *Les lundis de 19 h à 20 h*

- 20 janvier 2025
- 27 janvier 2025
- 3 février 2025
- 10 février 2025
- 17 février 2025
- 24 février 2025

*Suis-nous  
sur  
Facebook!*



**Pour t'inscrire :**  
**[sdakotaa13@gmail.com](mailto:sdakotaa13@gmail.com)**

**clique ici !**



**(514) 713-5353**



**[info@pandablsoc.ca](mailto:info@pandablsoc.ca)**



**[www.pandablsoc.ca](http://www.pandablsoc.ca)**

**Suite à ton inscription, tu vas recevoir un courriel de la part de Sofia Leiva pour te donner toutes les informations nécessaires pour pouvoir te connecter et participer à ton premier atelier en ligne !**

*Dans le cas où le nombre minimum de participants n'est pas atteint, nous devons annuler ces ateliers et ils seront reportés à la session suivante.*