



PARENTS ZEN A L'HEURE DES DEVOIRS JE GARDE MON CAAALME !!!

Les mardis :

5, 19 février et 12 mars 2019

A LAUSANNE DE 19H00-21H00

- Mieux comprendre le fonctionnement du cerveau avec un TDAH, ses répercussions sur les émotions, la motivation et les comportements
- Identifier son style de stress émotionnel
- Acquérir des outils pour diminuer le stress émotionnel et rester zen
- Développer ses compétences de coach et de soutien

aspedah

Association Suisse romande
de parents et d'adultes
concernés par le trouble du
déficit de l'attention/hyperactivité

Rue du Grand-Pré 8 | 1007 Lausanne | Tél. 021 703 24 20 | aspedah@aspedah.ch | www.aspedah.ch

A Lausanne dans les
locaux de
l'ASPEDAH
19h00 - 21h00

Formation sur 3 soirées

Inscription obligatoire
en ligne
10 places pour
parents d'enfant
TDAH ou en
difficultés
d'apprentissage

Prix membre
CHF 120.00 /
Couple : CHF 200.00

Prix non-membre
CHF 180.00 /
Couple : CHF 320.00

Intervenante : Monique Hinze

Formatrice d'adultes,
conseillère en stratégies
d'apprentissage
et en TDAH

**Paiement : uniquement par
virement bancaire anticipé**

**COORDONNÉES
BANCAIRES :**

CCP 17-647304-9
IBAN CH47 0900 0000 1764
7304 9