

DES FORMATIONS DESTINÉES

AUX ADULTES TDA/H

Voici les prochaines formations conçues spécialement pour les adultes aux prises avec un TDA/H afin de leur permettre de retrouver rapidement une vie plus sereine.

Profitez de la force du groupe pour installer les changements auxquels vous aspirez dans votre quotidien.

Les formations sont organisées en soirée de 19h30 à 22h00 :
(elles sont indépendantes l'une de l'autre)

le 9 janvier : Je prends des habitudes anti-procrastination.

le 6 février : Maman TDA/H - Je prends le contrôle de mon énergie et je trouve un équilibre en jonglant entre les enfants, le boulot, la maison, ...

Le 13 février : Comprendre, accepter, aider mon conjoint TDA/H (60€ pour deux)

le 6 mars : Je prends le contrôle de mes papiers et de mes finances

Prix : 50 euros pour une soirée au choix - 90 € pour 2 soirées - 130 € pour les 3 soirées

Lieu : Husa - Hôtel de la Couronne, Place des Guillemins 11 à 4000 Liège (juste en face de la gare des Guillemins) - Possibilité de venir en voiture (parking aux alentours), en bus, en train.

Renseignements et inscription : Le plus rapidement possible en demandant un formulaire d'inscription par mail afpirard@gmail.com

La formatrice :

Anne-Françoise Pirard - J'ai découvert mon TDAH il y a 10 ans en même temps que celui de mes trois enfants. Enseignante et formatrice pour adultes, je mets à votre disposition des outils efficaces et bienveillants pour apaiser les tensions et retrouver joie de vivre dans son quotidien, malgré les difficultés bien réelles engendrées par le TDAH.



Formations organisées en collaboration avec l'asbl TDA/H Belgique : www.tdah.be