

Ce groupe est proposé aux **adultes** ayant reçu un diagnostic de trouble déficitaire de l’attention avec ou sans hyperactivité (**TDAH**), adressés par un professionnel de santé. Il s’agit de partager des connaissances et expériences entre professionnels spécialisés et personnes concernées.

Les objectifs visés :

* Mieux connaître son trouble et ses répercussions ;
* Mettre en place de nouvelles stratégies face aux difficultés, réduire l’impact fonctionnel du trouble.

Pour participer, vous êtes invité à remplir la page 2 du document puis l’envoyer à l’adresse :

lucile.domy@chru-strasbourg.fr

(Remplissage numérique à privilégier, merci !)



5 séances pour renforcer l’**estime de soi**

-La construction des **schémas de pensée** et les **biais cognitifs**.

-L’identité, les **forces** et les **ressources**.

-**Accepter** ce qui ne peut être changé.

-M’**engager** dans le sens des **valeurs**.

5 séances sur les **particularités du TDAH**

-Stratégies pour la **gestion du temps, l’organisation**, la **planification** et la **priorisation**.

-Présentation des compétences de **régulation des émotions**, et **gestion de l’impulsivité**.

-Intervention d’un psychiatre pour parler du **traitement médicamenteux.**

*\*Les sessions en présentiel se déroulent à l’hôpital civil de Strasbourg, en Médical B, Rez-de-chaussée, Aile B, salle de groupe.*

*\*Les sessions en visioconférences se déroulent via Microsoft Teams. Vous aurez besoin d’un ordinateur, d’une bonne connexion internet, d’un micro et d’une webcam fonctionnels.*

Nom: Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte. Prénom: Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte. Genre/pronom :Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte. Né(e) le:Cliquez ou appuyez ici pour entrer une date.

Téléphone : Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte. E-mail :Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

Adresse:Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

Date du diagnostic:Cliquez ou appuyez ici pour entrer une date.Par: Dr Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

Autre(s) diagnostic(s)?Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

Des obstacles à la participation? Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.

Je souhaite participer en:

[ ]  Présentiel\* [ ]  Distanciel\* [ ] Peu importe

Disponible le mardi de 17h à 19h ?

[ ]  Oui [ ] Non

Si non, quelles disponibilités ?Cliquez ou appuyez ici pour entrer du texte.