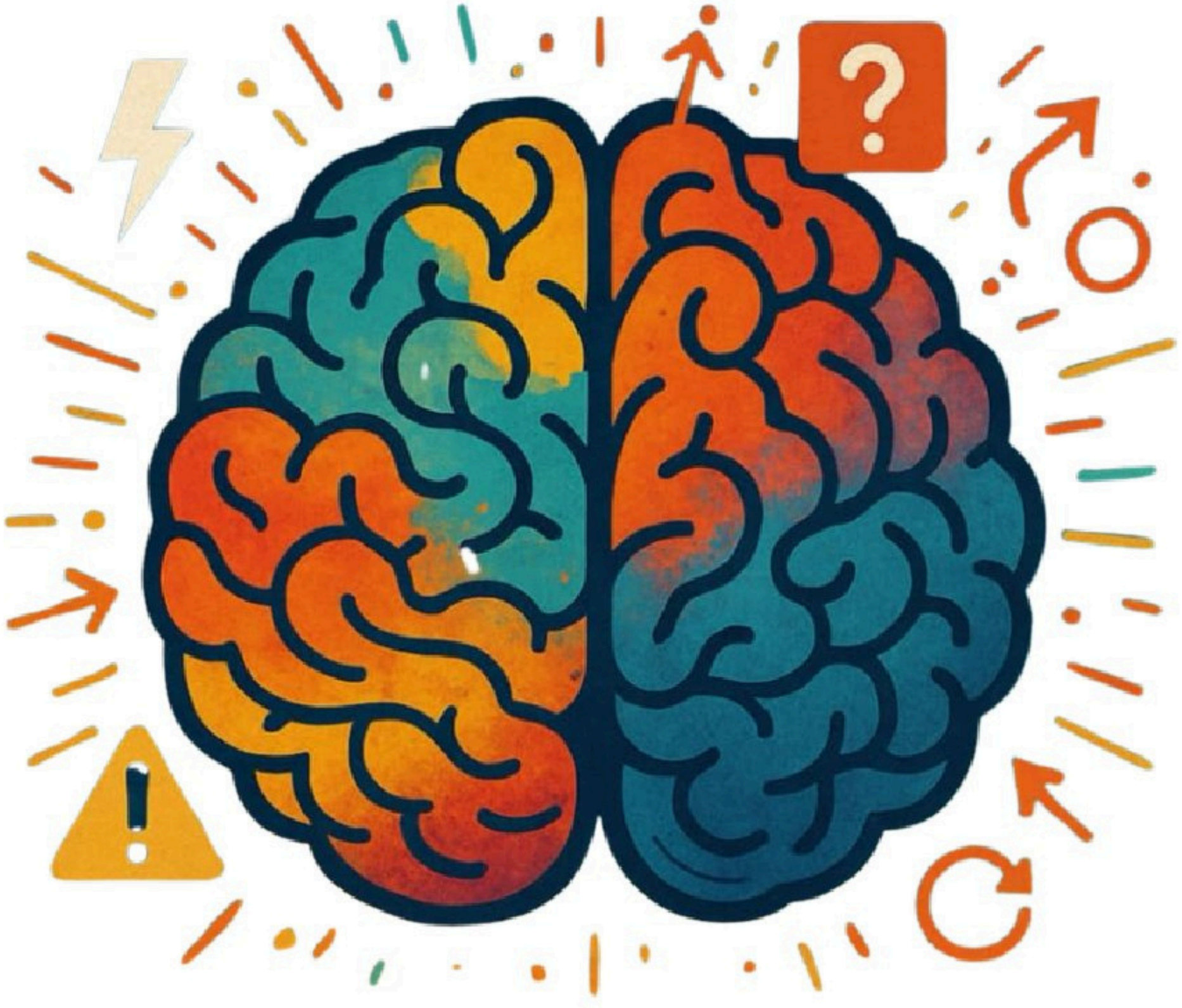
Ateliers pratiques Adulte

pour mieux m'organiser,
gérer mon temps,
ma motivation, mes émotions...



"Mieux vivre avec le TDAH Adulte"

Ouvert à tous, diagnostic TDAH non nécessaire

Pour en savoir plus:

@PSYCHOMOT_09400

Psychomot' du Cabinet de la Plaine

Contact et inscriptions: 07.66.10.98.26

cabinetdelaplaine09400@gmail.com

Animé par Coline MARTY Psychomotricienne D.E

PAYS DE TARASCON Communauté de communes — RÉPUBLIQUE FRANÇAISE Liberté Égalité Fraternité — ars Agence Régionale de Santé Occitanie — contrat local de Santé OCCITANIE SANTÉ

Action du CLSM
Conseil Local de Santé Mentale

Action du CLSM
Conseil Local de Santé Mentale

SOIRÉE DE SENSIBILISATION AU TDAH*

*Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité

À tous les âges

Informations • Échanges • Repérage



Le 1er décembre 2026 à 18h30

MJC de Tarascon sur Ariège

GRATUIT

Vous rencontrez des difficultés attentionnelles, vous êtes sans filtres, agissez de façon impulsive?
Vous avez un besoin important d'activité physique, une gestion émotionnelle complexe, des difficulté à vous organiser dans la vie quotidienne, vous êtes souvent en retard ?

Vous accompagnez un enfant ou un proche ayant un TDAH ?

Vous êtes intéressé par le sujet ?

Animé par Coline MARTY, Psychomotricienne D.E spécialisée dans le TDAH chez l'enfant et l'adulte

PAYS DE TARASCON Communauté de communes
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE Liberté Égalité Fraternité
ars Agence Régionale de Santé Occitanie
contrat local de Santé OCCITANIE SANTÉ
MAIRIE DE TARASCON ARIÈGE