



Clinique TDAH Laval Laurentides
3333 boul. du Souvenir, suite 203
Laval, Québec H71 1X1
Tél. 450-681-1100 Téléc. 450-681-6688
Courriel : info@tdahlavallautentides.ca
Site web : www.tdahlavallautentides.ca

Ressources TDAH enfants/adolescents

CLSC de votre région (programme Famille-Enfance-Jeunesse)

Commission scolaire affiliée à votre école

- Clinique Focus (onglet trucs utiles) : <http://www.attentiondeficit-info.com/>
- TDAH VIP (courts vidéos sur des facettes du TDAH) : <https://www.savoirmieuxetre.com/>
- Sites sur le TDAH : <http://comportement.net/tdah/>
<http://TDAHetvous.ca/> OU
<http://ADHDandyou.ca/> en anglais
- Société Canadienne de Pédiatrie : <http://www.cps.ca/fr/>
- Regroupement des Associations de parents PANDA du Québec : <http://www.associationpanda.qc.ca/>
- Institut des troubles d'apprentissage : <http://institutta.com/>
- Trousse d'information et d'intervention sur l'élève présentant un TDAH centrée sur les besoins des adolescentes et des adolescents et conçue pour soutenir le milieu scolaire du secondaire : http://www.cssamares.qc.ca/trousse_TDAH/?page=accueil
- Ordre des psychologues du Québec : <https://www.ordrepsy.qc.ca/>
- Site de la CADDRA : <http://www.caddra.ca/fr/>
- Crédit d'impôt si admissible : <http://www.adhdandyou.ca/fr/managing.html>

Livres

Titre : **Mon cerveau a besoin de lunettes**

Auteur : Annick Vincent

Éditeur : Les Éditions Québec-Livres



Titre : **Champion de la concentration**

Éditeur : Enfants Québec

Auteur : Nadeau, Kathleen G./ Dixon, Ellen



Titre exact : **L'enfant impulsif**

Auteur : Guy Falardeau

Éditeur : Homme



Titre : **La rage de vivre**

Auteur : Emmanuel Lauzon

Éditeur : De Mortagne



Titre : **Le Cousin hyperactif**

Auteur : Jean Gervais

Éditeur : Éditions du Boréal



Titre : **TDA/H la boîte à outils**

Auteur : Ariane Hébert

Éditeur : De Mortagne



Titre : **Ces parents à bout de souffle**

Auteur : Suzanne Lavigneur

Éditeur : Les Éditions Québec-Livres



Titre : **L'opposition**

Auteur : Benoît Hammarrenger

Éditeur : Midi Trente





Clinique TDAH Laval Laurentides
3333 boul. du Souvenir, suite 203
Laval, Québec H71 1X1
Tél. 450-681-1100 Téléc. 450-681-6688
Courriel : info@tdahlavall Laurentides.ca
Site web : www.tdahlavall Laurentides.ca

Thérapies non pharmacologiques :

Outils de gestion du temps Skoach®

Horloges visuelles: Time Timer™.

Fidget Spinner™ ou un Fidget Cube™



Montres qui vibrent: Time Timer™, Global Assistive

Tabouret qui bouge (permet le mouvement tout en restant assis)

Coussin de positionnement et ballon d'exercice (permet le mouvement tout en restant assis).



Animal lourd (amène une pesanteur et aide à rester en place plus longtemps).

Tangles (pour s'occuper les doigts).



Coquille insonorisante (permet de bloquer les sons environnants).



Jeu éducatif et amusant sur le TDAH (enfants 6-12)

http://www.beingmewithadhd.ca/index_FR.html

Pour faciliter l'accès à l'information sur le TDAH, la docteur Annick Vincent a élaboré avec CADDRA des fiches d'informations générales que les cliniciens peuvent remettre à leurs patients. Si vous désirez un document éducatif de quelques pages sur le TDAH, ne vous gênez pas pour le consulter et l'utiliser pour informer vos proches.

N'hésitez pas à consulter le site www.attentiondeficit-info.com pour plus d'informations et visiter la section des ressources pour y retrouver les coordonnées de plusieurs groupes d'entraide.