



## Calendrier des ateliers d'autonomie de L'Archipel de l'avenir – Hiver 2019

Numéro	Titre	Date-mercredi
<b>Atelier 1</b>	<b>Réflexion avec les parents</b>	20 février 2019 * Local : Poly 1
Atelier 2	Questions à se poser AVANT d'aller vivre en appartement seul	27 février 2019 Local : Poly 1
Atelier 3	S'organiser pour vivre seul en appartement	6 mars 2019 Local : Poly 1
Atelier 4	Utilisation de l'argent et comment faire son budget ?	13 mars 2019 Local : Poly 1
Atelier 5	Hygiène de vie et santé	20 mars 2019 Local : Poly 1
Atelier 6	Alimentation	27 mars 2019 Local : Poly 1
<b>Atelier 7</b>	<b>Bilan de mi-parcours avec les parents</b>	3 avril 2019* Local : Poly 1
Atelier 8	Identité et estime de soi : qui on est, comment on se sent avec soi-même et les autres	10 avril 2019 Local : Poly 1
Atelier 9	Gestion des émotions, du stress et de l'anxiété	17 avril 2019 Local : Poly 1
Atelier 10	Habiletés de communication et relations interpersonnelles	24 avril 2019 Local : Poly 1
Atelier 11	Communication et relations intimes	1 mai 2019 Local : Poly 1
Atelier 12	Communication et relations intimes	8 mai 2019 Local : Poly 1
Atelier 13	Informations liées au projet de devenir locataire	15 mai 2019 Local : Poly 1
Atelier 14	Révision, évaluation et planification du repas	22 mai 2019 Local : Poly 1
<b>Atelier 15</b>	<b>Bilan, remise des diplômes et repas</b>	29 mai 2019 ** <b>cuisine</b>

(\*): Les ateliers 1 et 7 s'adressent uniquement aux parents

(\*\*): L'atelier 15 sera dans la cuisine de Solidarité Ahuntsic et il s'adresse aux parents et aux participants