



## Calendrier des ateliers d'autonomie résidentielle SESSION Automne 2022

**Lieu : Centre communautaire Ahuntsic**  
10780, rue Laverdure, Salle Poly 1 (sous-sol)

	<b>THÈMES ABORDÉS</b>	<b>MERCREDI 18h30 à 20h30</b>
Atelier 1	<b>Réflexion avec les parents</b> Soutenir l'apprentissage de votre enfant	7 septembre 2022 *
Atelier 2	Questions à se poser AVANT d'aller vivre en appartement	14 septembre 2022
Atelier 3	S'organiser pour vivre seul en appartement	21 septembre 2022
Atelier 4	S'organiser pour vivre en appartement : suite	28 septembre 2022
Atelier 5	L'exécution des tâches ménagères	5 octobre 2022
Atelier 6	L'exécution des tâches ménagères : suite	12 octobre 2022
Atelier 7	<b>Bilan de mi-parcours avec les parents</b> et comment préparer mon enfant à la gestion de l'argent	19 octobre 2022 *
Atelier 8	L'importance de faire un budget. Comment faire son budget et payer ses comptes ?	26 octobre 2022
Atelier 9	Budget (suite). Et quoi faire en cas de perte ou de vol de ses cartes, l'assurance habitation, les impôts, etc.	2 novembre 2022
Atelier 10	Alimentation : connaître les notions de base et les règles de sécurité alimentaire.	9 novembre 2022
Atelier 11	Alimentation : planification d'un menu hebdomadaire et de son épicerie, etc.	16 novembre 2022
Atelier 12	Hygiène de vie et santé : soins de santé, suivi médical et rendez-vous, carte RAMQ, médication.	23 novembre 2022
Atelier 13	Comment traiter certains problèmes de santé, malaises et blessures. Les premiers soins.	30 novembre 2022
Atelier 14	Informations liées au projet de devenir locataire.	7 décembre 2022
Atelier 15	Les dangers d'Internet. Révision, bilan de la session et planification du buffet de l'atelier 16.	14 décembre 2022
Atelier 16	Bilan, remise des diplômes et repas potluck avec les participants et parents.	21 décembre 2022 ** <i>autre lieu à confirmer</i>

\*Les ateliers 1 et 7 s'adressent uniquement aux parents.

\*\*L'atelier 16 s'adresse aux parents et aux participants.