



Calendrier des ateliers d'autonomie résidentielle

SESSION Automne 2024

Lieu : Centre communautaire Ahuntsic

10780, rue Laverdure, Salle Poly 1 (sous-sol)

	THÈMES ABORDÉS	MERCREDI 18h30 à 20h30
Atelier 1	Réflexion avec les parents Soutenir l'apprentissage de votre enfant	11 septembre 2024 *
Atelier 2	Questions à se poser AVANT d'aller vivre en appartement	18 septembre 2024
Atelier 3	S'organiser pour vivre seul en appartement	25 septembre 2024
Atelier 4	S'organiser pour vivre en appartement : suite	2 octobre 2024
Atelier 5	L'exécution des tâches ménagères	9 octobre 2024
Atelier 6	L'exécution des tâches ménagères : suite	16 octobre 2024
Atelier 7	Bilan de mi-parcours avec les parents et comment préparer mon enfant à la gestion de l'argent	23 octobre 2024*
Atelier 8	L'importance de faire un budget. Comment faire son budget et payer ses comptes ?	30 octobre 2024
Atelier 9	Budget (suite). Et quoi faire en cas de perte ou de vol de ses cartes, l'assurance habitation, les impôts, etc.	6 novembre 2024
Atelier 10	Alimentation : connaître les notions de base et les règles de sécurité alimentaire.	13 novembre 2024
Atelier 11	Alimentation : planification d'un menu hebdomadaire et de son épicerie, etc.	20 novembre 2024
Atelier 12	Hygiène de vie et santé : soins de santé, suivi médical et rendez-vous, carte RAMQ, médication.	27 novembre 2024
Atelier 13	Comment traiter certains problèmes de santé, malaises et blessures. Les premiers soins.	4 décembre 2024
Atelier 14	Informations liées au projet de devenir locataire.	11 décembre 2024
Atelier 15	Les dangers d'Internet. Révision, bilan de la session, remise des diplômes et repas potluck avec les participants et parents.	18 décembre 2024**

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

**L'atelier 15 s'adresse aux parents et aux participants.