



Mieux vivre avec son TDA/H

Oser le changement !

Le coaching pour des personnes atteintes de TDAH (trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité) est un accompagnement personnalisé visant à aider les individus à mieux gérer les défis liés à ce trouble. Il s'agit généralement d'un travail axé sur l'amélioration de la gestion du temps, des priorités, de l'organisation et de l'attention, tout en prenant en compte les spécificités du TDAH. L'Approche positive et bienveillante soutient également la gestion des relations

Le coaching sous ses différentes formes

- Coaching Individuel pour adulte et adolescent
- Coaching parental pour enfants et adolescents
- Coaching familial
- Coaching de couple
- Coaching en entreprise

Format

- Atelier individuel de 2h30 à 3h
- En présentiel

Tarif privé

- 110 chf la séance d'une heure
- 500 chf le pack de 5 séances d'une heure

Tarif entreprise

- 150 chf la séance d'une heure
- Frais de déplacements en sus

Prise de rendez-vous

Barbara Kappeler

Thérapeute et coach TDA/H

+41 79 483 22 55

barbara@labanquiseverte.ch