

TABLEAU DES REUSSITES ET PROGRES

Pourquoi ces cartes sont essentielles ?

Les enfants TDAH/DYS ont besoin d'outils concrets pour apprendre à gérer leurs émotions et retrouver leur calme face au stress ou à la frustration. Ces cartes leur offrent des techniques variées pour s'apaiser et mieux réguler leurs émotions.

Comment utiliser ces cartes ?

Lorsque l'enfant ressent de l'agitation, du stress ou de la colère, il choisit une carte et applique la technique proposée.

