

**LA BULLE
DU
TDAH**



**PROJET ASSOCIATIF
2024 -2029**

LE TDAH chez L'ADULTE

ÉTAT DES LIEUX

Depuis ces dernières années, les avancées sur la recherche des troubles du TDAH (Troubles du Déficit d'Attention avec Hyperactivité) sont trop ponctuellement communiquées et portées à la connaissance du grand public.

- Rares programmes de débat en télévision
- Quelques vidéos YOUTUBE
- Conférences dirigées plutôt aux professionnels
- Quelques brefs documentaires à des heures tardives de la nuit, et stigmatisant souvent les personnes concernées et les traitements...
- Livres souvent uniquement accessibles par des sites sur internet
- Post de certains spécialistes sur LINKEDIN, qui malheureusement, n'atteint qu'un public averti et professionnel actif sur ce réseau social



ÉTAT DES LIEUX

Un effort considérable est fait par plusieurs associations bénévoles en France, qui dédient leur temps et énergie à partager ces informations, et ainsi venir en aide aux personnes avec TDAH, tant pour les enfants que les adultes.

Ces informations sont parfois difficiles à trouver, ce qui prolonge l'errance médicale, pouvant avoir de très graves répercussions dans leur vie.

Cela se révèle aussi insuffisant pour mobiliser réellement le grand public. Tout comme les professionnels, qui sont également peu nombreux à être spécialisés, pour le diagnostic et l'accompagnement.

Ceci ne permet pas l'avancée indispensable dans le diagnostic précoce, ni la reconnaissance et l'acceptation des personnes touchées par ce trouble.



ÉTAT DES LIEUX

Pour les adultes, non diagnostiqués, qui ressentent de plus en plus de difficultés avec l'âge, c'est un vrai défi d'obtenir des réponses, diagnostics etc...

Sans parler des troubles comorbides, qui se sont révélés dus aux souffrances affrontées durant des années, sans comprendre pourquoi ils ont tant de mal à gérer leur vie quotidienne.

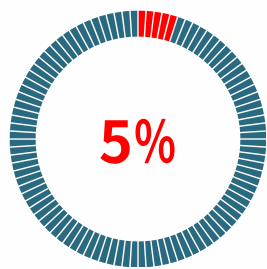
Ces adultes se révèlent de plus en plus nombreux chaque jour, grâce au grand travail d'information effectué par des associations et professionnels bienveillants et volontaires.

Il est temps aujourd'hui, de former un collectif avec tous les acteurs agissant pour cette cause, et enfin intégrer dans la culture de notre pays la reconnaissance et l'acceptation de ce trouble.

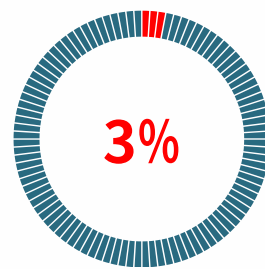


FONDEMENT

Le trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) est un trouble neurodéveloppemental qui touche environ :



des enfants



des adultes

Il se caractérise par des difficultés à se concentrer, à rester attentif, à contrôler ses impulsions et à moduler son niveau d'activité entre autres choses...

Le TDAH peut avoir un impact négatif sur la scolarité, la vie professionnelle, les relations sociales et familiales, ainsi que sur l'estime de soi et la santé mentale des personnes concernées.

C'est pourquoi il est important d'accéder facilement aux bonnes informations, de bénéficier d'un diagnostic précoce, différentiel, et d'un accompagnement personnalisé et adapté.



FONDEMENT

Mais comment trouver les bonnes ressources,
les bons interlocuteurs, les bons conseils
quand on est confronté au TDAH ?



C'est là, que **LA BULLE DU TDAH**
projette d'agir !

**En développant un réseau associatif et
professionnel autour du TDAH dans le but de :**

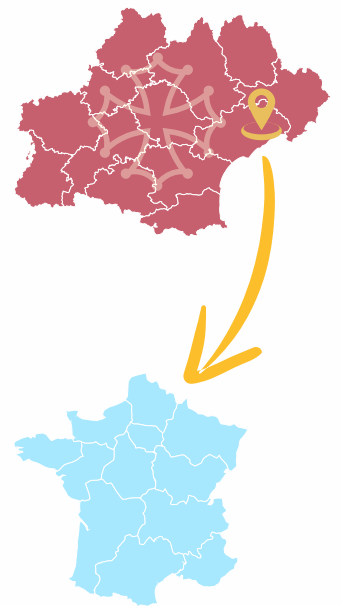
Faire avancer ensemble, des associations de bénévoles,
des professionnels, des personnes concernées et des
experts du domaine.

Construire dans l'esprit de former une communauté
bienveillante pour cette cause, qui affecte beaucoup
plus de personnes que l'on s'imagine, et qui parfois
sont totalement désemparées par ce qu'elles vivent
au quotidien.

NOTRE TERRITOIRE D'INTERVENTION

LA BULLE DU TDAH est née dans le département de l'Hérault, et plus concrètement à Montpellier, où nous serons plus en contact direct avec nos adhérents.

Elle aspire à développer également des synergies, à travers la région Occitanie, ainsi que sur le territoire national, avec des professionnels aguerris dans l'accompagnement des adultes avec TDAH.



Présente aussi sur les réseaux sociaux et son blog pour vous informer et rester proche de vous.

Ses partenariats et collaborations avec d'autres associations, des professionnels de santé, des médias, des institutions, permettront au plus grand nombre d'accéder à des informations et des services.



DES VALEURS PARTAGÉES

CHARTRE DE L'ASSOCIATION

La charte éthique de l'association exprime les principes fondamentaux que l'ensemble des bénévoles s'engage à respecter afin de garantir le sens, l'intégrité et la cohérence de notre action, dans le respect des lois et des libertés.

Elle est construite sur des valeurs communes qui nous guident dans la réalisation des missions et la volonté d'atteindre ses objectifs.

☺ **ACCEPTATION INCONDITIONNELLE**
ACCUEIL NON-JUGEMENT
MODESTIE TOLÉRANCE
ÉCHANGES BIENVEILLANTS COURTOISIE
SINCÉRITÉ SOUTIEN RESPECT
PARTAGE HONORABILITÉ ☺

L'acceptation de tous, peu importe son appartenance religieuse, ses capacités physiques ou psychologiques, sa classe sociale, son origine ethnique, son âge, son orientation sexuelle, son sexe ou son genre.

NOS OBJECTIFS

PARTAGE

Rendre accessible les informations et les avancées sur les connaissances du tdah

ÉCOUTE

Favoriser une écoute bienveillante pour les personnes avec ou sans diagnostic

CONSEIL

Accompagner les personnes touchées ainsi que leur famille et entourage

DÉVELOPPEMENT

S'affirmer avec l'ensemble des acteurs portant cette cause sur tout le territoire national

PARTAGE

NOS AMBITIONS

COURT TERME

La transmission d'informations sérieuses liés à l'actualité et aux avancées médicales sur le TDAH

La mise en œuvre d'une veille juridique, documentations spécialisées et réseaux de partenaires experts

La formation régulière de ses membres actifs qui animent les échanges

Mise en place de permanences informatives et rencontres

Groupes de parole, activités, rencontres de convivialité..

Inciter à la spécialisation des professionnels

MOYEN ET LONG TERME

Collaborer avec de nombreux experts professionnels, dont l'activité principale est dédié à l'accompagnement des personnes avec un TDAH, dans le domaine médical, juridique et social, ainsi que la formation.

Mettre en place des partenariats avec des spécialistes d'outils, matériels, livres et manuels, dirigés à l'amélioration du quotidien des personnes avec un TDAH et ses troubles comorbides.

Faciliter l'accès aux associations locales et professionnels spécialisés du TDAH, sur l'Hérault ainsi que sur tout le territoire national.

Que nos actions conjointes aient un impact pour faire évoluer la culture de notre pays face à cet handicap invisible qu'est le TDAH

ÉCOUTE

NOS AMBITIONS

COURT TERME

Groupes de parole permettant à la personne de s'exprimer librement en toute bienveillance

Permanences en visio-conférence pour un premier contact et/ou pour une facilité de gestion de son temps

Permanences d'informations sur sites ou chez un partenaire

Activités éducatives et ludiques pour se découvrir en apprenant ensemble

MOYEN ET LONG TERME

Rencontres conviviales et festives pour se détendre et s'amuser dans la bienveillance et le respect

Webinaires pour échanger dans la distance avec des professionnels, experts et des témoignages

Participation foires et salons pour se rencontrer et faire grandir ensemble notre cause, pour nous tous et notre société

Conférences et événements grand public pour suivre les avancements et rencontrer les experts

CONSEIL

NOS AMBITIONS

COURT TERME

Participer au repérage précoce grâce à l'apport de modules de psychoéducation ouvert au public

Faire comprendre le diagnostic complexe, qui nécessite l'intervention de professionnels spécialisés au TDAH

Accompagner les adultes par des informations précises pour une vraie prise en charge de tous leurs besoins

MOYEN ET LONG TERME

Aider à gérer les émotions après le diagnostic, pour soi-même et son entourage

Soutenir pour une réappropriation de sa vie, et apprendre à mieux gérer son quotidien

Faire connaître des solutions adaptées pour trouver les compensations qui conviennent à chacun

DÉVELOPEMENT

NOS AMBITIONS

COURT TERME

Fidéliser nos adhérents par notre veille informative et notre soutien bienveillant

Maintenir une approche humaine et pédagogique dans notre accompagnement et nos rencontres

Développer des partenariats et collaborations afin d'élargir les connaissances et la sensibilisation du grand public, pour une compréhension et un soutien aux personnes avec TDAH

Maintenir la qualité de nos services dans le temps

MOYEN ET LONG TERME

Accroître notre visibilité et ainsi faire grandir l'association et ses projets

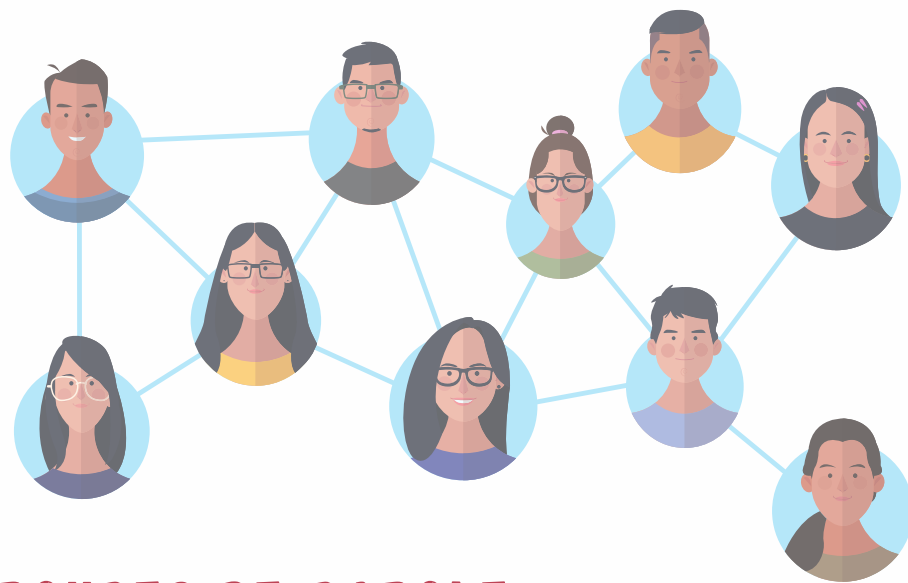
Conforter nos partenariats et collaborations, afin d'élargir nos actions de soutien et d'accompagnement

Développer nos interventions de sensibilisation dans des structures et par des événements grand public

Faire évoluer nos outils numériques dans l'objectif de diffuser des actions de psychoéducation et formation, tant aux particuliers qu'aux professionnels

LA COMMUNICATION

Pour créer des liens humains par des moyens direct et indirects



GROUPES DE PAROLE

ACTIVITÉS ÉDUCATIVES ET LUDIQUES

RENCONTRES CONVIVIALES ET FESTIVES

PERMANENCES SUR SITES SITE WEB

ATELIERS NUMÉRIQUES WEBINAIRES

VISIO-CONFÉRENCES POSCASTS BLOG

RÉSEAUX SOCIAUX GROUPE WHATSAPP

PARTICIPATION FOIRES ET SALONS

CONFÉRENCES BANDES DESSINÉES

CHAINE YOUTUBE



**LA BULLE
DU
TDAH**



*Vous remercie
et compte sur vous !*

