



## COMMUNIQUÉ

Pour publication immédiate  
Le 31 août 2011

### AU CANADA, 8 PARENTS SUR 10 AYANT DES ENFANTS AUX PRISES AVEC LE TDAH SONT STRESSÉS À L'APPROCHE DE LA RENTRÉE SCOLAIRE

*Un nouveau Guide pour la rentrée scolaire aide les parents  
à faire de cette année l'année la plus réussie pour leur enfant*

MONTREAL, QUEBEC, le 31 août 2011. – Au Canada, 81 % des parents canadiens d'enfants aux prises avec un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) admettent être stressés par la rentrée scolaire, selon un nouveau sondage mené par le Center for ADHD Awareness, Canada (CADDAC). En moyenne, un à trois enfants sont affectés par le TDAH dans chaque classe. Ce sont donc des milliers de familles canadiennes qui ont de la difficulté à reprendre la routine et à s'assurer que leur enfant est sur la bonne voie.

« Ces nouveaux résultats de sondage montrent clairement que la rentrée des classes est une période où les parents d'enfants atteints de TDAH peuvent être dépassés par les événements, explique Heidi Bernhardt, directrice nationale du CADDAC et mère de trois enfants aux prises avec un TDAH. Ces parents doivent simultanément planifier et organiser de nouvelles routines pour l'école, la maison et les traitements; sans compter les inquiétudes associées aux nouveaux professeurs, camarades de classe et programmes d'enseignement – des transitions particulièrement difficiles pour les enfants atteints de TDAH. »

#### ***Le stress après l'école : les activités parascolaires et les devoirs***

La grande majorité des parents sondés ont mentionné que l'un des aspects les plus stressants de la rentrée des classes est la gestion de la condition de leur enfant à la maison. En effet, plus de 70 % des parents s'inquiétaient quant à l'organisation de la routine du matin et de la soirée de leur enfant, et 89 % étaient stressés en pensant aux devoirs à faire après l'école et en soirée.

« La période des devoirs est toujours un défi pour les parents, selon Madame Marie-Michèle Lemaire, directrice de PANDA Mauricie/Centre-du-Québec et mère de quatre enfants, dont deux atteints du TDAH. L'inattention et l'impulsivité qui surviennent en soirée peuvent facilement faire dévier du but, c'est pourquoi les parents doivent mettre les bonnes stratégies en place – par exemple un horaire rigide et un traitement efficace – rend les soirées plus gérables et réduit les conflits. »

Les activités parascolaires constituent une partie importante du développement physique et social d'un enfant, mais elles peuvent rapidement devenir une source d'inquiétude si les symptômes du TDAH qui surviennent en soirée empêchent l'enfant d'y prendre part et augmentent les risques pour sa sécurité.

#### ***Le stress à l'école : la communication avec le nouveau professeur***

Un autre important facteur de stress pour les parents est de se demander si le nouveau professeur comprendra le TDAH de leur enfant. En effet, 84 % des répondants ont mentionné s'inquiéter à ce sujet.

« S'organiser et aider le professeur à se préparer est la meilleure façon de gérer ce stress, ajoute Heidi Bernhardt. Planifiez une rencontre et aidez cette personne à comprendre votre enfant et comment le TDAH l'affecte. Travaillez en collaboration avec lui ou elle afin de créer des stratégies de communication qui vous conviendront à tous les deux, et ajustez-vous au besoin. »

### **Le CADDAC publie un guide complet intitulé Guide pour la rentrée scolaire**

Dans le but de faciliter la transition, le CADDAC publie le premier guide canadien complet pour la rentrée des classes, un document conçu précisément pour les parents d'enfants aux prises avec le TDAH. Ce guide, qui vise à aider les parents à être en contrôle de la situation et à réduire leur niveau de stress, présente des stratégies pour reprendre la routine à l'école et à la maison, passer en revue les accommodements consentis par l'école, mettre les nouveaux enseignants au courant et évaluer les régimes de traitement avec un médecin.

« Savoir par où commencer est souvent la portion la plus difficile de la transition de la rentrée des classes. Bénéficier d'un guide complet rédigé par une source fiable, tel celui du CADDAC ou PANDA, peut sans conteste aider les parents à être organisés et moins stressés, explique Dr Annick Vincent, médecin psychiatre spécialiste du TDAH. Le traitement du TDAH repose sur une combinaison d'éducation de la famille et de l'enfant, d'accommodements consentis par l'école et de traitements, au besoin. C'est pourquoi être capable de poser les bonnes questions et de réfléchir aux éléments pertinents peut faire une énorme différence dans le choix du régime de traitement pour un enfant. »

Tous les enfants souffrant de TDAH sont différents et requièrent un plan de traitement adapté. Il est donc crucial de revoir fréquemment le traitement avec un médecin pour assurer une bonne gestion des symptômes du TDAH. Discutez de ce qui fonctionne bien ou qui ne répond pas à vos attentes pendant la journée et la soirée, lors de la période des devoirs et des activités parascolaires. De nouvelles options de traitement pouvant aider à la gestion continue des symptômes de votre enfant pourraient être offertes.

Pour obtenir le guide complet des conseils et stratégies, ou pour de plus amples renseignements sur le TDAH, son diagnostic et les options de traitement, veuillez visiter le [www.associationpanda.qc.ca](http://www.associationpanda.qc.ca) ou [www.caddac.ca](http://www.caddac.ca).

### **À propos du TDAH**

Le TDAH est un trouble neurologique héréditaire qui entraîne principalement des difficultés à réguler l'attention et qui a un impact sur presque tous les aspects de la vie quotidienne, y compris l'apprentissage, les capacités d'organisation et la gestion du temps. Les estimations les plus conservatrices indiquent que le TDAH touche plus d'un million de personnes au Canada, en moyenne un à trois enfants dans chaque classe et au moins un employé dans chaque petite entreprise. Les TDAH non reconnus et non traités entraînent des coûts exorbitants pour les systèmes social et économique. Il existe d'excellents traitements multimodaux pour gérer les symptômes du TDAH.

### **À propos de PANDA**

Au Québec, PANDA a récemment lancé une pétition demandant au gouvernement du Québec, et plus particulièrement au ministre de l'Éducation et au ministre de la Santé et des Services sociaux, d'accorder aux personnes atteintes du TDAH et à leur famille les ressources, les services et l'accès aux traitements dont ils ont besoin. Si vous désirez signer la pétition prière de rejoindre PANDA pour plus d'informations au 1-888-513-9334 ou au [www.pandacentreduquebec.com](http://www.pandacentreduquebec.com).

L'Association PANDA est un organisme à but non lucratif dont les membres sont des parents d'enfants atteints du trouble du déficit d'attention, avec ou sans hyperactivité (TDAH). Les adultes eux-mêmes atteints du TDAH sont aussi invités à devenir membres, de même que toute personne qui désire travailler à l'amélioration des conditions de vie et au mieux-être des gens préoccupés par la problématique du TDAH.

### **À propos du CADDAC**

Le Center for ADHD Awareness, Canada (CADDAC) est un organisme national sans but lucratif qui agit à titre de leader en matière d'éducation et de sensibilisation auprès des organisations en lien avec le TDAH et des personnes aux prises avec ce trouble au Canada. Le mandat du CADDAC est d'assumer le rôle de leader national et d'assurer le lien entre l'ensemble des organisations, des professionnels, des patients, des personnes qui prodiguent des soins et des autres intervenants touchés par les enjeux propres au TDAH, puis de soutenir ces personnes par de l'éducation et de la sensibilisation.

### **À propos de l'enquête**

Du 28 juin au 5 août 2011, un sondage en ligne a été mené auprès de 140 répondants Canadiens qui sont parents d'enfants souffrant d'un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH). Le sondage a été mené avec Fieldwork par Angus Reid National Panels.

– 30 –

Pour plus d'information ou pour organiser une entrevue avec un parent d'un enfant atteint de TDAH ou un expert sur le TDAH, veuillez contacter Emmanuelle Vatel, HKDP, (514) 395 0375 poste 234, [evatel@hkdp.qc.ca](mailto:evatel@hkdp.qc.ca).