

ADHD og hva' så?

– Oplæg om at være voksen med AD(H)D,
og hvordan man som pårørende støtter op



Forår 2020

Nørre Allé 31



ADHD og hva´så?

At være voksen med en ADHD-diagnose kan give store udfordringer i hverdagen. Når man taler med mennesker, der har fået stillet en ADD/ADHD-diagnose vil man meget ofte høre dem sige: "Jeg har altid følt mig anderledes", og det er ofte i denne "anderledeshed" man kan finde roden til de vanskeligheder den enkelte oplever i hverdagen.

Oplægget vil være i to dele.

I første del får du viden om ADD/ADHD og indsigt i hvordan det opleves at leve med ADHD.

I anden del vil der være fokus på, hvad der kan være på spil i relationen mellem den voksne med ADHD og pårørende og på hvordan man bedst støtter op. Vi kikker også på kommunikation og samarbejde om hverdagens udfordringer.

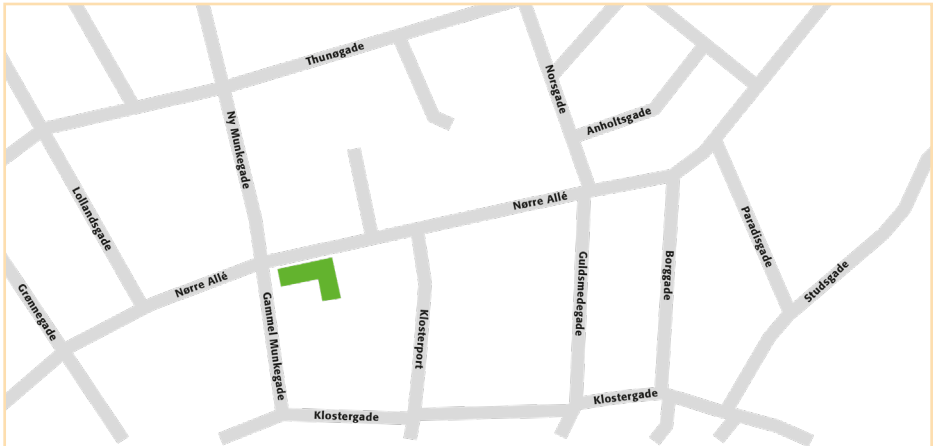
Oplægget er derfor for dig, der har en ADD/ADHD-diagnose, er pårørende til en voksen med ADD/ADHD-diagnose, arbejder med unge eller voksne med ADD/ADHD eller bare er interesseret i at høre om ADD/ADHD.

Kurset indeholder også en kort introduktion til samarbejdsredskabet Kaptajn i eget liv

Der åbnes for tilmelding ca. 1 måned før kursus start, men du kan allerede nu gå ind på adhdaarhus.dk og lave en påmindelse, så du får besked, når det er muligt at tilmelde sig.

Gratis adgang

Sådan finder du os:



Tid: Torsdag d. 27. februar kl 17-19.30. **ELLER**
Torsdag d. 28. maj kl 17-19.30.

Tilmelding: Online på adhaarhus.dk/tilmelding

Sted: Nørre Allé 31

Pladser: 40



Kurserne gennemføres i samarbejde med Recoveryskolen-Aarhus

Afdeling Rehabilitering tilbyder en række kurser til voksne med ADHD, samt andre interesserede.

Se detaljerede beskrivelser af de enkelte kurser på

hjemmesiden:

adhdaarhus.dk

