

Logo



Konceptbeskrivelse

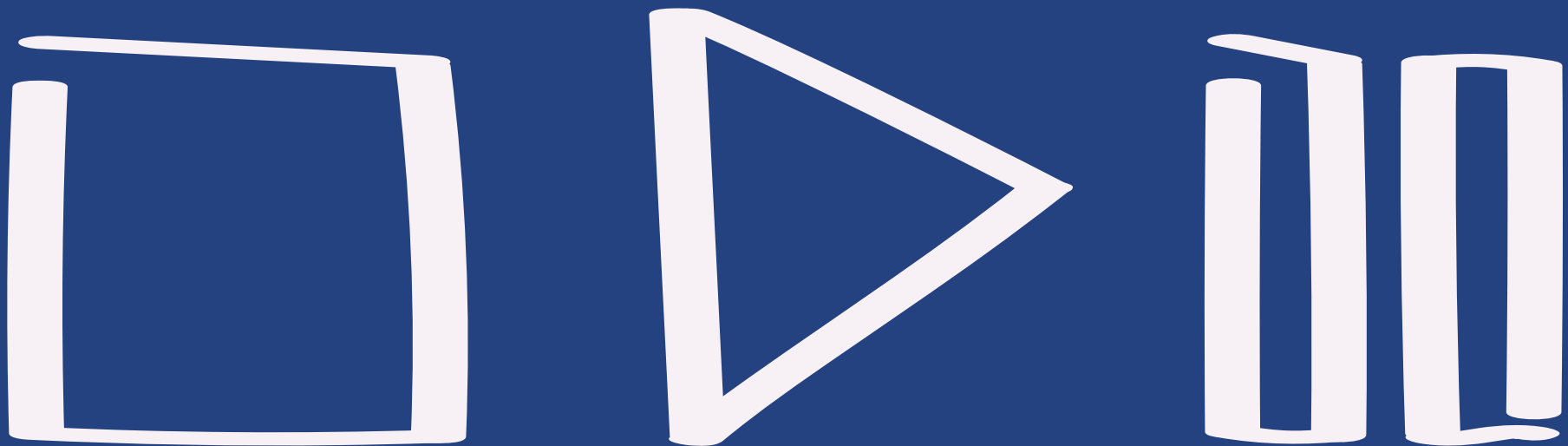
ADHD-Foreningen

Folk med ADHD og ADD tænker skævt, derfor skal den visuelle identitet tale samme sprog.

Vi giver derfor hele identiteten 10° hældning, for at styrke idéen om at dem der tænker skævt er dem der tør! Det skal ikke være tabu, men ses som en styrke!

Det er derfor vi siger:
“Det er en styrke mere end en diagnose, at tænke skævt”.

Ikoner



Farver



#254280



#F7F0F4





Forældre til teenagere med ADHD/ADD

Målgruppe

Kurset er for forældre til teenagere med ADHD/ADD.

Baggrund

Det kan være en udfordring at have en teenager i hjemmet, og at have en teenager med ADHD/ADD gør ikke tingene nemmere. I teenageperioden sker der rigtig meget hos den unge: kroppen ændrer sig, hjernen ændrer sig og interesserne ændrer sig – alt imens den unge forsøger at skabe sig en identitet i verden. Teenagere med ADHD er generelt mere umodne end deres jævnaldrende kammerater, og dette kan medføre en række problematikker idet den unge udsættes for krav og forventninger, som han eller hun ikke er moden nok til at opfylde. Derfor er det vigtigt, at du forstår din teenagers livssituation og støtter på bedst mulig vis i denne livsomvæltende periode.

Hvad får vi med hjem?

- Du får tilsendt oplægget på mail
- Du får tilsendt link til tre af ADHD-foreningens udgivelser i PDF-format
- Styr dit eget skib: en guide til børn og unge fyldt med idéer til det gode, det svære og det sjove.
- Ung med ADHD: to historier om unge med ADHD
- 25 strategier: en mestringsguide til hverdagen med ADHD/ADD.

Søg støtte

Det kan være en mulighed at søge din kommune om støtte til deltagelse på forløbet. Du kan se vejledning til dette her: <https://adhd.dk/livet-med-adhd/soeg-stoette-til-kursus-eller-workshop/>



Brug for ro?



Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In ac tempus metus. Curabitur non est in augue fringilla efficitur. Etiam sodales neque molestie massa faucibus, in vestibulum magna laoreet. Donec placerat tempus tortor id consequat.





o

Studietips

Når du har ADHD eller ADD bliver du lettere forstyrret, fordi du er mere sensitiv overfor lyde, lys, lugte eller andre sanseindtryk – og du har sværere ved at sortere dem fra. Det kan være svært at bevare fokus i undervisningen, fordi der er så meget, der kan forstyrre. De andre studerende i lokalet, deres snak og bevægelser, lyde fra gangen eller udefra, ting på væggene etc. For at gøre det lettere at bevare koncentrationen på læreren og undervisningen, skal du finde den bedste plads for dig i lokalet. Det kan være, at du skal sætte dig længst fremme og midtfor i undervisningslokalet, så er du tættere på læreren og kan ikke se de andre studerende. Det kan også være, du synes, at det er ubehageligt at sidde med ryggen til alle andre. Så vælg hellere en plads, hvor du kan se, hvad der foregår, da det ellers vil stjæle din energi og dit fokus.



Forstå ADHD

Råd og støtte

Fagfolk

Støt os

Mestringsbank

Kurser og events

Om os

ADHD

Foreningen

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In ac tempus metus. Curabitur non est in augue fringilla efficitur. Etiam sodales neque molestie massa faucibus, in vestibulum magna laoreet. Donec placerat tempus tortor id consequat.

Donec iaculis arcu nibh, sed euismod ipsum convallis a. Curabitur non congue turpis. Ut vitae velit eget arcu scelerisque eleifend. Etiam vel sem venenatis, blandit turpis quis, commodo ligula. Curabitur elementum mauris nibh, id aliquam augue conse.

ADHD

Foreningen

Forstå ADHD

Råd og støtte

Fagfolk

Støt os

Mestringsbank

Kurser og events

Om os

Privacy policy

Cookies

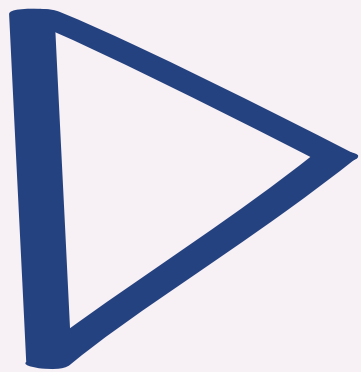
SoMe Grid



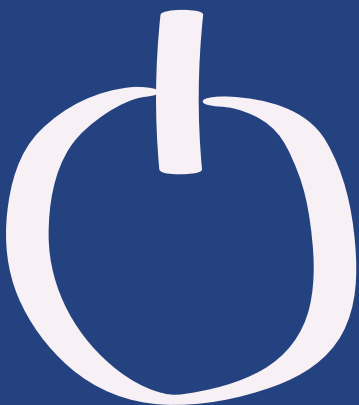
ADHD
Foreningen



Brug
for en
pause?



Aktivér
super-
kraft



Husk at
sig stop



A
D
D
H
&
A
D
D
H

Kalender



Sovebriller



T-shirts