

HER ER **INGEN** 40-ÅRS **KRISE**

For der er mange
styrker ved at blive ældre.
Vi kan høste fra de frø,
vi allerede har sået.
Og lægge planer for,
hvad der skal gro videre.
Sammen med jer.

MÅLSÆTNINGSPROGRAM 2022 – 2024

Hvis bare jeg havde vidst at.....

ADHD-foreningen

JEG KENDER MEST TIL LIVET MED ADHD/ADD

Ingen i Danmark ved mere om mennesker med ADHD end mig. Jeg er helt tæt på, og har dyb indsigt i livet med ADHD. Det giver mig en usædvanlig rækkevidde på mere end en million mennesker i Danmark. Det er min berettigelse.

HVEM ER JEG?

Stærkt formål, flad struktur og høj medbestemmelse. Det er mig, ADHD-foreningen. Sådan har det været i 40 år. Det er kun muligt, fordi jeg har 200 frivillige ildsjæle og 6.200 medlemmer. Og fordi jeg har vores politiske, faglige og økonomiske støtter i samfundet.

HVORFOR MIG?

Når rammerne er der, rykker mennesker med ADHD. Ofte mere end de selv og andre troede muligt. Derfor har jeg dedikeret mit arbejde til at ruste dem. Så det er dem og ikke diagnosen, der styrer deres valg i livet. Lad os sammen gøre ADHD til håb og handlekraft. Fra mennesker med ADHD til deres pårørende. Over professionelle og politikere. Til foreningens frivillige og ansatte.

HVAD VIL JEG?

Jeg vil gøre ADHD og ADD til håb og handlekraft. Det kalder jeg for ADHD+. Jeg vil udnytte min indsigt og rækkevidde til at skabe stærke rammer for mennesker med ADHD+.

HVORDAN ARBEJDER

JEG? Det er nødvendigt at engagere vidt og bredt, når mennesker med ADHD skal lykkes. Derfor arbejder jeg helhjertet og helhedsorienteret. Mit fundament kombinerer hverdagslivet med ADHD og evidensbaseret viden om ADHD.

HVAD TILBYDER JEG?

Mit unikke netværk, rådgivning og redskaber gør en forskel i hverdagen for dem, der har ADHD og deres pårørende. Professionelle har udbytte af mine konferencer, undervisning og guidelines. Politikere bliver støttet i at fremme ressourcer til ADHD og lave lovgivning, der tager højde for mennesker med ADHD. Jeg deltager i udvikling og forskning, og formidler ADHD nuanceret og positivt. .

Vi er ADHD-foreningen

Og her er plads til alle

MÅLSÆTNINGER:

- Vi værner om den gode tone
- Vi er motiveret af det gode fællesskab
- Vi er hellere stille end råbende
- Vi er vedholdende og vores styrke er vores fælles hukommelse
- Vi giver aldrig op
- Vi er på finansloven 2023 – for ADHD/ADD er prioriteret

Vi er **OPMÆRKSOMME** på det hele. Ser og hører alt. Samtidig har vi evnen til at fokusere intenst og længe på det vigtige. Vi kan mange ting på en gang - *og vi gør det.*

OPMÆRKSOMHED:

Det at have sine sanser eller sin opfattelsesevne rettet mod én bestemt ting

Vores **HYPERAKTIVITET** er en drivkraft og gør, at vi er på pletten. Vi er passionerede og har en sjælden set energi – *og vi bruger den.*

HYPERAKTIVITET:

Uhyre eller overdrevent
aktiv og energisk

Vores **IMPULSIVITET** gør os i stand til at handle hurtigt og sætte ny retning, når behovet er der. Vi har en indre trang til at reagere og skabe nyt – *og vi gør det konstant*

IMPULSIVITET:

Pludselig, ofte uovervejet indre tilskyndelse eller trang til at handle på en bestemt måde. Idé eller inspiration, der sætter en bestemt (fornyende) udvikling eller proces i gang

Vi ved mest om ADHD/ADD

MÅLSÆTNINGER:

- Vi er den danske vidensportal for ADHD/ADD
- Vi driver det danske rådgivningscenter for ADHD/ADD

DERFOR:

- www.adhd.dk i 2022 - vi ved mest
- Vi driver medfortællinger – så I forstår os

Vi ses mest

Vi er til stede og synlige

MÅLSÆTNINGER:

- Når politik berører mennesker med ADHD/ADD – så er vi med
- Vi er meningsdannere med et stærk omdømme

DERFOR:

- Skaber vi stærk grafisk profil 2022 – så alle genkender os
- Driver vi en stærk SoMe platform – flest skal kunne være med
- Vi svarer på tiltale – hver gang

Vi gør mest for ADHD/ADD

Og det er svært at komme uden om os

MÅLSÆTNINGER:

- Vores frivillige driver de nære aktiviteter i hele Danmark
- Vi udvikler og afprøver indsatser og sætter retningen
- Det er svært at komme uden om os – også i den offentlige debat

DERFOR:

- Er der indsatser og netværk hos os
- Derfor er vi aktive debattører
- Derfor er vi politisk aktive

ADHD er allestedsnærværende

Men vi retter blikket denne vej lige nu

MÅLSÆTNINGER:

- Vi fortæller om, hvad ADHD/ADD også er
- ADHD/ADD findes og vi vil ikke acceptere tvivlen
- Forskelsbehandling og stigma er noget, vi ikke lader stå uden indblanding
- Tidlig opsporing og indsatser har vi ventet for længe på og vi kræver handling
- Ventetider til udredning og behandling skal forkortes
- Inklusion i skole, på uddannelse og arbejdsmarkedet er en selvfølge

Mestring af livet med ADHD/ADD er vores kald

**HVIS BARE JEG
HAVDE VIDST AT.....**

Konsekvenser

- Kun 37% af elever med ADHD bestod 9. klasses afgangseksamen i 2017/2018
- Mennesker med ADHD får i gennemsnit 2-3 års kortere uddannelse
- 67 % af de unge/voksne med ADHD er uden beskæftigelse
- Mennesker med ADHD har sværere ved at holde fast i et job og oplever oftere end andre at blive fyret
- Mennesker med ADHD tjener i gennemsnit 114.000 kr. mindre om året, har 4.000 kr. mindre netto til sig selv om måneden, og bruger 5 gange så meget på medicin som sammenlignelige grupper
- 47 % af de unge/voksne med ADHD er straffet for en kriminel handling, og 3/4 af de dømte har begået alvorlige forbrydelser som fx tyveri og vold
- Cirka 30 pct. af de unge/voksne med ADHD har modtaget kontanthjælp i 1½ år eller mere, i perioden 2014-2016

ADHD-foreningen

- Vi er 40 år gammel
- Vi har 13 aktive lokalafdelinger
- Vi har 17 dedikerede ansatte på sekretariatet
- Vi har 200 motiverede frivillige
- Vi har 6.200 medlemmer
- Vi har ca. 3000 samtaler i rådgivningen
- Vi udvikler, afprøver og udbyder indsatser
- Vi tilbyder uddannelse
- Vi stiller os i spidsen som fortalere for ADHD
- www.adhd.dk + SoMe

At ruste mennesker med
ADHD, så det er dem og ikke
diagnosen, der styrer deres
valg i livet