

PROGRAM

FAMILIELIV MED ADHD

D. 18-19. MARTS 2023

Danhostel Ishøj Strand, Ishøj Strandvej 13, 2635 Ishøj, www.ishojstrand.dk



LØRDAG

Kl. 08.00-10.00	Ankomst og morgenmad
Kl. 10.00-11.00	Velkommen og introduktion til kurset Voksne: Positiv opmærksomhed og samarbejdsøvelse Børn: Kommunikation og relationsdannelse gennem leg
Kl. 11.00-12.00	Voksne: Viden om ADHD/ADD Børn: Relationsdannelse fortsættes
Kl. 12.00-13.00	Frokostpause
Kl. 13.00-14.00	Voksne: Mere om ADHD/ADD - positiv kommunikation Børn: Rummelighed og forståelse
Kl. 14.00-15.00	Voksne: Konflikter og konflikthåndtering - gode idéer til hverdagen Børn: Konflikthåndtering
Kl. 15.00-15.30	Kaffe og saft
Kl. 15.30-16.30	Voksne: Gruppearbejde Børn: Samtalegrupper for hhv. børn med ADHD/ADD og søskende
Kl. 16.30-17.00	Voksne: Opsamling på dagen Børn: Samarbejdsøvelser
Kl. 17.00-18.00	Pause - evt. hvile, gåtur eller andet
Kl. 18.00-19.00	Fælles aftensmad
Kl. 19.15-20.30	Voksne: Erfaringsudveksling, sparring og netværk Børn: Aftenaktiviteter, socialt samvær
Kl. 20.30	Dagens program er slut, og vi ses i morgen

Vi gør opmærksom på, at der ud over de programlagte pauser kan blive indlagt pauser efter behov.

PROGRAM

FAMILIELIV MED ADHD

D. 18.-19. MARTS 2023

Danhostel Ishøj Strand, Ishøj Strandvej 13, 2635 Ishøj, www.ishojstrand.dk



SØNDAG

Kl. 07.30-09.00	Morgenmad
Kl. 09.00-09.45	Voksne: Far til Far og Mor til Mor Børn: Bevægelse og samarbejde
Kl. 09.45-10.00	Pause
Kl. 10.00-11.45	Voksne: Konfliktforebyggelse og samarbejde i familien Børn: Konfliktforebyggende øvelser
Kl. 11.45-12.30	Frokostpause
Kl. 12.30-14.00	Familien sætter mål - samarbejdsøvelser
Kl. 14.00-14.30	Kaffe, saft og evaluering
Kl. 14.30	Tak for denne gang og kom godt hjem

Vi gør opmærksom på, at der ud over de programlagte pauser kan blive indlagt pauser efter behov.