

Årets Unge camp 2021



AF PERNILLE SANBERG LJUNGDAHL
PROJEKTLEDER I ADHD-FORENINGEN (UNGEOMRÅDET)

Dette års Unge Camp foregik på Vejen Idrætscenter, hvor der var masser af muligheder for aktiviteter. Nye deltagere, såvel som gengangere fra tidligere år, havde glædet sig til at tilbringe tre dage sammen, hvor fokus var på fællesskab, fysiske aktiviteter, mestring og selvfølgelig noget om ADHD/ADD.

Workshops

Årets workshops handlede om "det at mestre". Oplæggene blev afholdt af Tine Hedegaard fra ADHD-foreningen, men også deltageres egne erfaringer og strategier fik meget plads.

Aktiviteter

Der var masser af aktiviteter på programmet faciliteret af frivillige og ansatte på Vejen Idrætscenter. Der blev spillet "Bowls", som mest af alt handler om at kaste en bold og vælte nogle kegler i den anden ende.

Der var teambuilding, hvor alles konkurrencegen kom tydeligt frem, blandt andet ved at løse gåder, samle ting (uden at kigge) og bygge det højeste mulige tårn af træ.

En af favoritterne

En af favoritterne var weekendens sidste aktivitet; Karate. Her var der dyb koncentration omkring øvelserne og teknikkerne. Underviseren fortalte deltagerne, at han også havde ADHD og havde fundet mange metoder til at mestre sin hverdag og sit liv via karate.

Foruden de programsatte aktiviteter var der mulighed for springhal, svømmehal, badminton og spillerum med pool og bordtennis.

Endnu en gang gik weekenden stærkt, og vi glæder os allerede til næste år, hvor vi skal møde nye som tidligere deltagere til nye aktiviteter, flere venskaber og endnu mere fællesskab. Vi ses i 2022! . ♦

Tak til sponsorer for støtten til årets UngeCamp. I er med til at gøre en stor forskel!

Danske Banks Fond
Gerda og Lars Christensens Familiefond
Hoffmann og Husmans Fond
K. Juby Smiths Legat
Fritidsagenten A/S

