



Unge Camp 2023



AF SOFIE ASTRID BØJDEN OLSSON,
PROJEKTLEDER I ADHD-FORENINGEN

Vi var 24 unge, to frivillige og to konsulenter fra ADHD-foreningen, som var klar til en weekend med masser af aktiviteter, fællesskab og hygge. Deltagerne ankom til Spejdercenteret fredag aften, og efter aftensmad blev der tændt op i bålet, og til lidt dæmpet guitarspil kunne man i summen fra samtalerne høre, at deltagerne allerede var i gang med at lære hinanden at kende.

En af campens aktiviteter var oplæg om ADHD/ADD, og efterfølgende skulle deltagerne lave deres ADHD/ADD-profil, hvor de med kreative metoder skulle sætte ord, tegning og farve på deres styrker og vanskeligheder. Det lagde op til mange gode snakke om diagnosen og hvilken betydning, den har for den enkelte. Deltagerne havde mulighed for at dele både det gode og det svære ved livet med ADHD/ADD. Det var både inspirerende og fascinerende at betragte den måde, hvorpå de unge med det samme fandt ind i et fællesskab og var åbne, lyttende og forstående over for hinandens livshistorier og oplevelser. Mit håb er, at de unge videre i deres liv vil møde den samme åbenhed,

Dette års Unge Camp blev afholdt på Spejdercenteret Houens Odde i det skønne område omkring Kolding Fjord. Vejret viste sig fra den formidable sensommerlige side, så vi havde både sol og regn.

lydhørhed og forståelse, når de åbner op og fortæller om deres liv med ADHD/ADD.

Fællesskabet

Lørdag eftermiddag stod i fællesskabets tegn. Her skulle deltagerne udfordre deres samarbejdsevner, og de gik modigt til opgaverne som bl.a. var, i fællesskab, at transportere en bold igennem en masse rør til et mål, og en anden aktivitet var at stable et tårn kun ved brug af snore og samarbejde. Deltagerne fik også udfordret deres balance og præcision igennem bueskydning. Efter en hæslblæsende eftermiddag fik deltagerne mulighed for at slappe lidt af, og der blev plads til en spontan badetur. Men her var dagen ikke slut, for aftenens sidste udfordring var mad på bål. Ved hjælp af samarbejde og god kommunikation fik deltagerne produceret et ekstravagant aftensmåltid bestående af forret, hovedret og dessert – det hele lavet på bål!

Lørdag aften holdt de frivillige, Christian og Jesper, et oplæg om deres liv med ADHD og hvordan de har arbejdet med at lære deres liv med ADHD at kende. Spørgsmål og emner som



oplægget afledte, førte til gode samtaler til langt ud på aftenen. Søndag formiddag handlede om udredning og behandling af ADHD/ADD flankeret af sygeplejerske og frivillig i ADHD-foreningen Annette. Der blev lyttet interesseret, og deltagerne fik mulighed for at stille spørgsmål og tale om deres udrednings- og behandlingsforløb.

Tiden går hurtigt, når man har det godt, og pludselig var weekenden nået til vejs ende. Vi sagde farvel og alle kørte ud i sensommeren – trætte, men tanket op på glæde og nye venskaber. En stor tak til Annette, Jesper og Christian for at berige Ungecampen med jeres viden og erfaringer.

Vi glæder os allerede til Unge Camp 2024! ■



Tak til fonde og sponsorer for støtten til ADHD-foreningens Camp for unge i 2023. Uden jer var dette ikke muligt.

Lrs. Eduard Troelstrup og Hustru Else Troelstrups Fond
Knud Højgaards Fond
K. Juby Smiths Legat
Hoffman og Husmans Fond
Fritidsagenten A/S

