

Program til Frivilligdagen d. 4. maj 2024

Tidspunkt	Beskrivelse
9.00-10.00	Ankomst og mulighed for morgenmad
10.00-10.15	Velkommen på frivilligdag
10.15-11.30	<p>Hvad arbejder vi for i ADHD-foreningen?</p> <p><u>Vores formand Trish Nymark og direktør Camilla Louise Ganzhorn</u> – retter blikket mod foreningens arbejde og sætter fokus på foreningens mål og retning.</p> <p>Vi drøfter vigtigheden af nære aktiviteter, lokale fællesskaber og drøfter vores frivillige engagement.</p>
11.30-12.30	Frokost
12.30-13.30	<p>Hvorfor er mennesker med ADHD mere utrygge og hvad betyder det?</p> <p><u>Pernille Darling, speciallæge i børne- og ungdomspsykiatri</u> – Diskuterer hvordan vi skal forstå stigningen i antal stillede diagnoser, selvom der ikke er grund til at tro, at flere børn kommer til verden med en udviklingsforstyrrelse.</p>
13.30-14.00	Pause
14.00-16.00	<p>Rummelighed og mestringsstrategier</p> <p>ADD og ADHD i samarbejde og kommunikation</p> <p><u>Tine Hedegaard, fagchef og programleder i ADHD-foreningen</u> – vil gennem undervisning og workshops stille skarpt på rummelighed mestringsstrategier, når man er frivillig i ADHD-foreningen</p>
16.00-16.30	Pause
16.30-18.00	<p>ADHD – handicap og superkraft - hvordan holder vi balancen i en konstruktiv samtale om ADHD?</p> <p>Livejournalistisk samtale og debat om, hvordan vi identificerer byggestenene til et ADHD-venligt samfund. Mød tre kvinder, der har fået stillet diagnosen sent i livet og fra hvert deres fag kæmper for, at vi får skabt et nyt syn på ADHD.</p> <p><u>Katharina Oravsky Sandström</u> – der i sit arbejde som læge har været med til at udrede mennesker med ADHD.</p> <p><u>Fie Vesterled</u> – selvstændig konsulent med fokus på diversitet og inklusion i arbejde og uddannelse og medlem af Ingeniørforeningens advisoryboard for neurodivergens og journalist</p> <p><u>Charlotte Branner</u> – der har uddannet sig til ADHD-coach for at hjælpe mennesker med at skabe mestringsstrategier, der passer til dem.</p>
18.00-19.00	Pause og gør dig klar til middag
19.00	Middag og socialt samvær

