

Nyhedsbrev UNG+ November

Kære UNG+ følger

Det er længe siden at i har hørt fra os på nyhedsmailen, men jeg håber, at i alle har det godt på trods af den nuværende situation i Danmark med Covid-19.

Det er vigtigt vi passer godt på hinanden og os selv i denne tid.

I ADHD-foreningen arbejder vi for at kunne tilbyde jer aktiviteter på trods af de udfordringer Covid-19 bringer - og derfor bliver mange af dem online. Tjek oversigten over nye aktiviteter sidst i nyhedsbrevet.

Jeg håber, at i har fuldt med i vores SoME-univers.

På vores Instagram side **ADHD_UNG_plus** har vi haft en masse take-overs fra seje frivillige som deler deres hverdag med os andre. Vi håber, at i synes, at det er fedt at "møde" andre online.

Vi søger altid nye frivillige til take-overs. Læs mere under UNG+ Instagrammer overskriften.

Derudover har vi også en facebook side **ADHD UNG+**, samt en gruppe med samme navn, hvor du kan møde andre med ADHD/ADD.

Jeg håber, at vi ses mere IRL snart, men indtil da håber jeg at se jer online.

Kærlig Hilsen

Pernille

Projektleder på ungeområdet

ADHD-Foreningen

ADHD-foreningen

Pakhusgården 50 | 5000 Odense C
Tlf. 70 21 50 55 | www.adhd.dk
e: info@adhd.dk | CVR: 12771975

Du modtager denne mail, fordi du er i målgruppen for vores unge afdeling i ADHD-foreningen. Ønsker du IKKE længere at få nyhedsmailen UNG+, så skriv en mail til Pernille på psl@adhd.dk

UNG hjemmesiden

På vores hjemmeside www.ADHD.dk/ung er der masser af gode råd til livet som ung med ADHD/ADD. Måske kan du blive inspireret af vores blogindlæg, hvor andre unge skriver om deres hverdag. Eller måske er du nysgerrig på uddannelse og arbejde som ung med ADHD/ADD?

Der kommer også nyheder på sitet. Lige nu kan du læse om Augusta på 19 år, som har udfordringer med få tilbudt den rette behandling for hendes ADD.

På hjemmesiden kan du ligeledes følge med i vores kursus-kalender, som udbyder forskellige kurser og aktiviteter netop til dig.

Hvis du efter at have besøgt siden selv skulle få lyst til selv at dele dine tanker og erfaringer i et blog-indlæg eller har en god ide til noget vi skal lave, så skriv til Pernille på psl@adhd.dk

UNG+ Instagrammer

Hvordan ser livet ud for en ung med ADHD eller ADD? Hvad møder man af udfordringer og hvordan tackler man dem? Vi vil gerne have en masse liv på UNG+ insta-profilen. Så har du lyst til at dele pics fra din dag eller måske gode råd til livet med ADHD/ADD, så er UNG+ instagrammer lige noget for dig. Skriv til vores studentemedhjælper Alberte på al@adhd.dk.

Nye mestringsfilm til dig

På vores hjemmeside www.adhd.dk/ung kan du netop nu se mestringsfilm. De har forskellige temaer eksempelvis gode råd til, hvordan man bruger en kalender som et redskab i hverdagen, eller hvordan man laver gode to-liste. Der kommer flere film løbende, så der er noget at glæde sig til.

Måske noget for dig? – Tjek kursuskalenderen

Vi udbyder stadig forskellige kurser og workshops til dig som ung med ADHD/ADD. Du får en liste over de aktuelle lige nu på næste side. Du kan altid holde dig orienteret i vores kursuskalender på www.adhd.dk/ung, som også er der du kan læse mere og tilmelde dig.

ADHD-foreningen

Pakhusgården 50 | 5000 Odense C
Tlf. 70 21 50 55 | www.adhd.dk
e: info@adhd.dk | CVR: 12771975

Du modtager denne mail, fordi du er i målgruppen for vores unge afdeling i ADHD-foreningen. Ønsker du IKKE længere at få nyhedsmailen UNG+, så skriv en mail til Pernille på psl@adhd.dk

Kursuskalenderen

ADHD og angst, NY DATO

For alle forældre og alle 16+ med interesse i egne eller familiens ADHD og angst

Dato: 28. november 2020, Kl. 9.00 – 16.30

Sted: DGI Huset Herning. Kousgaards Plads 3, 7400 Herning

Onlinekursus: Ung med ADHD/ADD – Hvad nu?

For ungevoksne med ADHD/ADD

Dato: Torsdag den 11. marts, kl. 16.30 – 19.30

Sted: Online via Microsoft Teams

Onlinekursus: At tage en uddannelse med ADHD/ADD

For ungevoksne med ADHD/ADD

Dato: Torsdag den 8. april, kl. 16.30 – 19.30

Sted: Online via Microsoft Teams

ADD set indefra, udefra og rundt omkring

For alle 16+ med interesse i egen eller familiens ADHD

Dato: Lørdag den 17. april 2021, Kl. 9.00 – 16.30

Sted: Danhostel Ishøj Strand Vandrerhjem, Ishøj Strandvej 13, 2635 Ishøj

Studielivsworkshop (endnu ikke på hjemmesiden)

For alle ungevoksne og deres forældre

Dato: Lørdag d. 17 april 2021, kl. 10.00-14.00

Sted: Vejle (adresse endnu ukendt)

ADHD-foreningen

Pakhusgården 50 | 5000 Odense C
Tlf. 70 21 50 55 | www.adhd.dk
e: info@adhd.dk | CVR: 12771975

Du modtager denne mail, fordi du er i målgruppen for vores unge afdeling i ADHD-foreningen. Ønsker du IKKE længere at få nyhedsmailen UNG+, så skriv en mail til Pernille på psl@adhd.dk

Onlinekursus: Relationer og kommunikation

For ungevoksne med ADHD/ADD

Dato: Torsdag den 6. maj, kl. 16.30 – 19.30

Sted: Online via Microsoft Teams

Studielivsworkshop (endnu ikke på hjemmesiden)

For alle ungevoksne og deres forældre

Dato: Lørdag d. 29 maj 2021, kl. 10.00-14.00

Sted: Ishøj (adresse endnu ukendt)

Online pakke for unge

For ungevoksne med ADHD/ADD

Få alle tre onlinekurser til en samlet pris.

Tjek hjemmesiden www.adhd.dk/ung

OBS: Online Mestringgrupper for unge med ADHD/ADD og angst

Der vil blive udbudt flere online mestringgruppe for unge med ADHD/ADD og angst i foråret. Hold dig orienteret i kursuskalenderen online på www.adhd.dk/ung

ADHD-foreningen

Pakhusgården 50 | 5000 Odense C
Tlf. 70 21 50 55 | www.adhd.dk
e: info@adhd.dk | CVR: 12771975

Du modtager denne mail, fordi du er i målgruppen for vores unge afdeling i ADHD-foreningen. Ønsker du IKKE længere at få nyhedsmailen UNG+, så skriv en mail til Pernille på psl@adhd.dk