

# Endelig kunne vi afholde frivilligdag

Fjerde gang er lykkens gang. Efter halvandet år uden større fysiske møder, kunne vi endelig afholde frivilligdag i ADHD-foreningen. Frivilligdagen blev afholdt søndag den 12. september 2021 efter at være blevet rykket tre gange grundet coronarestriktionerne. Det var til at mærke, at de mange frivillige havde savnet det fysiske møde efter halvandet år bag skærmen. 55 frivillige fra hele landet deltog i årets frivilligdag, der blev holdt på Brogaarden i Strib lidt uden for Middelfart. Dagen var pakket med viden om ADHD og redskaber til arbejdet som frivillig.



AF DITTE HELENE VAUPELL RASMUSSEN  
FRIVILLIGKOORDINATOR I ADHD-FORENINGEN

De frivillige var kommet fra hele landet, nogen havde endda overnattet i Middelfart for at være klar til dagen. For de fleste startede dagen med en stor kop kaffe og en tur forbi morgenmadsbuffeten, inden vi samledes i salen, hvor det meste af frivilligdagen foregik.

Formand Dorte Vistesens bød velkommen, hvorefter hun modtog en check på 389.475 kr. fra TrygFondens regionale råd i Region Syddanmark. Pengene skal bruges til at uddanne medarbejdere på regionens folkeskoler i PUST, som står for Personlig Udvikling og Social Træning for elever i 4.-6. klasse med ADHD/ADD eller lignende vanskeligheder.

## Jenny og Amalie delte ud af deres viden og erfaring

Efter overrækkelsen fra TrygFonden indtog Jenny Bohr scenen med sit oplæg om lighederne og forskellene mellem ADHD og Autisme. Jenny har specialiseret sig i blandt andet ADHD, og er derfor velkendt blandt mange af ADHD-foreningens frivillige. Jenny fortalte levende om hjernens måde at opfatte, forstå og agere i verden, og om hvordan dette er forskelligt for mennesker med og uden henholdsvis Autisme og ADHD.

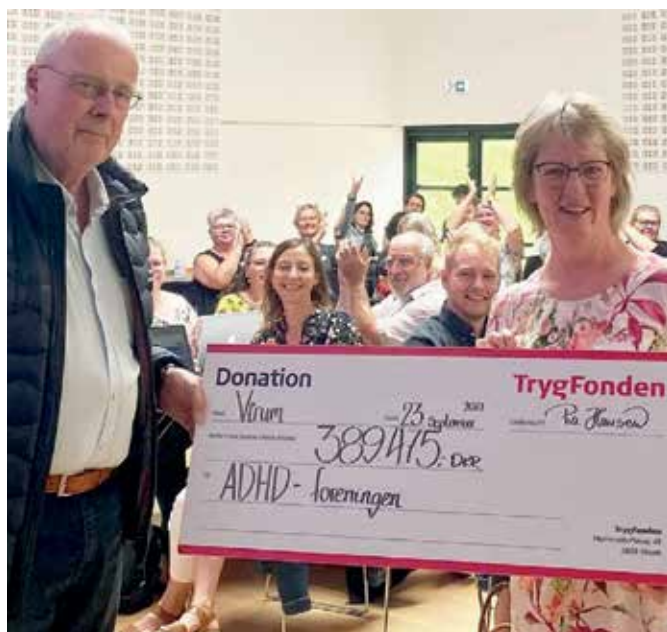
Efter en solid frokost fortsatte Jenny, der nu havde fået selskab på scenen af sin datter Amalie til en snak om de unge kvinder/piger med ADHD/ADD. Amalie har selv ADHD, og der blev derfor delt personlige erfaringer og historier, og spørgelysten fra publikum var særligt stor under oplægget.

## Eftermiddag med redskaber til det frivillige arbejde

Efter Jenny og Amalies oplæg samt en pause med kaffe og kage, bød eftermiddagen på workshops i enten frivilligrekruttering, sociale medier, facilitering af online netværksgrupper eller praktiske redskaber til voksne med ADHD.

*Alt i alt en lang og berigende dag. Tak til ADHD-foreningens frivillige for det store arbejde I gør, og fordi I var medvirkende til at gøre dagen god.*

*Vi glæder os allerede til næste år. . ♦*



*Fik du mod på at blive frivillig i ADHD-foreningen, så du kan deltage i frivilligdagen næste år?*

*Kontakt ADHD-foreningens frivilligkonsulent på mail: [dhr@adhd.dk](mailto:dhr@adhd.dk) eller tlf. 22 53 75 21 for at høre om mulighederne.*

**Tak til MTHP-Fond og Lemvig-Müller Fonden for støtten til frivilligdagen. I er med til at gøre en stor forskel for ADHD-foreningens frivillige.**