

Program Foreldrekurs for ADHD januar 2025

Dag 1 Onsdag 8.januar 2025

Tidspunkt	Tema
9:30-9:50	Velkommen til kurs!
10:00-10:45	Hva er ADHD?
10:45-11:00	Pause
11:00-11:45	Behandling
11:45-12:30	Lunsj
12:30-13:15	Skole og PPT
13:15-13:30	Pause
13:30-14:15	Gruppediskusjon – Behandling og tiltak
14:15-14:30	Pause
14:30-15:00	Brukerrepresentant

Dag 2 Torsdag 9.januar 2025

Tidspunkt	Tema
8:00-8:15	Velkommen dag 2
8:15-9:00	Validering av følelser
9:00-9:15	Pause
9:15-9:45	Familieperspektivet: samarbeid og grensesetting
9:45-10:30	Gruppediskusjon
10:30-10:45	Pause
10:45-11:30	ADHD og søvn
11:30-12:15	Lunsj
12:15-12:45	Rettigheter og støtteordninger
12:45-13:00	Pause
13:00-13:30	Informasjon om ADHD Norge
13:30-14:00	Oppsummering og evaluering

Forbehold om at endringer kan forekomme

Det blir servert kaffe, te og frukt. Lunsj kan medbringes eller kjøpes i sykehusets kantine. Gi beskjed om allergier.