

Adhd-center

habilitering.se/adhd-center

Kursprogram

Hösten 2018

Familjer med barn
och tonåringar

Välkommen till Adhd-centers
kurser och föreläsningar!

Välkommen till oss på Adhd-center!

Vi är ett stöd- och kunskapscenter för barn, ungdomar och unga vuxna med adhd och deras närstående. Vi tillhör Habilitering & Hälsa inom Stockholms läns landsting.

Begreppet adhd står för Attention Deficit Hyperactivity Disorder och är ett samlingsnamn. De flesta med diagnosen har *adhd av kombinerad form*, med både ouppmärksamhet och hyperaktivitet/impulsivitet. Vissa har en annan form som heter *adhd, huvudsakligen ouppmärksam form*, detta kallas i dagligt tal ofta add. En tredje form är *adhd huvudsakligen hyperaktiv/impulsiv form*. Ibland ställs även diagnosen *annan specificerad adhd* eller *adhd UNS*, vilket står för adhd utan närmare specifikation. I detta kursprogram **omfattar begreppet adhd samtliga former** om inget annat anges.

Adhd förekommer ofta tillsammans med andra funktionsnedsättningar, exempelvis språk- och talstörning, dyslexi, autismspektrumdiagnos (ASD) eller Tourettes syndrom, något vi försöker beakta i vår verksamhet. Vi samarbetar bland annat med Aspergercenter inom Habilitering & Hälsa, en enhet som många familjer till barn med autismspektrumdiagnos (ASD), ibland kombinerad med adhd, har kontakt med.

Om ditt barn har adhd och lindrig intellektuell funktionsnedsättning (tidigare kallat lindrig utvecklingsstörning) kan du som förälder ha glädje av att delta i våra utbildningar men vi avråder från att anmäla barnet till våra gruppaktiviteter, då informationen kan vara svår för barnet att ta till sig. Vår bedömning är att barnets behov av stöd vid lindrig intellektuell funktionsnedsättning bättre tillgodoses genom ett lokalt habiliteringscenter som kan ge mer skraddarsydda insatser. Barn med måttlig eller grav intellektuell funktionsnedsättning hänvisar vi till lokalt habiliteringscenter för att tillgodose såväl barnets som föräldrarnas behov av stöd.

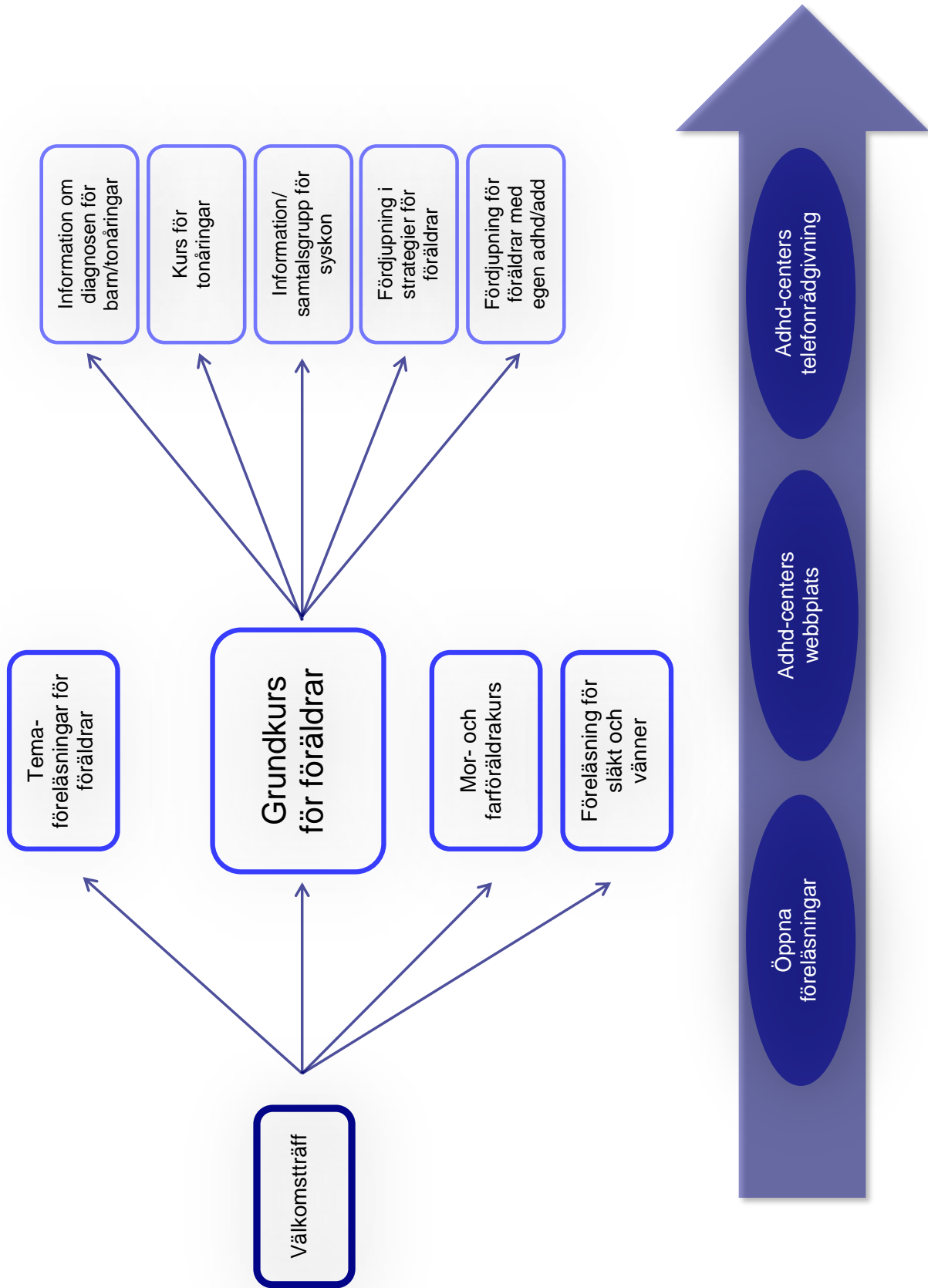
Våra stödinsatser har en pedagogisk inriktning med fokus på kunskapsförmedling om adhd. Vi erbjuder specialistkunskap om adhd och ger praktiska råd i att hantera vardagen. Vi vill skapa forum för erfarenhetsutbyte mellan föräldrar, andra närstående och mellan barn, ungdomar och unga vuxna. Därigenom vill vi stärka förmågan att leva ett självständigt liv och att vara delaktig i samhället. Vi har en stark tilltro till alla människors förmåga att själva bedöma sina behov, ta till sig kunskap och att vara resurser för varandra. Vi arbetar för att våra insatser ska vara lättillgängliga, tydliga och ha hög kvalitet.

Våra insatser erbjuds i form av kurser, föreläsningar, seminarier och andra gruppaktiviteter. Vårt utbud presenteras i kursprogrammet två gånger per år; i januari respektive augusti. Förutom det utbud som finns i kursprogrammet anordnar vi en del aktiviteter utifrån behov som uppstår. Ni får information om detta på vår hemsida (www.habilitering.se/adhd-center), genom särskilda utskick eller i samband med att ni besöker oss.

Välkomna att ta del av vårt utbud och att anmäla er till de aktiviteter ni är intresserade av. Kursprogrammet finns att ladda ner på vår hemsida: www.habilitering.se/adhd-center. För unga vuxna har vi ett särskilt kursprogram som ni också finner på hemsidan.

Stockholm, augusti 2018

Ann-Sofie Holmertz
Enhetschef



Innehåll

Till dig som vill delta i våra aktiviteter..... 7

Familjer med barn upp till 12 år

För föräldrar

Välkomsträff 9

Grundkurser

STRATEGI – Grundkurs för föräldrar 9

Forskningsprojekt 10

Grundkurs om adhd 11

Grundkurs om add 14

Grundkurs adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD)..... 16

Navigator ACT

Gruppbehandling vid stress/oro/nedstämdhet, för föräldrar 19

Fördjupning i strategier

Fördjupning i strategier 20

Temaföreläsningar

Stöd i skolan 23

Adhd-hjälpen 23

Stress och det utmanande föräldraskapet 24

Att prata om integritet, kroppsideal och sexualitet 24

Struktur och hjälpmedel – StoCKK 25

Läkemedelsbehandling vid adhd 25

Läkemedelsbehandling vid autismspektrumdiagnos och adhd..... 26

För barn med egen diagnos

Informationsträff: Vad är adhd? – för barn 9 – 12 år..... 27

Informationsträff: Vad är add? – för barn 9 – 12 år..... 28

Informationsträff: Vad är adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD)? – för barn 9 – 12 år..... 29

För syskon

Syskoninformation 30

För andra närstående

Speciellt för mor- och farföräldrar 31

Speciellt för mor- och farföräldrar om adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD) 32

Om adhd för släkt och vänner..... 33

För yrkesverksamma

Att arbeta med barn och unga som har adhd 34

Innehåll

Familjer med tonåringar 13 – 17 år

För föräldrar

Välkomsträff	9
--------------------	---

Grundkurser

STRATEGI – Grundkurs för föräldrar	9
Forskningsprojekt	10
Grundkurs om adhd	13
Grundkurs om add	15
Grundkurs adhd/add <u>och</u> autismspektrumdiagnos (ASD).....	17

Navigator ACT

Gruppbehandling vid stress/oro/nedstämdhet, för föräldrar.....	19
--	----

Fördjupning i strategier

Fördjupning i strategier.....	20
-------------------------------	----

Temaföreläsningar

Stöd i skolan	23
Adhd-hjälpen	23
Stress och det utmanande föräldraskapet	24
Att prata om integritet, kroppsideal och sexualitet	24
Läkemedelsbehandling vid adhd	25
Struktur och hjälpmedel – StoCKK	26
Läkemedelsbehandling vid autismspektrumdiagnos <u>och</u> adhd.....	26

För tonåringar med egen diagnos

Informationsträff: Vad är adhd? – för tonåringar 13 – 17år	28
Informationsträff: Vad är add? – för tonåringar 13 – 17 år	28
Informationsträff: Vad är adhd/add <u>och</u> autismspektrumdiagnos (ASD)? – för tonåringar 13 – 17 år..	29

För syskon

Syskoninformation	30
-------------------------	----

För andra närstående

Speciellt för mor- och farföräldrar	31
Speciellt för mor- och farföräldrar om adhd/add <u>och</u> autismspektrumdiagnos (ASD)	32
Om adhd för släkt och vänner.....	33

För yrkesverksamma

Att arbeta med barn och unga som har adhd	34
---	----

Innehåll forts.

Övriga tjänster från Adhd-center

Adhd-centers webbplats	35
Adhd-centers rådgivning om adhd och strategier i vardagen	35
Informationsmaterial.....	35

Öppna verksamheter – Habilitering & Hälsa

Stockholm Center för Kommunikativt och Kognitivt stöd (StoCKK)	36
Forum Funktionshinder.....	36
Bibliotek	36
Frågetjänst om skolfrågor och samhällets stöd	36

Vi som arbetar på Adhd-center

Administration, psykologer, arbetsterapeut	37
--	----

Att hitta hit	40
----------------------------	----

Fråga Försäkringskassan i god tid om
möjligheten till VAB för de tillfällen du
deltar i våra aktiviteter.

Vi kan skriva intyg om närvaro vid
behov.

Till dig som vill delta i våra aktiviteter

- Anmälan** Anmälan till våra kurser, föreläsningar och andra aktiviteter görs av vårdnadshavare via vår hemsida www.habilitering.se/adhd-center (där hittar du mer information). För att kunna anmäla dig själv, ditt barn eller andra familjemedlemmar/närstående till våra kurser behöver du logga in dig. Inloggningsuppgifter skickas till de e-postadresser som uppgivits av vårdnadshavare i ansökan till Adhd-center. Inloggningsuppgifterna skickas efter det att någon av vårdnadshavarna deltagit på vår välkomsträff.
- Om du inte har lämnat någon e-postadress skickar vi inloggningsuppgifter per brev. Har du problem med inloggningen, skicka e-post till kurser.adhd.sls@sl.se eller ring vår expedition, telefon 08-123 355 30. Måndag-fredag 8.00 – 15.00. Lunchstängt 12.00-13.00. Övrig tid telefonsvarare.
- Tolk** Kom ihåg att ange behov av tolk varje gång du anmäler dig till en aktivitet.
- Bekräftelse** Om du har fått plats på den kurs eller föreläsning som du har anmält dig till, skickar vi en bekräftelse med besked om detta strax efter att anmälningstiden gått ut. I regel får du plats om kursen/aktiviteten fortfarande är öppen för anmälan och du tillhör den målgrupp som den är avsedd för.
- Återbud** Anmälan är personlig och bindande. Återbud ska alltid lämnas vid förhinder.
- Anmäl dig endast till aktiviteter som du säkert kommer att gå på.
- Återbud lämnas snarast möjligt per e-post kurser.adhd.sls@sl.se eller per telefon till vår administration 08-123 355 30
- Lokaler** De flesta av våra aktiviteter äger rum på Rosenlund, Tideliusgatan 12, huvudentrén, bottenvåningen, antingen i Adhd-centers lokaler eller i aulan. Lokalen för en viss aktivitet framgår av kursprogrammet. I vissa fall kan det bli ändringar beroende på deltagarantal. I bekräftelsen meddelar vi alltid vilken lokal det slutligen blir.
- Kostnad** Alla våra aktiviteter är kostnadsfria.

Tillfällig föräldrapenning vid vård av barn (VAB)

När du deltar i våra aktiviteter kan du ha rätt till ersättning för inkomstbortfall via den tillfälliga föräldrapenningen för vård av barn. Vi skriver närvarointyg vid behov.

OBS! Kontakta Försäkringskassan för att ansöka om tillfällig föräldrapenning i god tid **innan** aktiviteten för att ta reda på om du har möjlighet att få ersättning.

Vägbeskrivning

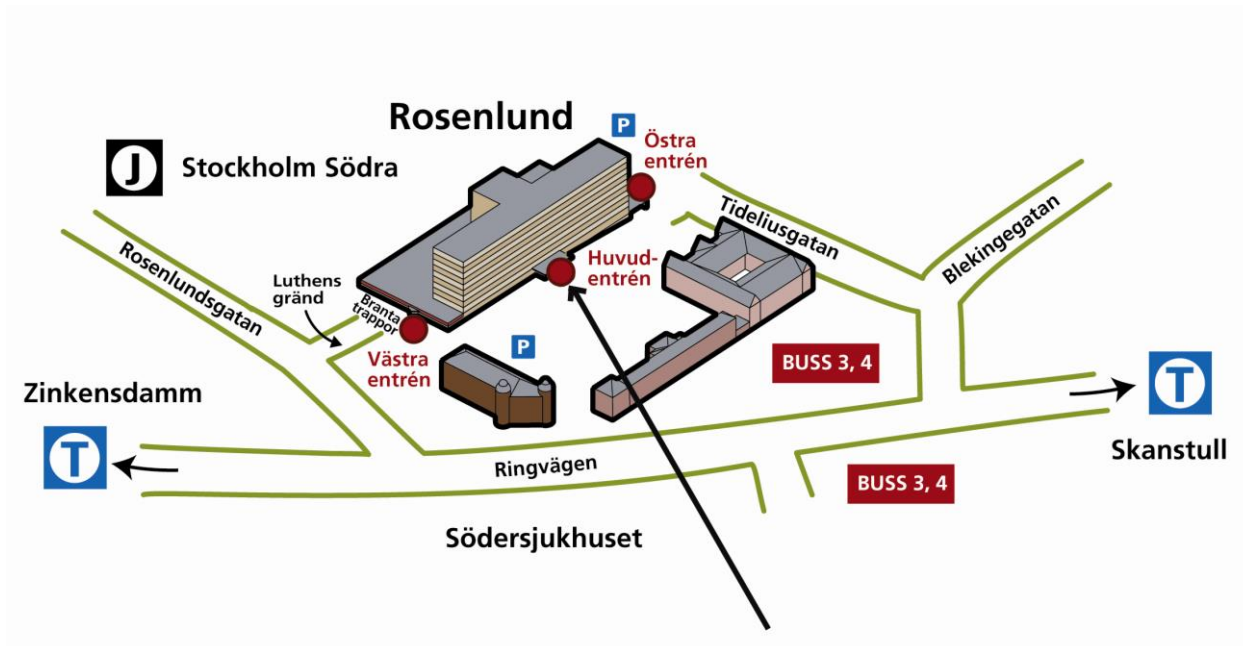
Pendeltåg Åk till station Stockholms Södra, uppgång Rosenlundsgatan.

Tunnelbana Åk till Skanstull. Ta buss 3 mot Södersjukhuset eller buss 4 mot Radiohuset. Gå av vid hållplats Rosenlund.

Alternativt åk till Zinkensdamm. Ta buss 4 mot Gullmarsplan. Gå av vid hållplats Rosenlund.

Buss Nummer 3, 4, 74 och 164 trafikerar hållplats Rosenlund.

Bil Det finns ett begränsat antal besöksparkeringar i parkeringsgaraget inom Rosenlundsområdet.



För föräldrar

Välkomsträff

När er ansökan kommit in och ni har fått besked om att ert barn eller er tonåring beviljats insatser från Adhd-center inbjuds ni föräldrar till en välkomsträff i grupp.

Vid välkomsträffen får er föräldrar få ni vårt kursprogram och vi berättar om våra kurser, föreläsningar, seminarier och andra aktiviteter samt om vår rådgivningsverksamhet per telefon och e-post. Ni får också information om adhd och möjlighet att dela erfarenheter med andra föräldrar. **Ert barn eller tonåring ska inte närvara vid välkomsträffen.**

Efter välkomsträffen får ni tillgång till kursutbudet genom att vi skickar inloggningsuppgifter till de e-postadresser som uppgivits i er ansökan till Adhd-center (Se mer information på sida 7, Anmälan).

Vi rekommenderar varmt att ni börjar med att gå vår grundkurs för föräldrar (STRATEGI), se nedan.

STRATEGI – Grundkurs för föräldrar

Vår erfarenhet är att alla föräldrar som kommer till oss har nytta av att börja med att gå vår grundkurs som heter STRATEGI. Vi erbjuder grundkurser för föräldrar till barn, respektive tonåringar, och för adhd, kombinerad form (med både bristande uppmärksamhet och hyperaktivitet/impulsivitet) respektive adhd, huvudsakligen ouppmärksam form (så kallad add). Vi erbjuder även kurser för föräldrar till barn och tonåringar som fått dubbeldiagnos; adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD).

Kursen syftar till att ge grundläggande kunskap om vad funktionsnedsättningen innebär, hur den tar sig uttryck under barndom respektive tonår och vad föräldrar kan göra för att få vardagen att fungera. Information om samhällets stödinsatser ges också.

Föräldrar träffas i grupp under fem förmiddagar eller eftermiddagar. Välj det som passar dig! Vi varvar föreläsningsspass med diskussioner och erfarenhetsutbyte.

Grundkursen består av **fem** lektioner som bygger på varandra. För din och för gruppens skull är det viktigt att du planerar för att kunna delta vid alla kurstillfällena.

Delta i forskning! Nu utvärderar vi våra grundkurser om adhd/add!

Forskningsprojektets syfte

Vi vill kunna erbjuda alla familjer en bra grundkurs om adhd/add. Vi vill veta vad våra grundkurser gör för nytta och vad föräldrar tycker om deras olika delar. Vi vill också veta om kurserna är lika bra för föräldrar som har egna adhd-symtom. Därför bjuder vi nu in alla föräldrar, med och utan egna adhd-symtom, att delta i våra grundkurser inom ramen för forskning.

Hur går studien till?

Att delta i en av de kurser som ges inom ramen för studien innebär i korthet att du:

1. i samband med kursstart (lektion 1) och kursavslut (lektion 5) fyller i ett antal frågeformulär
2. i samband med varje kurstillfälle svarar på fem frågor om dagens lektion

Dina svar och dina resultat kommer att behandlas i enlighet med dataskyddsförordningen (GDPR), vilket betyder att de är sekretessbelagda och att inga obehöriga kommer att få ta del av dem. Sammanställning av data kommer att ske i kodad form och på gruppnivå, varpå inga uppgifter om enskilda personer kommer att synas.

Vem kan delta?

Alla föräldrar, med och utan egna adhd-symtom, vars barn är inskrivna vid Adhd-center.

Deltagande är frivilligt

Deltagandet i studien är helt frivilligt. Du kan när som helst avbryta ditt deltagande utan att det påverkar dina möjligheter att ta del av Adhd-centers övriga insatser.

Vill du delta?

**Anmäl dig till en av de kurser som ges inom ramen för studien!
Vilka som ingår, framgår av kursprogrammet och är markerade.**

**Du får mer information via mail några veckor innan kursstart.
Du kan redan nu läsa mer om villkoren för studien på vår hemsida.**

Vem kan jag kontakta?

Vid frågor om kursen: Kontakta Adhd-center (adhd-center.sls@sl.se, 08-123 355 30)

Vid frågor om studien: Kontakta studiesamordnare Therese Lindström (therese.lindstrom@ki.se)

Vetenskapligt ansvarig forskare: Tatja Hirvikoski, docent Karolinska Institutet (tatja.hirvikoski@ki.se)

Välj en av nedanstående kurser:

Grundkurs om adhd (adhd, kombinerad form)

Grundkurs om adhd för föräldrar till barn upp till 12 år

tisdagar

Forskningsprojekt	Denna kurs ges inom ramen för ett forskningsprojekt där vi utvärderar våra grundkurser. Detta innebär att samtliga deltagare fyller i formulär innan, under och efter kursen. Läs mer på sidan 10.
Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Tisdagar: Lektion 1: 21/8 kl. 13.00 - 17.00 (OBS! 4 timmar) Lektion 2 - 4: 28/8, 4/9, 11/9 kl. 14.00 - 17.00 (3 timmar) Lektion 5: 18/9 kl. 13.30 - 17.00 (OBS! 3,5 timmar)
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-08-07 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

BARN

Grundkurs om adhd för föräldrar till barn upp till 12 år

onsdagar

Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Onsdagar 22/8, 29/8, 5/9, 12/9, 19/9 kl. 9.00 - 12.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-08-08 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

BARN

Grundkurs om adhd för föräldrar till barn upp till 12 år

onsdagar

Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Onsdagar 26/9, 3/10, 10/10, 17/10, 24/10 kl. 14.00 - 17.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-09-12 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

BARN

Grundkurs om adhd för föräldrar till barn upp till 12 år**torsdagar**

Forskningsprojekt	Denna kurs ges inom ramen för ett forskningsprojekt där vi utvärderar våra grundkurser. Detta innebär att samtliga deltagare fyller i formulär innan, under och efter kursen. Läs mer på sidan 10.	
Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år. Maxantal: 35 deltagare.	
Datum och tid	Torsdagar: Lektion 1: 27/9 kl. 9.00 - 13.00	(OBS! 4 timmar)
	Lektion 2 - 4: 4/10, 11/10, 18/10 kl. 9.00 - 12.00	(3 timmar)
	Lektion 5: 25/10 kl. 9.00 - 12.30	(OBS! 3,5 timmar)
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen	
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center	
Sista anmälningsdag	2018-09-13 på www.habilitering.se/adhd-center	
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se	

Grundkurs om adhd för föräldrar till barn upp till 12 år**torsdagar**

Forskningsprojekt	Denna kurs ges inom ramen för ett forskningsprojekt där vi utvärderar våra grundkurser. Detta innebär att samtliga deltagare fyller i formulär innan, under och efter kursen. Läs mer på sidan 10.	
Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år. Maxantal: 35 deltagare.	
Datum och tid	Torsdagar: Lektion 1: 8/11 kl. 9.00 - 13.00	(OBS! 4 timmar)
	Lektion 2 - 4: 15/11, 22/11, 29/11 kl. 9.00 - 12.00	(3 timmar)
	Lektion 5: 6/12 kl. 9.00 - 12.30	(OBS! 3,5 timmar)
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen	
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center	
Sista anmälningsdag	2018-10-25 på www.habilitering.se/adhd-center	
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se	

Grundkurs om adhd för föräldrar till barn upp till 12 år**torsdagar**

Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år. Maxantal: 35 deltagare.	
Datum och tid	Torsdagar 8/11, 15/11, 22/11, 29/11, 6/12	kl. 14.00 – 17.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen	
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center	
Sista anmälningsdag	2018-10-25 på www.habilitering.se/adhd-center	
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se	

Grundkurs om adhd för föräldrar till tonåringar 13-17 år

måndagar

TONÅRINGAR

Målgrupp	Föräldrar till tonåringar 13 - 17 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Måndagar 20/8, 27/8, 3/9, 10/9, 17/9 kl. 14.00 – 17.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-08-06 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Grundkurs om adhd för föräldrar till tonåringar 13-17 år

torsdagar

TONÅRINGAR

Målgrupp	Föräldrar till tonåringar 13 - 17 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Torsdagar 27/9, 4/10, 11/10, 18/10, 25/10 kl. 14.00 – 17.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-09-13 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Grundkurs om adhd för föräldrar till tonåringar 13-17år

måndagar

TONÅRINGAR

Målgrupp	Föräldrar till tonåringar 13 - 17 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Måndagar 5/11, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12 kl. 9.00 – 12.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-10-22 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Grundkurs om add (adhd, huvudsakligen ouppmärksam form)

BARN

Grundkurs om add för föräldrar till barn upp till 12 år

fredagar

Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Fredagar 24/8, 31/8, 7/9, 14/9, 21/9 kl. 9.00 – 12.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningdag	2018-08-10 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

BARN

Grundkurs om add för föräldrar till barn upp till 12 år

onsdagar

Forskningsprojekt	Denna kurs ges inom ramen för ett forskningsprojekt där vi utvärderar våra grundkurser. Detta innebär att samtliga deltagare fyller i formulär innan, under och efter kursen. Läs mer på sidan 10.	
Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år. Maxantal: 35 deltagare.	
Datum och tid	Onsdagar: Lektion 1: 26/9 kl. 9.00 - 13.00	(OBS! 4 timmar)
	Lektion 2 - 4: 3/10, 10/10, 17/10 kl. 9.00 - 12.00	(3 timmar)
	Lektion 5: 24/10 kl. 9.00 - 12.30	(OBS! 3,5 timmar)
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen	
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center	
Sista anmälningdag	2018-09-12 på www.habilitering.se/adhd-center	
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se	

BARN

Grundkurs om add för föräldrar till barn upp till 12 år

onsdagar

Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Onsdagar 7/11, 14/11, 21/11, 28/11, 5/12 kl. 9.00 – 12.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningdag	2018-10-24 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Grundkurs om add för föräldrar till tonåringar 13-17 år

torsdagar

TONÅRINGAR

Forskningsprojekt	Denna kurs ges inom ramen för ett forskningsprojekt där vi utvärderar våra grundkurser. Detta innebär att samtliga deltagare fyller i formulär innan, under och efter kursen. Läs mer på sidan 10.	
Målgrupp	Föräldrar till tonåringar 13 - 17 år. Maxantal: 35 deltagare.	
Datum och tid	Torsdagar: Lektion 1: 23/8 kl. 13.00 - 17.00 (OBS! 4 timmar)	
	Lektion 2 - 4: 30/8, 6/9, 13/9 kl. 14.00 - 17.00 (3 timmar)	
	Lektion 5: 20/9 kl. 13.30 - 17.00 (OBS! 3,5 timmar)	
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen	
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center	
Sista anmälningsdag	2018-08-09 på www.habilitering.se/adhd-center	
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se	

Grundkurs om add för föräldrar till tonåringar 13-17 år

måndagar

TONÅRINGAR

Målgrupp	Föräldrar till tonåringar 13 - 17 år. Maxantal: 35 deltagare.	
Datum och tid	Måndagar 24/9, 1/10 8/10, 15/10, 22/10	
	Måndagar kl. 9.00 - 12.00	
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen	
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center	
Sista anmälningsdag	2018-09-10 på www.habilitering.se/adhd-center	
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se	

Grundkurs om add för föräldrar till tonåringar 13-17 år

måndagar

TONÅRINGAR

Målgrupp	Föräldrar till tonåringar 13 - 17 år. Maxantal: 35 deltagare.	
Datum och tid	Måndagar 5/11, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12	
	kl. 14.00 - 17.00	
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen	
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center	
Sista anmälningsdag	2018-10-22 på www.habilitering.se/adhd-center	
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se	

Vi rekommenderar varmt att du börjar med grundkursen för föräldrar. Det är vår största och viktigaste insats.

Grundkurs om adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD)

Adhd-center erbjuder i samarbete med Aspergercenter en grundkurs för föräldrar till barn och tonåringar som fått dubbeldiagnos; adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD). Kursen syftar till att ge grundläggande kunskaper om vad adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD) innebär, hur det tar sig uttryck och vad föräldrar kan göra för att få vardagen att fungera för barnet och familjen. Information om samhällets stödinsatser ges också. Vi varvar föreläsningsspass med diskussioner och erfarenhetsutbyte.

OBS! Dess grundkurser vänder sig enbart till föräldrar med barn/tonåringar som har fått både diagnosen adhd eller add och autismspektrumdiagnos (ASD).

BARN

Grundkurs om adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD) för föräldrar till barn upp till 12 år

måndagar

Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år med adhd/add <u>och</u> autismspektrumdiagnos (ASD). Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Fredagar 24/9, 1/10, 8/10, 15/10, 22/10 kl. 14.00 – 17.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog från Adhd-center
Sista anmälningdag	2018-09-10 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

BARN

Grundkurs om adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD) för föräldrar till barn upp till 12 år

fredagar

Målgrupp	Föräldrar till barn upp till 12 år med adhd/add <u>och</u> autismspektrumtillstånd (ASD). Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Fredagar 9/11, 16/11, 23/11, 30/11, 7/12 kl. 9.00 – 12.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog från Adhd-center
Sista anmälningdag	2018- 10-26 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Grundkurs om adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD) för föräldrar till tonåringar 13-17 år

torsdagar

Målgrupp	Föräldrar till tonåringar med adhd/add <u>och</u> autismspektrumdiagnos (ASD) 13-17 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Torsdagar 23/8, 30/8, 6/9, 13/9, 20/9 kl. 9.00 – 12.00
Plats	Adhd-center, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. Psykolog från Adhd-center
Anmälningstid	2018-08-09 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

TONÅRINGAR

Grundkurs om adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD) för föräldrar till tonåringar 13-17 år

tisdagar

Målgrupp	Föräldrar till tonåringar med adhd/add <u>och</u> autismspektrumdiagnos (ASD) 13-17 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Tisdagar 6/11, 13/11, 20/11, 27/11, 4/12 kl. 14.00 – 17.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningstid	2018-10-23 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

TONÅRINGAR

Grundkurserna ovan vänder sig enbart till föräldrar med barn/tonåringar som har fått både diagnosen adhd eller add och autismspektrumdiagnos (ASD).

De första grundkurserna vårterminen 2019:

Grundkurs om adhd för föräldrar till barn

Startar måndagen den 14 januari kl. 09.00 – 12.00

Grundkurs om adhd för föräldrar till tonåringar

Startar torsdagen den 17 januari kl. 14.00 – 17.00

Grundkurs om add för föräldrar till barn

Startar torsdagen den 17 januari kl. 09.00 – 12.00

Grundkurs om add för föräldrar till tonåringar

Startar måndagen den 14 januari kl. 14.00 – 17.00

Mer information kommer att finnas på
Adhd-centers webbplats i december
2018.

**Känner du dig nedstämd, orolig eller stressad i ditt föräldraskap?
Nu har du möjlighet att delta i**

Navigator ACT

En grupp för föräldrar till barn med funktionsnedsättning 0-17 år

Navigator ACT

En föräldragrupp som baseras på Acceptance and Commitment Therapy (ACT), en form av kognitiv beteendeterapi (KBT). ACT har vetenskapligt stöd i behandling av depression, ångest och stress.

I Navigator ACT övar vi på acceptans och medveten närvaro samt att göra förändringar kring prioriteringar, vila och återhämtning. Syftet är att hitta sätt i vardagen som främjar mående i vardagen och i ditt föräldraskap.

Förutsättningar för att delta:

Du är förälder till barn 0–17 år med funktionsnedsättning.

Du upplever stress i föräldraskap, nedstämdhet eller oro som påverkar ditt mående.

Du är motiverad och kan delta i grupp.

Gruppens upplägg

Under hösten hålls grupperna på olika habiliteringscenter inom Habilitering & Hälsa. 8-16 föräldrar träffas under fem tillfällen med en återträff cirka 3 månader senare. Varje grupp leds av två utbildade gruppledare.

Information varvas med gruppdiskussioner och upplevelsebaserade övningar. Mellan gruppstillfällen görs hemuppgifter för att praktisera nya förhållningssätt i vardagen.

Navigator ACT forskningsstudie

Navigator ACT gruppbehandling utvärderas i ett forskningsprojekt i samarbete mellan Habilitering & Hälsa och KIND, Karolinska Institutet. Före, under och efter gruppen får du som förälder fylla i formulär angående ditt mående.

Syftet med forskningsprojektet är att undersöka hur nöjda föräldrar är, hur behandlingen går att genomföra samt att ta reda på behandlingseffekter. Vi vill ge en säker och effektiv behandling!

Information och intresseanmälan

Kontakta Stödenheten: hab.stodenheten.sls@sl.se eller telefon: 08-123 355 50



Fördjupning i strategier

Fördjupningarna riktar sig till föräldrar som efter grundkursen vill fördjupa sina kunskaper kring en eller ett par specifika strategier.

Vi träffas i grupp vid två tillfällen med en veckas mellanrum. Vid den första träffen fördjupar vi oss i strategin och du får göra upp en plan för hur strategin ska användas hemma under veckan. Vid den andra träffen följer vi upp hur det har gått att använda strategin, fördjupar oss ytterligare, och planerar för nästa steg.

Föreläsningsspass varvas med diskussioner samt planering utifrån en arbetsbok.

Fördjupningarna är en fortsättning av grundkursen för föräldrar. Vi rekommenderar därför varmt att du går vår grundkurs innan du anmäler dig till våra fördjupningar.

Bevara sitt lugn (omfattar två träffar)

Många föräldrar till barn med adhd upplever att en av de största utmaningarna i föräldraskapet är att bevara det egna lugnet. Många barn har också känsloutbrott som försvårar situationerna. Under den här fördjupningen går vi igenom metoder som underlättar för att bevara lugnet samt förhållningssätt för att hantera barnets starka känslor. Vid den första träffen formulerar du hur strategin kan tillämpas i din familj och testar detta under veckan. Vid träff två följer vi upp och fördjupar oss ytterligare i strategin.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar. Maxantal: 70 deltagare.
Datum och tid	Fredagar kl. 9.00 – 12.00 Träff 1: 31/8 Träff 2: 7/9
Plats	Aulan, Rosenlund, Tideliusgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	18-08-17 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Vi rekommenderar varmt att du börjar med grundkursen för föräldrar. Det är vår största och viktigaste insats.

Välja sina strider och gemensam problemlösning (omfattar två träffar)

Den här fördjupningen inleds med en genomgång och kategorisering av de vanligaste striderna som uppstår med barn och tonåringar med adhd. Därefter får du välja ett område som du vill problemlösa kring hemma tillsammans med sitt barn. Metoder och strategier för hur det ska gå till diskuteras och konkretiseras.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar. Maxantal: 70 deltagare.
Datum och tid	Fredagar kl. 9.00 – 12.00 Träff 1: 21/9 Träff 2: 28/9
Plats	Aulan, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-09-07 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Energikartläggning (omfattar två träffar)

Många barn och tonåringar med adhd har svårt att ha lagom mycket energi i olika situationer. Den här fördjupningen fokuserar på hur du kan kartlägga barnets/tonåringens vardag utifrån ett energiperspektiv och planera därefter. Du formulerar hur strategin kan tillämpas i den egna familjen och testar denna under veckan. Vid tillfälle två följer vi upp och fördjupar oss ytterligare i strategin.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar. Maxantal: 70 deltagare.
Datum och tid	Fredagar kl. 9.00 – 12.00 Träff 1: 5/10 Träff 2: 12/10
Plats	Aulan, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-09-21 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Bemöta oro och ångslan (omfattar två träffar)

Många barn och tonåringar med adhd upplever oro, vilket kan påverka vardagsfunderandet negativt. På seminariet fördjupar vi oss i vad oro egentligen är och hur du som förälder kan stötta ditt barn eller tonåring. Under seminariet diskuterar vi ett antal strategier, därefter får du själv formulera vad du vill prova att tillämpa hemma mellan första och andra träffen.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Tisdagar kl. 14.00 – 17.00 Träff 1: 9/10 Träff 2: 16/10
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-09-25 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Uppmuntra positivt beteende och fånga goda stunder (omfattar två träffar)

Att uppmuntra positivt beteende och fånga goda stunder är hjälpsamma strategier för att stärka relationen till sitt barn, öka barnets självkänsla samt minska konflikter. Seminariet riktar sig till föräldrar som efter grundkurs vill fördjupa sina kunskaper kring strategierna Uppmuntra positivt beteende samt Fånga de goda stunderna. Du formulerar hur strategin kan tillämpas i den egna familjen och testar denna under veckan. Vid träff två följer vi upp och fördjupar oss ytterligare i strategin.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar. Maxantal: 70 deltagare.
Datum och tid	Torsdagar kl. 09.00 – 12.00 Träff 1: 13/12 Träff 2: 20/12
Plats	Aulan, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-11-29 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Av hänsyn till andra åhörare kan du inte ta med barn på kurser och föreläsningar.

Temaföreläsningar

Våra temaföreläsningar riktar sig i första hand till dig som är förälder men du kan också ta med dig en närstående person (över 18 år). Vi tar upp teman som brukar efterfrågas av de familjer som har kontakt med Adhd-center. Begreppet adhd används i föreläsningstexterna som samlingsbeteckning för både adhd och add.

Skolans stöd till barn med funktionsnedsättning

Vad behöver du som är förälder till ett barn med funktionsnedsättning veta om skolan? Vad menar skolan med stöd? Wern Palmius, rådgivare på Specialpedagogiska skolmyndigheten, berättar om hur skolan fungerar, vilka styrdokument skolan arbetar utifrån samt förklarar vilka verktyg skolan använder för att tillgodose behovet av stöd. Föreläsningen riktar sig till föräldrar som har barn som ska börja skolan eller redan går i skolan, från förskoleklass till och med årskurs 9.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar upp till 16 år. Maxantal: 120 deltagare.
Datum och tid	Torsdag 27/9 18.00 - 21.00
Plats	Aulan Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen.
Föreläsare	Wern Palmius, rådgivare på Specialpedagogiska skolmyndigheten
Sista anmälningdag	2018-09-02 OBS! Anmälan sker på: www.habilitering.se/kalendarium
Frågor	forumfunktionshinder.sls@sl.se , 08-123 350 20

OBS! Föreläsningen anordnas av Forum Funktionshinder.

Adhd-hjälpen – praktiska råd i vardagen

Föreläsningen handlar om olika sätt att hantera vardagen. Konkreta strategier och praktiska råd presenteras. Föreläsningen vänder sig till vuxna med egen diagnos samt personer som lever med eller nära en annan vuxen med adhd. Föreläsaren Katarina A. Sörngård är legitimerad psykolog med lång erfarenhet av att arbeta med kognitiv beteendeterapi för personer med adhd.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar ¹ . Maxantal: 120 deltagare.
Datum och tid	Torsdag 4/10 kl. 16.30 – 19.00
Plats	Aulan Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen.
Föreläsare	Katarina A. Sörngård leg. psykolog, leg. psykoterapeut, specialist i neuropsykologi och psykologisk behandling.
Sista anmälningdag	2018-09-20 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

¹ Föreläsningen riktar sig även till unga vuxna med adhd och deras närstående

Stress och det utmanande föräldraskapet

Föräldrar som har barn med adhd upplever ofta stress i vardagen. Hur förhindrar man då att själv bli utmattad? Vad är viktigt att tänka på när man är förälder till ett barn med adhd där tillvaron ofta är prövande för både barn och förälder? Föreläsningen kommer att belysa både risk- och friskfaktorer samt ge tips på hur man hanterar ett föräldraskap som ofta är mer utmanande än vanligt. Föreläsaren Bella Stensnäs är leg. psykolog på Stressmottagningen. Hon har under många år har arbetat med stressrelaterad ohälsa.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar. Maxantal: 120 deltagare
Datum och tid	Torsdag 11/10 kl. 18.00 – 20.30
Plats	Aulan, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Föreläsare	Bella Stensnäs, leg. psykolog vid Stressmottagningen
Sista anmälningdag	2018-09-30 OBS! Anmälan sker på: www.habilitering.se/kalendarium
Frågor	forumfunktionen.sls@sl.se , 08-123 350 20

OBS! Föreläsningen anordnas av Forum Funktionshinder.

Att prata om integritet, kroppsideal och sexualitet

Vill du lära dig mer om att stötta ditt barns eller din tonårings utveckling kring frågor som rör sexualitet? Föreläsningen tar upp saker som hur man lär barn och tonåringar om deras egen och andras integritet, hur man hjälper barn och tonåringar att tycka om sin kropp och stå emot olika kroppsideal och ger tips på hur man kan göra för att lyckas hålla samtal om sexualitet levande under uppväxten. Föreläsningen hålls av Ellinor Isfors som har stor erfarenhet av ämnet bl.a. genom sitt mångåriga arbete på RFSU.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar. Maxantal: 35 deltagare
Datum och tid	Tisdag 23/10 kl. 17.00 – 19.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Föreläsare	Ellinor Isfors, leg. psykolog
Sista anmälningdag	2018-10-09 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Av hänsyn till andra åhörare kan du inte ta med barn på kurser och föreläsningar.

Struktur och hjälpmedel för barn – StoCKK

Barn med adhd har ofta svårt att lära sig vardagsrutiner, passa tider, hålla reda på sina saker och komma ihåg vad de ska göra. Scheman, tidshjälpmedel, bildstöd och påminnelsehjälpmedel kan underlätta och hjälpa barnet till större självständighet. Vid denna föreläsning går personal från StoCKK (Stockholm Center för Kommunikativt och Kognitivt stöd) igenom hur man kan skapa struktur i vardagen med sådana hjälpmedel. Föreläsningen pågår i två timmar, därefter finns det möjlighet att besöka StoCKKs visningsmiljö där du kan se exempel på olika hjälpmedel och annat kognitivt stöd. Under visningstiden kommer även Bildshopen vara öppen, där det går att köpa med sig bildstöd i form av veckoschema, rutinschema, årsschema, packlistor med bilder och olika bildark. (Endast kontanter kan hanteras, ej kort). För information om visningsmiljön se www.habilitering.se/stockk. Kaffe, te och frukt kommer att finnas till självkostnadspris.

Målgrupp	Föräldrar till barn 5-12 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Måndag 12/11 kl. 16.00 – 19.30 (Visningsmiljön kl. 18.00 – 19.30)
Plats	StoCKK, Sabbatsbergs sjukhus. (Exakt adress meddelas i deltagarbekräftelsen.)
Föreläsare	Personal från StoCKK
Sista anmälningsdag	2018-10-29. OBS! Anmälan sker på: www.habilitering.se/kalendarium
Frågor	stockk.sls@sl.se , 08-123 351 50

OBS! Föreläsningen anordnas av StoCKK och hålls på Sabbatsbergs sjukhus.

Läkemedelsbehandling vid adhd

Även om det inte går att bota adhd kan många ha nytta av läkemedel för att lättare kunna koncentrera sig. Läkemedelsbehandling bör alltid kombineras med föräldrautbildning, anpassning av skolsituationen eller andra stödsatser. Föreläsare är MaiBritt Giacobini, med dr, specialist inom barn- och ungdomspsykiatri och klinisk genetik, som presenterar aktuell kunskap om medicinsk behandling av adhd. Hon går igenom vilka preparat som finns, hur de verkar och hur man kan hantera olika biverkningar. Tillfälle ges att ställa frågor samt utbyta erfarenheter om hur dessa läkemedel fungerar.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar upp till 18 år med adhd. Maxantal: 120 deltagare.
Datum och tid	Torsdag 15/11 kl. 18.00 – 20.30
Plats	Aulan Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen.
Föreläsare	MaiBritt Giacobini, med dr, specialist inom barn och ungdomspsykiatri och klinisk genetik
Sista anmälningsdag	2018-10-28 på www.habilitering.se/kalendarium
Frågor	forumfunktionshinder.sls@sl.se , 08-123 350 20

OBS! Föreläsningen anordnas av Forum Funktionshinder.

Struktur och hjälpmedel för tonåringar – StoCKK

Tonåringar med adhd har ofta svårt att lära sig vardagsrutiner, passa tider, hålla reda på sina saker och komma ihåg vad de ska göra. Scheman, tidshjälpmedel, bildstöd och påminnelsehjälpmedel kan underlätta och hjälpa barnet till större självständighet. Vid denna föreläsning går personal från StoCKK (Stockholm Center för Kommunikativt och Kognitivt stöd) igenom hur man kan skapa struktur i vardagen med sådana hjälpmedel. Föreläsningen pågår i två timmar, därefter finns det möjlighet att besöka StoCKKs visningsmiljö där du kan se exempel på olika hjälpmedel och annat kognitivt stöd. Under visningstiden kommer även Bildshopen vara öppen, där det går att köpa med sig bildstöd i form av veckoschema, rutinschema, årsschema, packlistor med bilder och olika bildark. (Endast kontanter kan hanteras, ej kort). För information om visningsmiljön se www.habilitering.se/stockk. Kaffe, te och frukt kommer att finnas till självkostnadspris.

Målgrupp	Föräldrar till tonåringar 13-17 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Måndag 26/11 kl. 16.00 – 19.00 (Visningsmiljön kl. 18.00 – 19.00)
Plats	StoCKK, Sabbatsbergs sjukhus. (Exakt adress meddelas i deltagarbekräftelsen.)
Föreläsare	Personal från StoCKK
Sista anmälningdag	2018-11-12. OBS! Anmälan sker på: www.habilitering.se/kalendarium
Frågor	stockk.sls@sl.se , 08-123 351 50

OBS! Föreläsningen anordnas av StoCKK och hålls på Sabbatsbergs sjukhus.

Läkemedelsbehandling när man har två neuropsykiatriska diagnoser – autismspektrumdiagnos och adhd

Många barn och ungdomar med adhd har också en annan diagnos: autismspektrumdiagnos (ASD). Då kan läkemedel ofta vara till nytta. Men läkemedelsbehandling bör alltid kombineras med föräldrautbildning, anpassning av skolsituationen eller andra stödsatser. Föreläsare är MaiBritt Giacobini, med dr, specialist inom barn- och ungdomspsykiatri och klinisk genetik, som beskriver läkemedelsbehandling vid adhd/add när barnet också har en autismspektrumdiagnos (ASD). Hon går igenom vilka preparat som finns, hur de verkar och vilka biverkningar de kan ha. Tillfälle ges att ställa frågor samt utbyta erfarenheter om hur dessa läkemedel fungerar.

Målgrupp	Föräldrar till barn och tonåringar med adhd <u>och</u> autismspektrumdiagnos (ASD). Maxantal: 120 deltagare.
Datum och tid	Torsdag 6/12 kl.18.00 – 20.30
Plats	Aulan Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen.
Föreläsare	MaiBritt Giacobini, med dr, specialist inom barn- och ungdomspsykiatri och klinisk genetik
Sista anmälningdag	2018-11-18 på www.habilitering.se/kalendarium
Frågor	forumfunktionshinder.sls@sl.se , 08-123 350 20

OBS! Föreläsningen anordnas av Forum Funktionshinder.

För barn och tonåringar med egen diagnos

Barn och ungdomar med adhd kan själva behöva få kunskap om sin funktionsnedsättning. Vi erbjuder informationsträffar för barn och tonåringar med adhd respektive add. Vi erbjuder även informationsträffar för barn och tonåringar med adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD). Vi pratar om vad funktionsnedsättningen innebär och de unga får möjlighet att dela sina erfarenheter med varandra. För att kunna tillgodogöra sig dessa aktiviteter bör barnet eller tonåringen inte ha någon intellektuell funktionsnedsättning.

Aktiviteterna riktar sig endast till barn och tonåringar som vet om att de har diagnosen/diagnoserna. Vi rekommenderar varmt att du som förälder först går Adhd-centers grundkurs innan du anmäler ditt barn/tonåring till informationsträff.

Informationsträff för barn och tonåringar

Vad är adhd? – för barn 9-12 år

Målgrupp	Barn med adhd 9 - 12 år. Maxantal: 10 barn (Barnen sitter längst fram i salen och föräldrarna längst bak)
Datum och tid	Välj <u>ett</u> av nedanstående tillfällen: 1. Torsdag 23/8 kl. 14.00 – 15.00 2. Onsdag 12/9 kl. 14.00 – 15.00 3. Onsdag 3/10 kl. 14.00 – 15.00 4. Torsdag 1/11 kl. 15.00 – 16.00 5. Onsdag 28/11 kl. 14.00 – 15.00 6. Tisdag 18/12 kl. 14.00 - 15.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog från Adhd-center
Sista anmälningsdag	Två veckor före valt informationstillfälle på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Om ni får förhinder – lämna återbud i god tid så att någon annan kan få platsen:
kurser.adhd.sls@sl.se
eller 08-123 355 30

Vad är add? – för barn 9-12 år

Målgrupp	Barn med add 9 - 12 år. Maxantal: 10 barn (Barnen sitter längst fram i salen och föräldrarna längst bak)
Datum och tid	Välj <u>ett</u> av nedanstående tillfällen: 1. Torsdag 20/9 kl. 14.00 – 15.00 2. Onsdag 10/10 kl. 13.00 – 14.00 3. Onsdag 5/12 kl. 14.00 – 15.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog från Adhd-center
Sista anmälningdag	Två veckor före valt informationstillfälle på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Vad är adhd? – för tonåringar 13-17 år

Målgrupp	Tonåringar med adhd 13 - 17 år. Maxantal: 15 tonåringar
Datum och tid	Välj <u>ett</u> av nedanstående tillfällen: 1. Onsdag 12/9 kl. 16.00 – 17.00 2. Onsdag 28/11 kl. 16.00 – 17.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog från Adhd-center
Sista anmälningdag	Två veckor före valt informationstillfälle på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Vad är add? – för tonåringar 13-17 år

Målgrupp	Tonåringar med add 13 - 17 år. Maxantal: 15 tonåringar
Datum och tid	Välj <u>ett</u> av nedanstående tillfällen: 1. Torsdag 20/9 kl. 16.00 – 17.00 2. Onsdag 10/10 kl. 15.00 – 16.00 3. Tisdag 18/12 kl. 16.00 – 17.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog från Adhd-center
Sista anmälningdag	Två veckor före valt informationstillfälle på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Aktiviteterna riktar sig endast till barn och tonåringar som vet om att de har adhd/add och autismspektrumtillstånd (ASD). Vi rekommenderar varmt att du som förälder först går Adhd-centers grundkurs innan du anmäler ditt barn/tonåring till informationsträff.

Vad är adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD)? – för barn 9-12 år

Målgrupp	Barn med adhd/add och autismspektrumtillstånd (ASD) 9 - 12 år. Maxantal: 10 barn (Barnen sitter längst fram i salen och föräldrarna längst bak)
Datum och tid	Tisdag 25/9 kl. 14.00 – 15.30
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog från Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-09-11 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

BARN

Vad är adhd/add och autismspektrumdiagnos (ASD)? – för tonåringar 13-17 år

Målgrupp	Tonåringar med adhd/add och autismspektrumtillstånd (ASD) 13 - 17 år. Maxantal: 15 tonåringar
Datum och tid	Välj <u>ett</u> av nedanstående tillfällen: 1. Onsdag 26/9 kl. 15.00 – 16.30 2. Tisdag 27/11 kl. 14.00 – 15.30
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog från Adhd-center
Sista anmälningsdag	Två veckor före valt informationstillfälle på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

TONÅRINGAR

För syskon

Syskoninformation

Syskon till barn och ungdomar med adhd/add kan ha behov av att veta mer om funktionsnedsättningen. Vi har informationstillfällen för syskon till de barn, ungdomar och unga vuxna (3-25 år) med adhd/add som är registrerade hos Adhd-center. Informationstillfället riktar sig till syskonen.

Välj informationstillfälle efter åldern på syskonet som ska delta.

Syskonet bör inte själv ha en neuropsykiatrisk diagnos.

Syskoninformationen riktar sig endast till barn som känner till sitt syskons diagnos. Vi rekommenderar varmt att du som förälder först går Adhd-centers grundkurs innan du anmäler ett syskon till informationsträff.

TONÅRINGAR
BARN

Syskoninformation om adhd/add för syskon 9-12 år

Målgrupp	Syskon 9 - 12 år till barn och unga med adhd/add. Maxantal: 20 deltagare.
Datum och tid	Välj <u>ett</u> av nedanstående tillfällen: 1. Onsdag 22/8 kl. 14.00 – 15.00 2. Onsdag 17/10 kl. 13.00 – 14.00 3. Tisdag 11/12 kl. 14.00 – 15.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	Två veckor före valt informationstillfälle på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

TONÅRINGAR
BARN

Syskoninformation om adhd/add för syskon 13-17 år

Målgrupp	Syskon 13 - 17 år till barn och unga med adhd/add. Maxantal: 25 deltagare.
Datum och tid	Välj <u>ett</u> av nedanstående tillfällen: 1. Onsdag 22/8 kl. 16.00 – 17.00 2. Onsdag 17/10 kl. 15.00 – 16.00 3. Tisdag 11/12 kl. 16.00 – 17.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Kursledare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	Två veckor före valt informationstillfälle på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

För andra närstående

Speciellt för mor- och farföräldrar

Att ha ett barnbarn med adhd/add kan vara förenat med många tankar och frågor. Vid den här endagskursen får mor- och farföräldrar till barn och tonåringar som är registrerade vid Adhd-center veta mer om vad funktionsnedsättningen innebär och beror på. De får också råd om hur de bäst kan stötta sitt barnbarn och den övriga familjen. Välj ett av nedanstående kurstillfällen. Det är du som vårdnadshavare som gör anmälan.

Vi rekommenderar varmt att du har gått vår grundkurs för föräldrar innan du anmäler ditt barns mor- och farföräldrar till kursen.

Speciellt för mor- och farföräldrar – barn upp till 12 år

Målgrupp	Mor- och farföräldrar till barn upp till 12 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Välj <u>ett</u> av nedanstående tillfällen: <ol style="list-style-type: none">1. Fredag 17/8, kl. 9.00 – 15.002. Fredag 28/9 kl. 9.00 – 15.003. Fredag 19/10, kl. 9.00 – 15.004. Torsdag 20/12, kl. 9.00 – 15.00
Plats	Adhd-center, Rosenlund, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen.
Föreläsare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	Två veckor innan valt kurstillfälle på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

BARN

Speciellt för mor- och farföräldrar – tonåringar 13-17 år

Målgrupp	Mor- och farföräldrar till tonåringar 13 – 17 år. Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Välj <u>ett</u> av nedanstående tillfällen: <ol style="list-style-type: none">1. Fredag 19/10, kl. 9.00 – 15.002. Torsdag 20/12, kl. 9.00 – 15.00
Plats	Adhd-center, Tideliussgatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen.
Föreläsare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	Två veckor innan valt kurstillfälle på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

TONÅRINGAR

Speciellt för mor- och farföräldrar om adhd/add och autismspektrumtillstånd (ASD)

Att ha ett barnbarn med både adhd/add och autismspektrumtillstånd (ASD) kan vara förenat med många tankar och frågor. Adhd-center erbjuder en endagskurs för mor- och farföräldrar till barn som har autismspektrumtillstånd (ASD) och adhd av kombinerad form eller add. Under kursen ges kunskap om vad funktionsnedsättningarna innebär och beror på. Vad får det för konsekvenser för den som lever med det och vad blir det för konsekvenser för omgivningen? Vi varvar föreläsningsspass med diskussioner och erfarenhetsutbyte om att stötta sitt barnbarn och den övriga familjen. Det är du som vårdnadshavare som gör anmälan.

Vi rekommenderar varmt att du som förälder har gått vår grundkurs, eller introduktionskurs om autismspektrumtillstånd (ASD), innan du anmäler ditt barns mor- och farföräldrar till detta seminarium.

Speciellt för mor- och farföräldrar om adhd/add och autismspektrumtillstånd (ASD) – barn och tonåringar upp till 17 år

Målgrupp	Mor- och farföräldrar till barn och tonåringar (upp till 17 år) med adhd/add <u>och</u> autismspektrumtillstånd (ASD). Maxantal: 35 deltagare.
Datum och tid	Fredag 2/11 kl. 9.00 – 15.00
Plats	Adhd-center, Tideliugatan 12, Huvudentrén, bottenvåningen.
Föreläsare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-10-19 www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

Kurserna ovan vänder sig till mor- och farföräldrar med barnbarn som har fått både diagnosen adhd eller add och autismspektrumdiagnos (ASD).

Om adhd för släkt och vänner

Till denna föreläsning kan du som förälder bjuda in släktingar och nära vänner som du tycker behöver kunskap om ditt barns diagnos. Syskon över 18 år är varmt välkomna att delta. Föreläsningen riktar sig endast till dem som inte har en egen aktivitet i kursprogrammet – därför rekommenderar vi att syskon under 18 år samt mor- och farföräldrar anmäls till kurserna på sidorna 30-32.

Föreläsningen riktar sig till personer över 18 år.

Om adhd för släkt och vänner

Målgrupp	Övrig släkt och nära vänner till familjen ² .
Datum och tid	Onsdag 19/12 kl. 17.00 - 19.00. Maxantal: 120 deltagare.
Plats	Aulan Rosenlund, Tideliugatan 12, Huvudentrén, Bottenvåningen
Föreläsare	Leg. psykolog, Adhd-center
Sista anmälningsdag	2018-12-05 på www.habilitering.se/adhd-center
Frågor	kurser.adhd.sls@sl.se

² Föreläsningen riktar sig även till unga vuxna med adhd och deras närstående

För yrkesverksamma

Att arbeta med barn och unga som har adhd

Föreläsningen vänder sig till pedagoger, fritidspersonal, tränare och andra som i yrket möter barn och ungdomar med adhd. Föreläsningen ger grundläggande kunskap om diagnosen med fokus på strategier som kan underlätta för den unga att lyckas. Deltagarna ges möjlighet att diskutera hur anpassningar kan göras på den egna arbetsplatsen.

Föreläsningen kräver ingen föranmälan och är kostnadsfri.

Att arbeta med barn och unga som har adhd

Målgrupp	Yrkesverksamma som arbetar med barn och ungdomar med adhd och add. Maxantal: 350 deltagare.
Datum och tid	Måndag 17/9 kl. 13.30 – 16.30 Tisdag 4/12 kl. 13:30 – 16.30
Plats	OBS! Rörstrands konferenscenter, Rörstrandsgatan 5, Stockholm
Föreläsare	Leg. psykolog, Adhd-center
Anmälan	Ingen föranmälan
Frågor	forumfunktionshinder.sls@sil.se eller 08 – 123 350 20

Obs! Föreläsningen anordnas av Forum Funktionshinder. Frågor om föreläsningen kan ställas per e-post: forumfunktionshinder.sls@sil.se eller per telefon: 08 – 123 350 20.

Tipsa gärna personalen på ditt barns förskola/skola/gymnasium om föreläsningen!

Övriga tjänster från Adhd-center

Adhd-centers webbplats

På vår webbplats www.habilitering.se/adhd-center får du information om våra kurser, föreläsningar och andra aktiviteter. Här finns vårt kursprogram att ladda ner och det är också här som du anmäler dig till kurserna och föreläsningarna. Eventuella ändringar och tillägg annonseras alltid på hemsidan. På hemsidan finns också informationsmaterial att ladda ner, boktips, filmer, länkar och annan information som du kan ha nytta av.

Adhd-centers rådgivning om adhd och strategier i vardagen

Adhd-center har en egen upplysnings- och rådgivningstjänst, dit du kan ringa eller skicka e-post och få svar på olika frågor om adhd och strategier i vardagen. Du ringer till vår expedition 08- 123 355 30 mellan klockan 8.00 och 15.00 (med avbrott för lunch mellan 12.00-13.00) och talar om att du vill ha rådgivning. Någon av våra psykologer ringer sedan upp dig inom en vecka. Vår e-postadress är adhd-center.sls@sl.se.

Uppge aldrig personnummer när du skickar e-post eftersom vi inte kan garantera full sekretess.

Informationsmaterial

På Adhd-center har vi mycket informationsmaterial om adhd och samhällsstöd, i form av faktablad, broschyrer, foldrar, filmer med mera. Det mesta av detta ligger på hemsidan och en del material kan du få när du går på kurs eller föreläsning hos oss.

Öppna verksamheter - Habilitering & Hälsa

Stockholm Center för Kommunikativt och Kognitivt stöd (StoCKK)

På StoCKK kan du få information, utbildning och konsultation inom kommunikativt och kognitivt stöd. StoCKK har en visningsmiljö med tips på kognitiva hjälpmedel. Lokalerna ligger på Sabbatsbergs sjukhus. Dit är alla som vill välkomna på Öppet Hus. Läs bl a om öppettider på webbplatsen:

www.habilitering.se/stockk

E-post: stockk.sls@sl.se

Tel: 08-123 351 50

Forum Funktionshinder

Forum Funktionshinder är ett informationscenter inom Habilitering & Hälsa. Centret är öppet för alla intresserade som vill ställa frågor, hämta informationsmaterial, låna böcker och ställa frågor per telefon eller e-post inom området funktionshinder. Mer information om Forum Funktionshinder: www.habilitering.se/forum-funktionshinder

Bibliotek

Habilitering & Hälsa har ett bibliotek som är öppet för alla som vill låna böcker och annat material om adhd. Där finns även skrifter om ASD och andra funktionsnedsättningar. Vi tar gärna emot tips på böcker som du tycker bör finnas i biblioteket. Tips på böcker får du också genom Adhd-centers sammanställning av litteraturtips. För information om bibliotekets adress och öppettider, gå in på webbplatsen:

www.habilitering.se/forum-funktionshinder/biblioteket

Frågetjänst om skolfrågor och samhällets stöd

En upplysningstjänst för frågor som rör exempelvis skolan, skollagen, rättigheter och insatser från samhället för personer med funktionsnedsättning. De som svarar är socionomer och har lång erfarenhet inom funktionshindersonrådet. Läs om öppettider på webbplatsen: <http://habilitering.se/forum-funktionshinder/fragetjanst-pa-forum-funktionshinder>

E-post: forumfunktionshinder.sls@sl.se

Tel: 08-123 350 10

Forum Funktionshinder driver även webbplatsen *Funktionshinderguiden* som är en informationstjänst i Stockholms län: www.habilitering.se/funktionshinderguiden

Vi som arbetar på Adhd-center

Administration

Ann-Sofie Holmertz, enhetschef

Stina Jangen, administratör

Jackline Nakaiza, administratör

Christopher Waldron, administratör

Psykologer

Jennifer Almqvist, leg. psykolog

Jessica Axelhed, PTP-psykolog

Lotta Björnfot, leg. psykolog

Sahar Gaveli, leg. psykolog

Mikaela Grännby, leg. psykolog

Corinna von Holst, leg. psykolog

Axel Kirkegaard, leg. psykolog

Lena Westholm, leg. psykolog

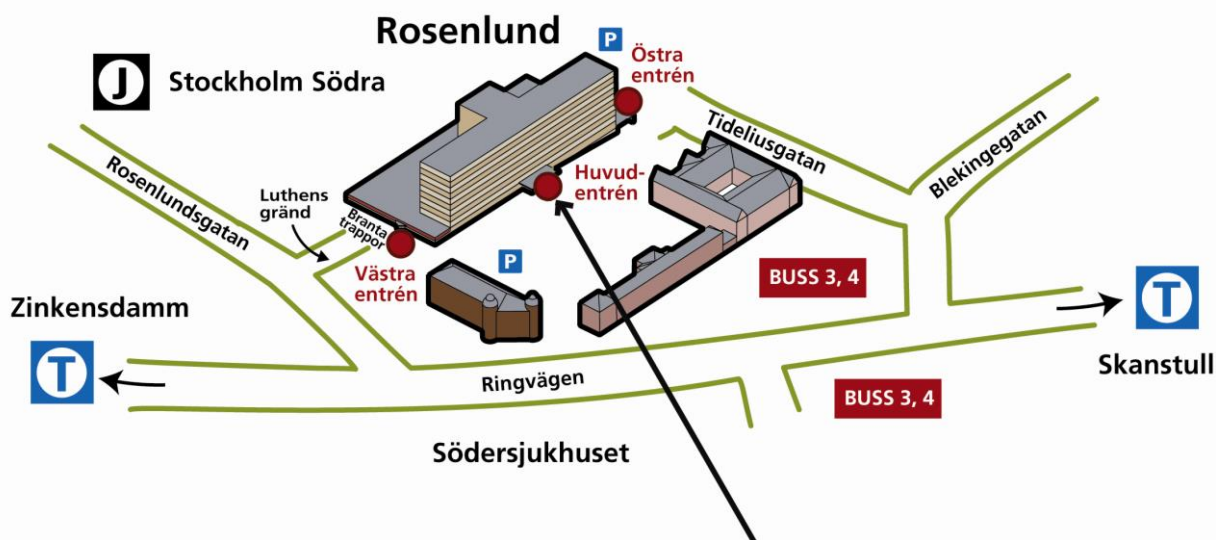
Indra Windh, leg. psykolog

Arbetsterapeut

Erika Larsson, leg. arbetsterapeut

Adhd-center

habilitering.se/adhd-center



Pendeltåg

Tunnelbana

Åk till station Stockholms Södra, uppgång Rosenlundsgatan.

Åk till Skanstull. Ta buss 3 mot Södersjukhuset eller buss 4 mot Radiohuset. Gå av vid hållplats Rosenlund.

Alternativt åk till Zinkensdamm. Ta buss 4 mot Gullmarsplan. Gå av vid hållplats Rosenlund.

Buss

Nummer 3, 4, 74 och 164 trafikerar hållplats Rosenlund.

Bil

Det finns ett begränsat antal besöksparkeringar i parkeringsgaraget inom Rosenlundsområdet.

Allmän information

Telefon (expeditionen): 08- 123 355 30

måndag-fredag 08.00-15.00, lunchstängt 12.00-13.00. Övrig tid telefonsvarare.

e-post: adhd-center.sls@sl.se

Kursförfrågningar

Telefon (expeditionen): 08- 123 355 30

måndag-fredag 08.00-15.00, lunchstängt 12.00-13.00. Övrig tid telefonsvarare.

e-post: kurser.adhd.sls@sl.se

Ladda ner kursprogrammet via www.habilitering.se/adhd-center

Rådgivning – om adhd och strategier i vardagen

Telefon 08- 123 355 30, begär rådgivning.

e-post: adhd-center.sls@sl.se

Postadress

Adhd-center

Rosenlund

Box 17056

104 62 Stockholm

Besöksadress

Tideliusgatan 12

Stockholm

OBS! Kommunikation via e-post är en offentlig handling. Kom ihåg att inte skicka känsliga uppgifter som t.ex. personuppgifter