

NYHETSREVY

Oktober 2020

En spesiell tid

Høsten er over oss i all sin fargeprakt. Vi har gradvis tatt tilbake hverdagen vår med tilpasninger til smittevernreglene..



Oktober måned er også ADHD Awareness month og vi som organisasjon markerer dette ved å spre info om ADHD via alle medier. Det er veldig fint hvis dere deler det vi legger ut på vår facebookside.



I skrivende stund er det usikkert hvor mange av våre planlagte aktiviteter vi vil kunne klare å gjennomføre som følge av økt smitte, men vi har planlagt som normalt så får vi ta de eventuelle endringene som det kommer.

Vi håper alle er flinke med å holde avstand, vanske hender og være årvåkne på eventuelle symptomer så ses vi nok snart på en aktivitet eller to.

Likepersoner

Fylkeslaget har likepersoner som kan kontaktes for telefonisk samtale for ADHD relaterte samtaler.

Lars Morten Lersveen 41223616 (V)
Mona Breiding Lersveen 92035322 (B/U/PV)
Sissel Sundet 90785458 (B/PV)
Kjerstin Bjerås 41245625 (V)

Arrangementer

Her er en foreløpig oversikt over hvilke aktiviteter vi har fastsatt høsten 2020
06.10.2020 Voksenaktivitet med Bowling
22.10.2020 Temakveld par
28.10.2020 Voksenaktivitet med Bowling
12.11.2020 Temakveld par
21.11.2020: Medlemsbowling for familier
24.11.2020 Voksenaktivitet med Teater
04.-06.12.2020: LAN for ungdom
10.12.2020 Temakveld par

Foreløpige planlagte aktiviteter våren 2021:
13.03.2021 Årsmøte med temamøte

De fleste invitasjonene er å finne på hjemmesiden <https://adhdnorge.no/fylkeslag-og-lokallag/#nord-trondelag> og vi oppdaterer aktivitetsoversikten fortløpende. Aktivitetene er også lagt ut på kalenderen til ADHD Norge på www.adhdnorge.no samt på vår facebookside **ADHD Norge Nord-Trøndelag**

Vi har også mulighet for å gjennomføre digitale **samtalegrupper**, og ber dere som ønsker å delta på det om å sende en epost til nt@adhdnorge.no

Vi jobber fortsatt med å få på plass temakvelder med temaet muligheter og rettigheter for foreldre til barn og ungdom med ADHD.

Vi er opptatt av at det skal oppleves trygt å delta på våre arrangementer og i forbindelse med gjennomføring sender vi alltid ut smitteverninfo i forkant. Vår smitteverninfo kan leses her: <https://adhdnorge.no/content/uploads/2020/10/oppdattert-info-vedr.-smittevern.pdf>

Andre arrangementer som vi ikke er arrangører av, men som dere er velkomne til å melde dere på til:

13.10.2020 Verdensdagen for psykisk helse markeres på dampsga kulturhus med Pelle Sandstrak (Mr. Tourette) som hovedforedragsholder. Reserver billetter gratis på www.dampsaga.no

23 og 24.10.2020 arrangeres det levekårskonferanse med tema «veien mot arbeidslivet – hvordan jobbes det fra skolene, fylkeskommunen og fylkesmannen for å forberede elevene mot arbeidslivet. Påmeldingsfrist 12.10.2020 evt snarest. Les foreløpig invitasjon og program her: <https://varres.no/index.php/43-levekarskonferanse-23-og-24-10-veien-mot-arbeidslivet-hvordan-jobbes-det-fra-skolene-fylkeskommunen-og-fylkesmannen-for-a-forberede-elevene-mot-arbeidslivet>

01.11.2020 starter FFO Trøndelag opp et digitalt prosjekt som heter «Jeg vil endre». Påmeldingsfrist: 31.10.2020. For nærmere info om prosjektet kan dere lese her: <https://ffo.no/fylkeslag/ffo-trondelag/arrangement/jeg-vil-endre/>

6-8.11.2020 arrangerer Bufdir kurset "hva med meg" for aleneforeldre i Trondheim. For nærmere info: https://bufdir.no/Familie/Kurs/Midt_Norge/hva_med_meg_kurs_for_aleneforeldre_trondheim/

Våren 2021 (sannsynligvis i januar) starter det opp nytt kurs for ungdom / unge voksne med ADHD i alderen 16-23 år på Namsos. Du trenger henvisning fra fastlege til å delta på kurset. Mer info om kurset finner du her: <https://hnt.no/behandlinger/kurs-og-opplering-for-pasient-og-parorende/adhd-gruppe-for-ungdom-og-unge-voksne-sykehuset-namsos>

Lokallag:

Vi har tre lokallag i Nord-Trøndelag. Her presenterer vi litt info fra dem.

Indre Namdal omegn:

Lokallaget ligger pr i dag på is, men dersom noen ønsker å "blåse liv" i det igjen hadde det vært fint om dere tok kontakt med fylkeslaget på tlf 92035322 eller på epost nt@adhdnorge.no

Ytre Namdal:

Kontaktperson er lokallagsleder Ingvill Marie Grande på tlf 47391204 eller epost: adhd.ytre.namdal@gmail.com.

Verdal Omegn:

Kontaktperson er lokallagsleder Lars Morten Lersveen på tlf 41223616 eller epost: adhdverdal.sekr@gmail.com

ADHD Norges hjemmesider

På www.adhdnorge.no ligger det mye nyttig info. Her ligger blant annet en del artikler og videosnutter. Vi anbefaler alle om å benytte hjemmesidene for å finne nyttig materiell: Her ligger blant annet info om:

- Skolestart
- Yoga for deg med ADHD
- Konflikt håndtering – når det smeller i familien
- Samlivsråd
- Sparetips i en vanskelig hverdag
- Landsmøte 2020
<https://adhdnorge.no/aktuelt/lands-motet-2020/>
- Se, lytt og bry deg (verdensdagen for psykisk helse)
- Videosnutter om ADHD på følgende link:
<https://adhdnorge.no/avdeling/filmer/>
- Gratis e-læringskurs
<https://adhdnorge.no/aktuelt/gratis-e-laeringskurs/>

Med vennlig hilsen

Styret i ADHD Norge, Nord Trøndelag

Epost: nt@adhdnorge.no

Styret kan kontaktes ved:

Fylkesleder Lars Morten:	41223616
Styremedlem/Sekretær Mona:	92035322
Styremedlem/kasserer Sissel:	90785458
<u>Ungdomsrepresentant:</u>	
Kent-André	91544670