

ADHD Norge

for mennesker med ADHD, deres foresatte og familier





ET GODT LIV FOR ALLE MED **ADHD**

ADHD Norge er en medlems-og interesseorganisjon for mennesker med ADHD, deres foresatte og familier og andre som har interesse for ADHD saken.

Organisasjonen ble opprettet i 1979 og er en av de største innenfor psykisk-helse feltet i Norge med ca. 15 000 medlemmer i 2022.

Sekretariatet i ADHD Norge består av 9 ansatte.



Alt arbeid bygger på organisasjonens vedtekter og verdigrunnlag:

- å utbre kunnskap og forståelse for ADHD
- å holde medlemmene underrettet om rettigheter og muligheter for støtte fra samfunnets hjelpeapparat
- å fremme samfunnsmessig likestilling for mennesker med ADHD.



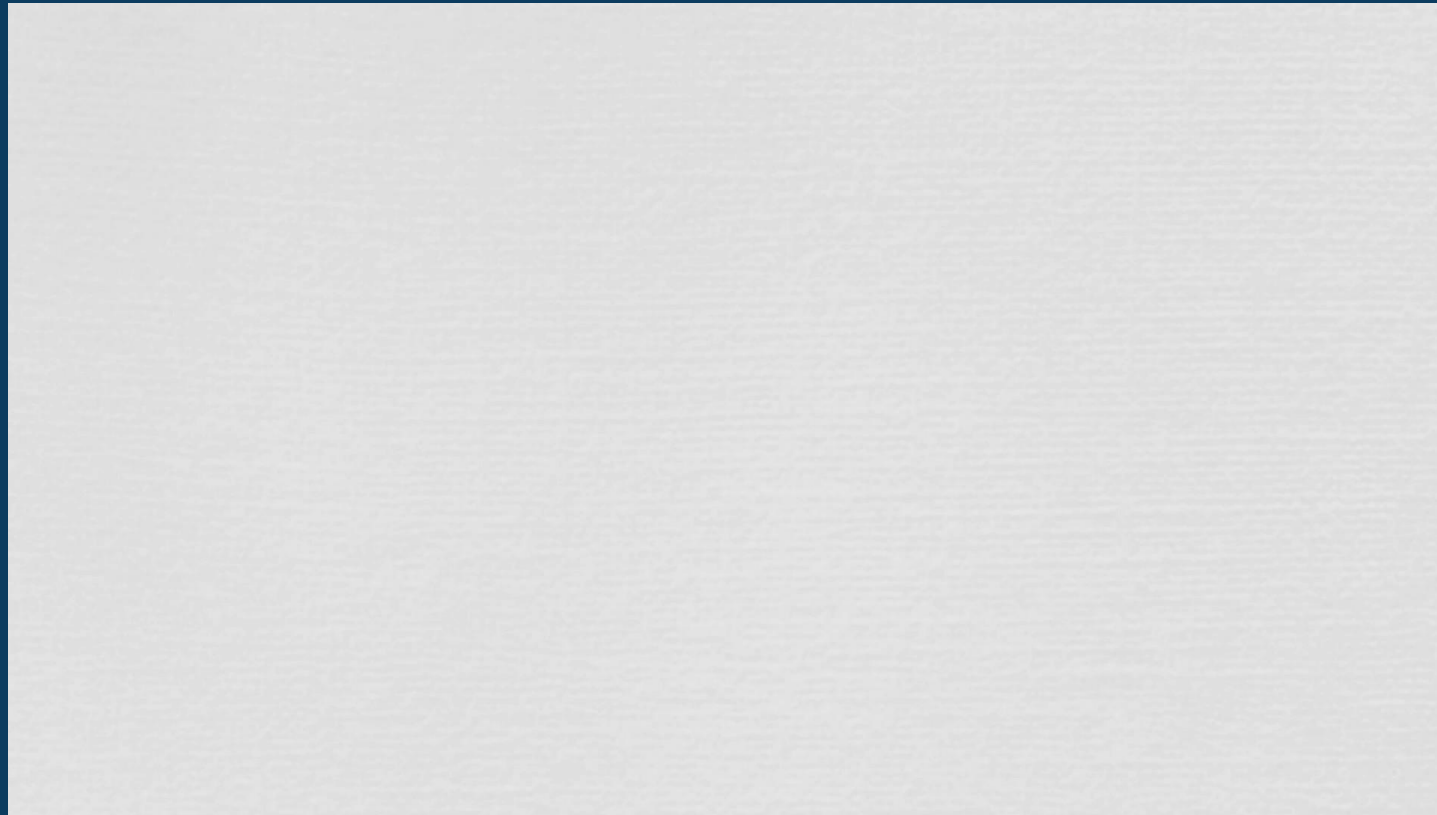


Fylkes- og lokallag

Organisasjonen har 18 fylkeslag og 30 lokallag. Disse består av frivillige.

De har likepersoner og arrangerer aktiviteter.

Hva er ADHD?



Tilretteleggingsbehov og ADHD

Kursdeltagere med ADHD trenger ekstra motivasjon og oppmuntring for å begynne på og fullføre kurs. De trenger;

- korte økter med hyppige pauser
- gode visuelle hjelpemidler og ferdige notater
- engasjerende og motiverende foredragsholdere med ekstra kompetanse
- ekstra god tid til spørsmål
- ekstra repetisjon av lærestoffet
- tilrettelagt kurssted

For ungdomstiltak er det nødvendig med ledsagere og/eller ekstra oppholdsledere utover det som er vanlig i samme aldersgruppe. For mange med ADHD er det nødvendig med forutsigbarhet, gode rammer og trygge, kjente voksenpersoner. Ledsagerne tilrettelegger for sosial mestring og hjelp til struktur og orden og er med å dempe uheldige sider ved å ha ADHD.

Tilleggsvansker og ADHD

Forskning viser at ca. 75% av voksne med ADHD har tilleggsvansker som depresjon, angst, søvnvansker, bipolar lidelse, personlighetsforstyrrelser og rusmiddelmisbruk.

En del sliter også med lese- og skrivevansker. Sammenhengen mellom ADHD og tilleggsvansker er komplisert og fortsatt gjenstand for forskning.

Mange med diagnosen ADHD har kognitive vansker som gir utfordringer spesielt for eksekutive funksjoner. Funksjonene inkluderer arbeidsminne, evne til å planlegge, hemming av atferd, å komme i gang med aktiviteter og å være fleksibel for endringer.

Ekstra kostnader ifm tilretteleggingstiltak

- Kursarrangør vil benytte ekstra tid på å motivere enkeltdeltakere til å delta og sende ut ekstra påminnelser om kurset i forkant.
- Arrangementet på nasjonalt nivå kan by på lange reiser for kursdeltakere.
- Engasjerende og motiverende foredragsholdere som kjenner til diagnosen ADHD koster mer.
- Kurs må strekkes over lengre tid.
- Ledsagere. Våre ungdomstiltak må ha ledsagere eller ekstra bemanning for at ungdommene skal kunne delta (alder 14-26 år). Ekstra kostnader til lønn, opphold, reise vil påløpe.
- Kursstedet må ha større kapasitet pga. Ledsagere.
- Offentlige undervisningslokaler som ikke har universell utforming eller hensiktsmessige for vår målgruppe, vil føre til merutgifter til lokalleie.

Eksempler på kurs

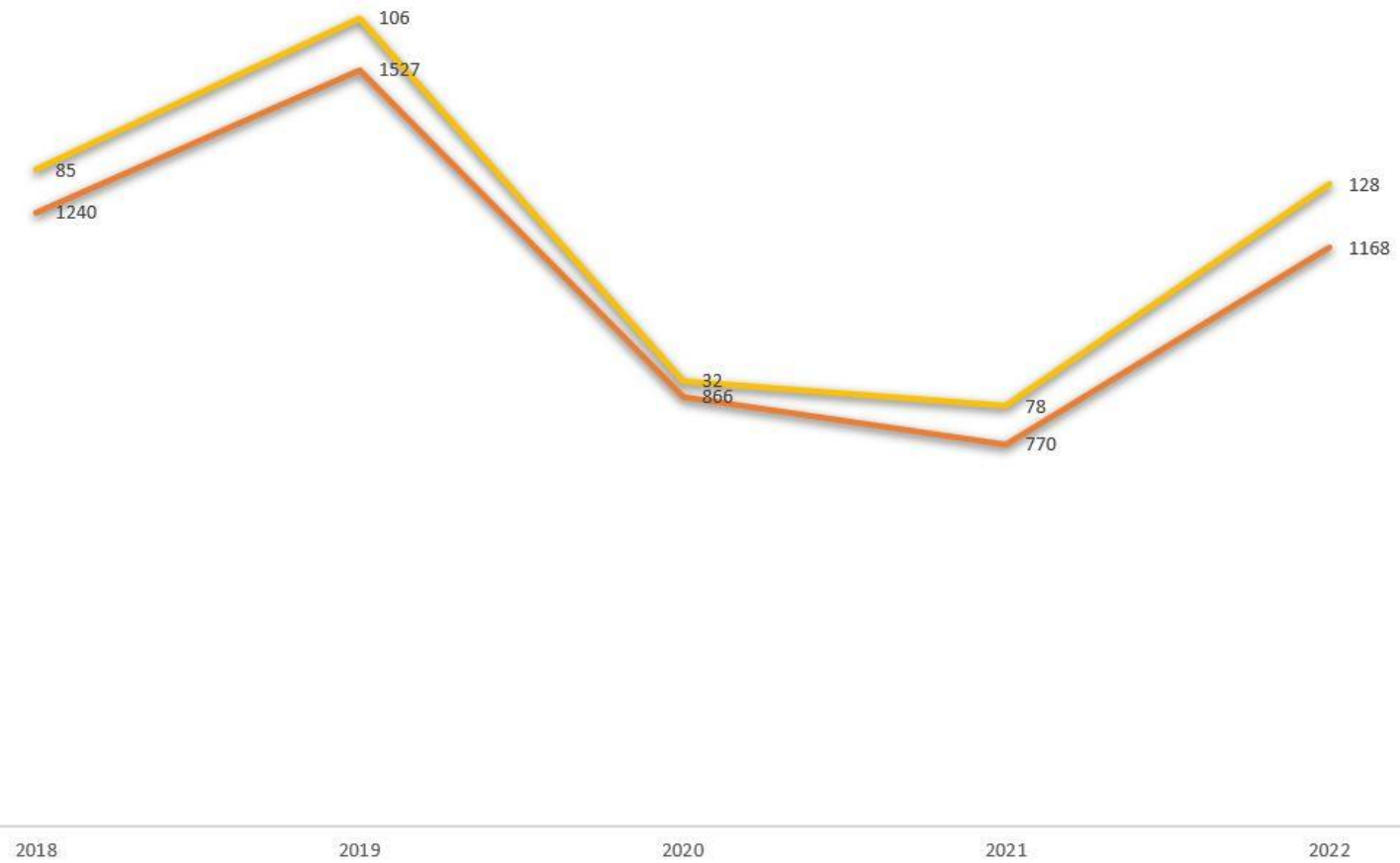
- Brukermedvirkersamling
- Workshop for unge frivillige
- Opplæring i organisasjonsarbeid
- Villmarkscamp/sommerleir (lærings og mestringsaktiviteter i friluft)
- Foreldre/pårørende kurs til ungdom som er diagnostisert med ADHD
- Lære å studere med ADHD
- Yogakurs for voksne
- ADHD og arbeidsliv
- Du og jeg og ADHD- samlivskurs

ADHD Norges studieplaner

KODE	TITTEL	▼ TIMER	UTARBEIDET AV
11225	ADHD nettverksmøte, samtalegruppe	4-36	ADHD NORGE
11224	Kunnskap om diagnose, rettigheter og tiltak	4-36	ADHD NORGE
1109	Mestringsaktiviteter innen fritid, idrett og kultur	4-40	ADHD NORGE
11223	Organisasjonsarbeid i ADHD Norge	4-36	ADHD NORGE

Kursstatistikk

— Timer — Kurs



Hvordan og hvem rapporterer kurs

I dag er vi to ansatte i sekretariatet som jobber som studieledere.

Flere fylkes og lokallag rapporterer sine kurs.

I 2022 var det 12 fylkes og lokallag som søkte opplæring og tilretteleggingstilskudd.

ADHD Norge tilbyr bistand til å registrere kurs for fylkes og lokallag ved behov. Dette vil bidra til å kunne få rapportert mest mulig av kursaktiviteten i organisasjonen.

Vi gir råd og veiledning under hele prosessen og håper at dette vil være en start innenfor studiearbeid for de tillitsvalgte, slik at de etterhvert selv kan registrere kursene.

Hvordan fordeler vi TRT innad i organisasjonen?

TRT midlene blir fordelt på sentrale og lokale kurs.

Fordelingen varierer utefra kursaktiviteten hvert år og tildelt TRT.

I 2022 ble ca. 60% av TRT fordelt på sentrale kurs, resterende 40% ble fordelt på kurs arrangert av fylkes og lokallag.

**ET GODT LIV FOR
ALLE MED ADHD**



adhdnorge.no