

Foreldrekurs ADHD - for foreldre til barn som har fått ADHD diagnose

Lærings- og mestringssenteret Lofoten

Nyttige adresser

NHI.NO
Norsk Helseinformatikk

ADHD NORGE

helsenorge.no

helsebiblioteket.no



Nordlandssykehuset HF
Lærings- og mestringssenteret
E-post: lmsenter@nlsh.no

www.nordlandssykehuset.no

NLSH 3583

Følg oss på:    

 **NORDLANDSSYKEHUSET**
NORDLÅNDA SKIPPIJVIESSO



Hvem er kurset beregnet for?

Kurset er for foreldre som har barn med ADHD-diagnose og har tilknytning til Lofoten. Det er venteliste til kurset, og du må være henvist av barnets behandler ved BUP for å delta.

Hva kreves for å delta

Du må være motivert for å delta i undervisningen. Gjennom å dele erfaringer, utfordringer og gode råd med andre i samme situasjon øker muligheten for bedre mestring av fremtiden.

Vi ønsker at alle foresatte tar e-læringskurset av Helse Sør-Øst i forkant av kurset:
<https://adhdnorge.no/ungdom/4907>

Formål

Kursets formål er at deltakerne øker sin kunnskap om ADHD, om behandling og tilrettelegging for barn med ADHD, og om hvordan en kan oppleve økt mestring i hverdagen som forelder. Kurset gir mulighet til å treffe andre i samme situasjon for erfaringsutveksling. Kunnskap kan øke trygghet og gjøre hverdagen lettere.

Noe av kursets innhold

- Innlegg fra brukerrepresentant for foreldregruppen
- Hva er ADHD? Ved psykolog/lege
- Skole og utdanning, ved PPT Vestlofoten
- Rettigheter
- Tilleggsproblematikk
- Behandling, inkludert medisiner
- Kunnskap om søvn og ernæring
- God til tid spørsmål, erfaringsutveksling og diskusjon

Praktisk informasjon

Kurset går over to dager på dagtid. Det er plass til ca. 12 kursdeltakere per kurs.

Kurset er gratis. Foreldre kan søke opplæringspenger fra NAV.

Mer om opplæringspenger og søknadsskjema:
<https://nav.no/samarbeidspartner/opplæringspenger>

Les mer om rettigheter ved kursdeltakelse:
nordlandssykehuset.no/rettigheter/rettigheter-ved-pasient-og-parorendeopplering-i-grupper

Ofte stilte spørsmål

- Hvorfor fikk akkurat mitt barn ADHD?
- Hvordan kan jeg som forelder håndtere hverdagen?
- Hvordan kan jeg tilrettelegge for at barnet mitt skal kunne mestre hverdagen?
- Hva med medisiner, virkninger og bivirkninger?
- Hvilket kosthold bør vi ha?
- Hvorfor får barn med ADHD ulik behandling?



Hvordan få kursplass

Barnets behandler vil gi informasjon rundt kursdeltakelse, og sette deg/dere på venteliste til «ADHD foreldrekurs» BUP Lofoten.

Kurssted

Kurset holdes i Store møterom i 3. etasje, over hovedinngangen ved Nordlandssykehuset Lofoten, Gravdal. Benytter vi andre kurssted får du informasjon om dette i innkallingsbrevet.

Mer informasjon om kurset

nordlandssykehuset.no/behandlinger/kurs-og-opplering-for-pasient-og-parorende/adhd-foreldrekurs-lofoten

Rådgiver LMS Lofoten, elin.pladsen@nlsh.no

OBS! Ikke send personopplysninger på e-post!

Telefonnummer sentralbord BUP Lofoten, 905 35 420

Et samarbeid mellom PHBU Lofoten, representant for foreldregruppa, representant for barnegruppa, ADHD Norges fylkeslag Nordland, PPT Vestlofoten og Lærings- og Mestringscenteret.

læring : mestring