Invitasjon til inspirasjons dag

ADHD Norge Innlandet fylkeslag har gleden av å invitere alle frivillige og tillitsvalgte til en egen inspirasjons dag .

For kontaktpersoner, brukermedvirkere, ressurspersoner, styremedlemmer, vara medlemmer, valgkomite medlemmer og likepersoner i Innlandet.

Dato : 29 september

Tid: 11.00 - 17.00

Sted: Wergeladnsgate 4, Hamar.

Vi har satt sammen foredrag etter ønsker og innspill fra våre frivillige og håper at mange vil møte. Vi disker opp med spennende foredrag og litt ekstra godt å spise.

Faglig rådgiver / psykolog Lucie Glede Collet vil holde innlegg om

- Omsorgs trøtthet

- Det siste innen forskning

-ADHD uoppmerksom type og maskering

- ADHD og hormoner

- ADHD og kjønnsforskjeller

Familie terapeut Anges Katrine Roglid Hagaset vil ha innlegg om :

- Relasjoner med vekt på kommunikasjon og samspill

Fylkesleder Irene Richardsen- Angen vil snakke om tema

-Kost og mat for kropp og topp .

Vi håper disse temaene vi inspirere til gode samtaler og refleksjoner.

Meld dere på senest 20 september.

HUSK å melde inn allergier .

Inspirasjons dagen er gratis , men ved NO SHOW vil fylkeslaget fakturere manglende oppmøte med 600 kr,

Velkommen til en inspirasjons dag i Innlandet

Styret