

ADHD Norge Oslo & ADHD Norge Akershus inviterer til Temakveld Hvorfor er det vanskelig med balanse i ADHD-livet?



Fagkveld med psykiater og forfatter Kristin Leer Forfatter av «ADHD – 7 veier til ny forståelse».

Balanse i hverdagen kan være utfordrende for personer med ADHD. Kristin Leer deler innsikt fra klinisk arbeid, undervisning og egne erfaringer — med varme, humor og gjenkjennelse. Dette blir en kveld med faglig tyngde, praktiske råd og nye perspektiver. Kristin Leer er psykiater og forfatter med lang erfaring innen allmennmedisin, psykiatri og psykofarmakologi.



Hun fikk selv ADHD-diagnosen i voksen alder, noe som har gitt henne et unikt blikk på hvordan ADHD oppleves både som pasient og som fagperson. Dette kombinerer hun med varme, tydelighet og solid fagkunnskap. Kristin er forfatter av boken «ADHD – 7 veier til ny forståelse», hvor hun formidler praktiske verktøy, nye perspektiver og en helhetlig forståelse av ADHD.

Sted

Norges Idrettshøgskole Sognsveien 220

[ADHD Norge Oslo & ADHD Norge Akershus inviterer til Temakveld – Fyll ut skjema](#)

Pris 150 kr. Pris ikke medlem 300kr.

Dato og tid

Onsdag 4. mars kl. 19:00

Hilsen ADHD Norge Oslo og ADHD Norge Akershus