

Introduktion til ADHD og ADD for pårørende.

Onsdag d. 28. august 2018 kl. 10.00-16.00

Lokation

Kurset finder sted i Molis på Store Strandstræde 19, 1. sal, 1255 København K. På næste side finder du information om, hvordan du finder frem til os.

Program

- 09.45 Døren åbner kl. 09.45. Du kan komme og få en kop kaffe eller te og let morgenmad, før kurset går i gang
- 10.00 Viden om ADHD/ADD: Hjernen, symptombillede, komorbiditet
- 11.00: Pause
- 11.15 Stressreduktion, visualisering, struktur
- 12.00 Pause
- 12.15 Konflikthåndtering og forebyggelse af konflikter
- 13.00 Frokost og pause
- 13.45 Kommunikation, motivation og trivsel
- 14.30 Pause
- 14:45 Belønningssystemer
- 15:45 Spørgsmål
- 16.00 Tak for i dag

Du får adgang til kursus materialerne (slides, øvelser) online efterfølgende.



Underviser

Underviser er psykologisk konsulent Bettina Hjorth fra Molis.

Spørgsmål

Ved eventuelle spørgsmål er du meget velkommen til at kontakte Bettina Hjorth:

E-mail: bettina@molis.dk

Telefon: 60 51 02 42

Du kan finde mere information om os på vores hjemmeside: www.molis.dk.

Adresse og find vej

Vi har adresse på **Store Strandstræde 19, 1. sal, 1255 København K.**

Vores kontor er centralt placeret i indre by i København på **Store Strandstræde** mellem Nyhavn og Bredgade.

Porten er for det meste åben, så du kan gå direkte ind. Hvis porten er låst, skal du ringe på der, hvor der står Molis.

Inde i porten går du ind ad første dør på venstre hånd. Du kan tage trappen eller elevatoren til 1. sal. Der står Molis på døren, og døren er åben.

Kurset foregår i lokale E, som er første dør på højre hånd. Der kan være samtaler i de andre rum, og derfor beder vi venligst om, at man holder lydniveauet dæmpet ude på gangen og fællesarealer af hensyn til eventuelt lydfølsomme klienter.



Offentlig transport

Metro

Der er 400 meter til Kongens Nytorv, hvor der er en metrostation (5 min. på gåben).

Bus

Der er flere buslinjer tæt på, bl.a. 1A, 26, 66 og 350S. Du kan se på www.rejseplanen.dk hvilken bus, du kan tage.

S-tog og regionalto



Der er 1,0 km til Nørreport station (12 minutter på gåben), hvor der både er regionaltoget, S-toget og metro.

I bil

Hvis du kommer i bil, kan du parkere på gaden eller i en af de små gader omkring kontoret. I dagstimerne kan det godt være svært at få en plads, så det er en god idé at komme i god tid.

210 meter væk ligger Jeudans P-hus på Skt. Annæ Plads, og 400 meter væk ligger et parkeringshus i Dronningens Tværgade 4.

Vær opmærksom på, at både parkering på gaden og i P-husene koster et gebyr.