



Maksuton
verkko-
luento

KENELLE?

Kaikille, joita ADHD koskettaa omakohtaisesti tai aihe kiinnostaa muista syistä.

ONKO IHAN OK OLLA ADHD?

Mitä on ADHD? Miten se näyttäytyy arjessa ja kuinka se vaikuttaa tunteisiin sekä mielen hyvinvointiin? Entä vaikuttaako ikä jotenkin ADHD-oireisiin?

Kuinka saada arki sujumaan? Millaisia keinoja ovat ihmiset itse löytäneet oman arkensa ja hyvinvointinsa tueksi? Miten tulla sinuiksi ADHD-oireiden kanssa?

Tule mukaan kuuntelemaan ja jakamaan ajatuksiasi!

Verkko

Ajankohta: 18.3.

Kellonajat: 17–19

Paikka: Teams

Kouluttajat: Omat avaimet 4You -toiminnan ja ADHD-liiton kokemustoimijat sekä työntekijät.

Ilmoittaudu viimeistään:
14.3. klo 10 mennessä

Mukaan mahtuu: 200

Mitä maksaa? Ei mitään!

Ilmoittaudu mukaan:
www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri

ADHD
LIITTO