

ADHD met twee

Type

Lezing/workshop

Startdatum

11/12/2025

Locatie

Ieperstraat 4, 8980 Zonnebeke, Belgium (Oude Pastorie)

Door

Eva Storme

Camille Cappelle

Praktische info

Datums

11 december 2025 - 18:30 - 20:00

Prijs

Prijs voor lezingen

Gratis voor iedereen

Aantal sessies

1

Duur sessies

90

Voor wie

volwassenen met (een vermoeden van) ADHD en hun partner/vriend/steunfiguur

Hulp bij

ADHD

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Gratis parking

Inhoud

ADHD is meer dan 'gewoon een beetje druk zijn'. Het heeft invloed op verschillende levensdomeinen, en werkt ook door in de relatie met je partner, vrienden en/of gezin. Vergeten wat iemand gezegd heeft, moeite hebben om je concentratie bij een gesprek te houden, je mening er uit flappen, je huishouden niet op orde krijgen, snel iets persoonlijk nemen, je emoties die alle kanten opgaan... Voor zowel de persoon met ADHD als omgeving, zorgt dit vaak voor onmacht, schuldgevoelens en een algemeen gevoel van tekortschieten. In deze sessie willen we inzetten op wederzijds begrip en erkenning en geven we suggesties om elkaar te ondersteunen. We kaderen kort hoe een ADHD-brein werkt en hoe je daarmee rekening kan houden in communicatie, conflicten, planning e.d. Dit alles doen we in een veilige sfeer waarin we ruimte maken voor uitwisseling met elkaar.

Contact en inschrijven

E-mailadres

eva.storme@devestingen.be

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/adhd-met-twee-0