

Handlingsplan 2024

Vi bygger på ADHD Norges handlingsplan som har følgende hovedmål for perioden 2022–2024:

MÅL 1 INDIVID Mestring av eget liv

MÅL 2 ORGANISASJON En godt drevet organisasjon i stadig utvikling

MÅL 3 HJELPEAPPARAT Kompetanseutvikling

MÅL 4 SAMFUNN Bekjempe diskriminering og sikre inkludering på alle områder i samfunnet

INDIVID Mestring av eget liv

- alle med ADHD og deres pårørende og andre nærstående får informasjon og kunnskap om diagnosen
- å gi den enkelte hjelp til å leve med diagnosen
- å bidra til at mennesker med ADHD og deres pårørende og andre nærstående får en bedret livskvalitet
- å tilby sosiale arenaer for alle målgrupper

ORGANISASJON En godt drevet organisasjon i stadig utvikling

- et positivt omdømme
- å rekruttere og beholde flere medlemmer
- å utvikle en sunn samarbeidskultur i styret
- å rekruttere tillitsvalgte, likepersoner, brukerrepresentanter
- å være synlig gjennom sosiale medier som hjemmeside, Facebook, Instagram

HJELPEAPPARAT Kompetanseutvikling

- økt brukermedvirkning innen psykisk helse på BUP, DPS og and relevante steder
- økt erfaringsformidling til hjelpeapparat og andre

SAMFUNN Bekjempe diskriminering og sikre inkludering på alle områder i samfunnet

- økt kunnskap om ADHD i skolen
- økt kunnskap om ADHD i samfunnet
- nettverkssamarbeid med andre aktører og fora for å fremme ADHD-saken

AKTIVITETSLISTE

- Månedlige kafétreff alle måneder unntatt juli
- Temamøter
- Kvartalsvise foresattetreff
- Barne- og ungdomsaktiviteter inkludert klatring og skilek
- Påske- og juleverksted
- Familieaktiviteter
- Tur til Kjeholmen
- Styreseminar

DAM-PROSJEKTER

- Aktivisering og sosialisering av ungdomsjenter med ADHD
- Oslo klatrepark Grorud: klatring
- Parkurs: Du og jeg og ADHD
- Søke om kurs for nydiagnostiserte kvinner, menn og foresatte til nydiagnostiserte barn