



## Zapraszamy na bezpłatny warsztat "Zrozumieć ADHD"

2024-08-30

**ADHD - to pojęcie pewnie kiedyś obito Ci się o uszy. Ale czy wiesz, co ono tak naprawdę oznacza? Czy znasz objawy ADHD i ich wpływ na życie mających je dzieci i dorosłych? Jeżeli chcesz zgłębić swoją wiedzę lub poznać od podstaw temat zespołu nadpobudliwości psychoruchowej z deficytem uwagi, zapraszamy do zapisów!**

### Uczestnicy:

- dowiedzą się, czym jest ADHD i jakie są jego objawy;
- skonfrontują się z powszechnymi mitami o ADHD;
- zrozumieją jak ADHD wpływa na codzienne funkcjonowanie;
- poznają strategie organizacyjne, jakie można wykorzystać będąc osobą z ADHD i sposoby jak wesprzeć osobę bliską z ADHD;
- usłyszą, czym są: maskowanie, stimowanie, zaburzenie funkcji wykonawczych, wybiórczość pokarmowa, zabawki sensoryczne.

### Warsztaty odbędą się w 2 dwóch terminach:

- **21 września (sobota) 10:00-14:00** - warsztaty „Zrozumieć ADHD” w Kłastrze Inicjatyw Społeczno-Gospodarczych Zabłocie 20.22 (ul. Zabłocie 22); **BRAK MIEJSC!**
- **26 września (czwartek) 16:00-20:00** - warsztaty „Zrozumieć ADHD” w Centrum Obywatelskim – Reymonta 20. **BRAK MIEJSC!**

### Prowadzący:

- **Alicja Bazan (Kobieta z ADHD)** - samorzeczniczka z ADHD i OzN, studentka pedagogiki specjalnej w Uniwersytecie Jagiellońskim, członkini ATTENTIO - Stowarzyszenia Osób Dorosłych z ADHD, dziennikarka, działaczka społeczna;
- **Katarzyna Sterecka (Projekt Psyche)** - samorzeczniczka z AuDHD, trenerka rozwoju osób neuroatypowych, psychoedukatorka i psychoterapeutka w trakcie kształcenia.

Ze względów organizacyjnych prosimy o wcześniejszą rejestrację za pomocą [formularza](#), który będzie otwarty do tygodnia przed wydarzeniem. Tydzień przed wydarzeniem będziemy kontaktować się zapisanymi osobami, aby potwierdzać uczestnictwo.

Jeżeli napotkasz problem z wypełnieniem formularza proszę skontaktuj się z nami:

- telefonicznie pod numerem: **535 853 839**,
- mailowo: [kontakt@feer.org.pl](mailto:kontakt@feer.org.pl);

Wydarzenia odbywają się w ramach zadania publicznego „Zrozumieć ADHD – warsztaty dla mieszkańców Krakowa”. Zadanie publiczne współfinansowane ze środków Miasta Krakowa.



**Magiczny  
Kraków**