

Jahresbericht 2022

Ausblick 2023



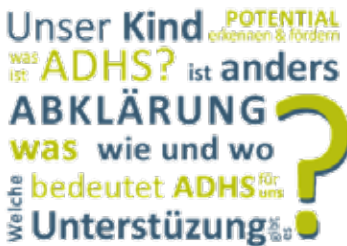
Veränderungen bewusst steuern

Gedanken aus dem Vorstand elpos Zentralschweiz

Liebe Mitglieder von elpos Zentralschweiz,
liebe Fachpersonen, Bezugspersonen von ADHS-Betroffenen und Interessierte

2022 war ein Jahr mit strategischen Überlegungen, sachbezogenen und emotionalen Diskussionen. Es galt und gilt die ADHS Organisation in einer erweiterten Ausrichtung in die Zukunft lenken zu können. .

Unser Kind POTENTIAL erkennen & fördern
was ist ADHS? ist anders
ABKLÄRUNG
was wie und wo
Welche bedeutet ADHS für uns
Unterstützung



ADHS ist und bleibt ein Thema mit Dynamik

Unser Regionalverein wurde vor 46 Jahren gegründet. Damals stand die Aufklärungsarbeit und die Elternunterstützung im Zentrum. Heute ist ADHS in der Gesellschaft ein Thema, bei dem meist durch oberflächliches Wissen eine Meinungbildung gemacht wird. Die Social Medien geben die Möglichkeit sich weltweit zu informieren und auszutauschen. Für die Fachstellenleitung heisst dies,

sich mit den vielseitigen Angeboten auseinanderzusetzen, um ein breitgefächertes Wissen in den Beratungen und Angeboten in Kursen einbringen zu können.

Leider ist die Benachteiligung von ADHS-Betroffenen immer noch weit verbreitet. Sie werden in ihren Verhaltensweisen in ihren ureigenen Bedürfnissen nicht erkannt und oft auch nicht ernst genommen. Sie werden durch Härte unter Druck gesetzt , bis der oder die Betroffene im körperlichen System reagiert und durch somatische Befindlichkeiten ausfällt.

Durch die Fusion mit allen Regionalvereinen zu einem nationalen Verein "ADHS-Organisation elpos" wollen wir aus einer Hand agieren, uns mit den gemeinsamen Ressourcen stabilisieren und uns somit noch umfassender für die Anliegen der Betroffenen einbringen.

In den letzten gut zehn Jahren hat sich elpos Zentralschweiz durch die grosse Vernetzungsarbeit und qualitativ gute und konstante Führung der Fachstelle enorm entwickelt. In die Reorganisation zur Fusion konnten wir gezielt unsere Erfahrungen einbringen und sind deshalb zuversichtlich, dass eine schweizweite "ADHS-Organisation" ebenso erfolgreich sein wird.

Die Regionalität bleibt in der jetzigen Form bestehen. Wir vom Vorstand werden uns in einer neuen Rolle als Kerngruppe arrangieren und eng mit der Fachstellenleiterin in fachlichen Fragen zusammenarbeiten.

Der Vorstand elpos Zentralschweiz:

Rosa Bischof, Roger Vogt, Silvia Meier, Priska Hunkeler, Daniela Alder, Peter Hunkeler, Marianne Surber

Einladung zur 46. ordentlichen Generalversammlung

Bereit sein für die Zukunft:

Fusion der Regionalvereine zu einer nationalen ADHS-Organisation

An der Generalversammlung schauen wir gemeinsam auf die 46 jährige Vereinsgeschichte zurück und werden entscheiden, wie sich elpos als einheitlicher nationaler Verein unter dem Namen ADHS-Organisation elpos weiterentwickeln soll. Wir freuen uns auf Ihr "dabei sein".

Ort: Wilemattstrasse 10 im Mehrweckraum in Sursee

Zeit: 14.00 Uhr

Wir danken für Ihre Anmeldung bis am 09.03.2023 an zentralschweiz@elpos.ch

Traktanden der Generalversammlung

1. Begrüssung / Wahl der Stimmenzähler
2. Protokoll der letzten Generalversammlung 2022
3. Genehmigung Jahresbericht des Vorstandes
4. Jahresrechnung 2022 / Liquidationsbilanz per 31.12.2022
Revisorenbericht per 31.12.2023 und Genehmigung
5. Statuten des Vereins ADHS Organisation elpos Schweiz
6. Fusionsvertrag zwischen elpos Zentralschweiz und Verein ADHS Organisation der Schweiz und Genehmigung
7. Beschluss über die Auflösung des Regionalvereins elpos Zentralschweiz und Ermächtigung an den heutigen Vorstand, das vorhandene Vereinsvermögen vollständig an den Verein ADHS Organisation elpos Schweiz zu übertragen
8. Anträge seitens der Mitglieder
9. Mitteilungen
10. Verschiedenes

Empfehlung von elpos Schweiz:

Liebe Mitglieder der Regionalvereine von elpos

Die Fusion ermöglicht allen Regionen die vorhandenen Ressourcen gezielter einzusetzen und damit die regionalen und nationalen Angebote zu stärken und zu erweitern. Die Anliegen der ADHS Betroffenen können systematisch in die verschiedenen medizinischen, wirtschaftlichen und politischen Bereiche eingebracht werden.

Am 26. April 2023 findet die erste Mitgliederversammlung des fusionierten Vereins statt. Sie als Mitglied können auch dabei sein.

Für weitere Informationen melden Sie sich für unseren Newsletter an, gehen Sie auf unsere Webseite oder folgen Sie uns auf LinkedIn, Facebook und YouTube. Wir freuen uns über Mitteilungen, Ideen, kreative Unterstützung und vieles mehr.

Wir freuen uns auf Sie als Mitglied im neuen nationalen Verein elpos Schweiz

Gedanken der Fach- und Beratungsstellenleiterin

Liebe Mitglieder, liebe Interessierte

In den letzten beiden Jahren wurden wir von vielen Anrufer:innen in Notlagen kontaktieren. Da die medizinische und therapeutischen Angebote kaum Kapazitäten hatten und sehr lange Wartezeiten bestanden, konnten wir einiges auffangen. Durch ein Gespräch ergibt sich eine erste Beruhigung, weitere Schritte können entwickelt und Handlungsfähigkeit wiedergewonnen werden..



Vielfältige Fragestellungen erreichen uns:

- „Wie finden wir handeltbare Regeln und wie können diese effektiv umgesetzt werden?“
- „Welches ist meine Rolle, wenn die Kinder langsam älter werden und sich total auf mich verlassen?“
- „Wie kommuniziere ich mit der Schule, wenn es so schwierig ist und die Schulverweigerung mich an die Grenzen bringt?“
- „Ich muss arbeiten gehen, da ich alleinerziehend bin. Ich kann nicht immer zur Verfügung stehen. Wie kann ich meine Elternpflicht trotzdem umsetzen?“
- „Ich bin am Anschlag und weiss nicht mehr ein uns aus. Wo bekomme ich Hilfe?“
- „Ich bin 50 Jahre, habe so eine schräge Biografie und bin jetzt erst auf ADHS gestossen, wenn ich das früher erfahren hätte ...“
- Die Lehre bei unserem Sohn im 2. Lehrjahr droht zu scheitern. Wo bekommen wir Unterstützung? Wie können wir mit dem Lehrmeister in Kontakt treten, sollen wir das ADHS ansprechen?.....“
- „Meine Tochter zieht sich immer mehr zurück und ist traurig. Sie stört nicht, ist jedoch sehr abwesend und ihre Schulleistungen sinken. Eine Repetition wird zum Thema. Ich sehe Parallelen zu meiner Schulzeit, wie kann ich meiner Tochter helfen?“
- „Kennen Sie eine Fachperson für eine Abklärung? Wie könnte der Therapieplan aussehen? Gibt es auch Alternativen? Wer könnte unsere Familie als Coach begleiten? Wer bezahlt das?..“

In Notsituationen wird die Beratungsstelle am dringendsten und sofort benötigt. Das ist unsere Stärke.

Rufen Sie uns an, ich freue mich auf Sie.

Lisbeth Furrer-Bircher, Leiterin der Fach- und Beratungsstelle elpos Zentralschweiz

Aktivitäten und Zahlen zu unserem vergangenen Vereinsjahr

Beratung: In rund 650, meist Telefon-Beratungen, konnten wir kostenlos und wertneutral auf alle Fragen rund um ADHS und die vielfältigen Bedürfnisse individuell eingehen. Die zunehmenden Beratungen zeigen uns, dass elpos besser verankert ist und die Vernetzung Früchte trägt.

Kurswesen: Wir führten 27 Veranstaltungen und Kurse durch, an denen total 276 Personen teilnahmen. Darunter waren Eltern sowie Erwachsene und Kinder mit einer ADHS-Diagnose und Interessierte. Das Elterncoaching online wurde rege genutzt. Das Sozialkompetenztraining, das neue Spieltraining, das Wochenende in Reiden, das Eltern-Kind-Wochenende im Wald sowie der Kletterkurs für Primarschulkinder bereichern das Angebot und runden es erlebnisreich ab. Unser Angebot Kurse für schulische Fachpersonen "ADHS und Schule -DAS GEHT" führten wir drei Mal durch und konnten 60 Lehrpersonen und Fachpersonen im Schulumfeld erreichen, welche mit ADHS-Themen stark gefordert sind.

Gesprächsgruppen: In Luzern, Zug, Schwyz und neu in Stans sowie online fanden 54 Treffen mit total 234 Teilnehmenden statt. Der Austausch, die gegenseitige Unterstützung und Ermutigung standen im Zentrum.

Wir danken allen Leitenden dieser Gruppen für die wertvolle Freiwilligenarbeit.

Intervision für Fachpersonen: An zwei kompetent geführten Treffen waren unsere Fachmitglieder eingeladen, anonymisierte Fallbeispiele rund um ADHS zu besprechen. Es war sehr wertvoll vom Tun des Anderen einen Einblick zu erhalten und im Thema ADHS vom Wissen und den Erfahrungen des Anderen zu profitieren.

Vielfältige Medien: Unsere Mitglieder werden regelmässig mit der nationalen Fachzeitschrift elpost sowie mit unseren regionalen Infos bedient. Unsere gedruckten Medien, wie auch unsere Homepage und unsere bunten Newsletter zusammen mit den Fachbroschüren sind gern gelesene Informationsgrundlagen.

Vernetzung: Im 2022 konnten wir wieder an Schulen und Veranstaltungen präsent sein. Wir waren am Elternbildungstag in Schwyz präsent und konnten wichtige Kontakte am Heilpädagogikkongress in Fribourg knüpfen. Wertvoll ist der regelmässige Fachaustausch mit dem Berufsbildungszentrum in Luzern. Neu wurde ein **Qualitätszirkel ADHS** gegründet, welcher durch unser Vorstandsmitglied Dr. Peter Hunkeler geführt wird. Im Zentrum steht die schwierige Situation und die Kapazität bei den ADHS-Abklärungen. Durch die Kurse für schulische Fachpersonen kennen uns die Schulen besser und können Eltern an uns verweisen, wenn ADHS Thema ist.

Ehrenamt- und Freiwilligenarbeit: Unser Vorstand, die LeiterInnen der Gesprächsgruppen und Helfer leisteten insgesamt über 1046 unentgeltliche Stunden für elpos Zentralschweiz.

Allen herzlichen Dank für den tollen Einsatz!

Veranstaltungen 2022

Zum Jahresbeginn hat uns Corona weiter im Trainieren von online gefordert. Zum Glück hat sich die Lage dann beruhigt. Der Mix online und vor Ort macht das Angebot vielfältiger und offener. Bewährte Angebote bieten wir jährlich an.



Wir danken für Ihre Flexibilität und das Mitmachen.

Angebote für ADHS-Betroffene, Eltern, Familien, und Erwachsene mit ADHS

Info- & Gesprächsabend: ADHS und Vater sein, Männer unter sich: Der Austausch nur unter Männer hat eine besondere Qualität. Diesen Anlass wollen wir nun jährlich online anbieten. **Leitung:** Roger Vogt Sozialpädagoge, ADHS-Coach icp.

Online-Referat & Fragen: ADHS-Mit Spielen am Verhalten arbeiten. Es wurden Grundlagen vorgestellt, damit spielen mehr Freude macht und eine Veränderung bewirkt. **Leitung:** Roger Vogt, Sozialpädagoge, ADHS-Coach icp.

Workshop für erwachsene ADHS-Betroffene: ADHS-Diagnose erhalten, was nun? Das erfahrene Leitungsteam konnte mit sieben Personen am Basiswissen zu ADHS arbeiten. **Leitung:** Sarah Ziswiler, Oliver Obrecht.

Wochenende für Kinder: Motto: Wer findet die Wichtel? Unterstützt durch die "Stiftung Feriengestaltung für Kinder Schweiz". Bewährt und ein tolles Erlebnis für alle. **Leitung:** Rosa Bischof, Supervision/Coach BSO.

Referat mit Fragerunde: ADHS- Auffallendes Verhalten, wie weiter?

Grundinformationen zu ADHS, dem Bericht und Therapieansätze. Wir konnten vor Ort 22 Interessierte begrüßen, welche mit einem informativen und anregenden Referat belohnt wurden. **Referent:** Dr. med. Oliver Bilke KJPD Luzern.

Erlebniswochenende für Kind mit ADHS und Elternteil. Gemeinsame Zeit mit Waldabenteuer, das stärkt die gegenseitige Beziehung. Ein unvergessliches Erlebnis. **Leitung:** Urs Emmenegger, Erlebnispädagoge.

Referat mit Fragerunde: ADHS und Medienkonsum, Mobbing...

Eindrücklich wurde den Teilnehmenden nahe gelegt, dass das Hinschauen und Handeln der Erwachsenen zentral ist. **Referent:** Guido Dettling und Roger Vogt.

Kletterkurswoche für Kinder mit ADHS

Sechs Kinder durften an fünf Halbtagen unter fachkundiger Anleitung und Motivation erste Klettererfahrungen sammeln, die zum Weitermachen ermutigen. **Kursleiterin** Caro Käser, Kletterinstructorin, unterstützt durch Rosa Bischof.

Elternforum: Referat und Podium: Wir gehören auch dazu

Gemeinsame Veranstaltung mit Handicap-Organisationen. Ein wiederum eindrücklicher Anlass. Infos: www.elternforum-zentralschweiz.ch

Elterntraining: Kompakt und bedürfnisorientiert an den Familienthemen arbeiten stand im Zentrum. **Leitung:** Roger Vogt, Soz.Päd, ADHS-Coach icp.

Workshop: Wie können Eltern die Kinder beim Lernen unterstützen. Fünf Eltern-teile konnten erfahren, was hinter dem Lernen steckt und wie Motivation gelingt. **Leitung** Daniela Alder, Schulische Heilpädagogin.

Workshop Für erwachsene ADHS-Betroffene: Umgang mit Reizüberflutung.

10 Teilnehmende konnten sich mit den vielfältigen Reizen auseinandersetzen und üben, wie das Filtern besser gelingt. **Leitung:** Sarah Ziswiler, Oliver Obrecht. ADHS-Coach.ch

Referat mit Fragerunde: ADHS und einen Hund in der Familie, eine gute Idee?

Ein Tier in die Familie zu nehmen bedeutet Verantwortung. Das kann bei der richtigen Wahl wertvolle Erfahrungen und Impulse schenken. **Leitung:** Simone Waeber

Referat mit Fragerunde: Ernährung und ADHS: Eine ausgewogene Ernährung richtet sich nach dem Bedarf jedes einzelnen. Was wir essen hat einen direkten Einfluss auch auf unser Verhalten. **Leitung:** Gabi Stampfli, Ernährungsberaterin.

Workshop ADHS und Pubertät: Gut informiert können die grossen Veränderungen in der Entwicklung der Jugendlichen gemeistert werden.

Leitung: Rosa Bischof, Supervision/Coach BSO.

Elterncoaching / Sozialkompetenz und Spieltraining, mehrteilig

Elterncoaching: Rosa Bischof Supervision/Coach BSO konnte in sieben Elterncoaching-Kursen 39 Elternteile eng begleiten und auf Ihrem Weg stärken.

Im Sozialkompetenztraining wurde in zwei Kursen mit 9 Kindern an Ihren Alltagsthemen gearbeitet. **Rosa Bischof** Supervision/Coach BSO leiteten diese Treffen umsichtig.

Im Spiel-Training für Kinder konnten zwei Gruppen mit je fünf Kinder lernen, wie sie ihre Emotionen besser wahrnehmen und steuern können. **Leitung: Roger Vogt** ADHS Coach icp.

Bilanz per 31.12.2022

Aktiven	2022	2021
Kasse, PC, Bank	72'852.37	58'962.34
Debitoren	533.30	2'867.00
Vorrat Info-Material	500.00	2'100.00
Transitorische Aktiven	3'954.40	452.60
Anlagevermögen	2.00	363.45
Total Aktiven	77'842.07	64'745.39
Passiven		
Transitorische Passiven	4'138.10	2'033.50
Rückstellung für Lohnkosten	30'000.00	30'000.00
Fonds für Familien	24'066.00	20'646.00
Fonds für Projekte	16'926.50	10'226.50
Gewinnvortrag	1'839.39	1'181.36
Gewinn	872.18	658.03
Total Passiven	77'842.17	64'745.39

Jahresrechnung 2022

- Unsere Aufwände und Erträge befinden sich im Rahmen der letzten Jahren. Höhere Kosten durch Lohnanpassung und Einbindung Kleinpensum Sekretariat ins BVG
- **Spenden sind für uns zentral:** Wir generierten im 2022 Fr. 37'642,62 an Spenden. Für unsere Weiterentwicklung sind die Spenden unverzichtbar.
- Wir konnten Fr. 5'000.00 aus den zweckbestimmten Spenden in den Fonds für Familien legen, und Fr. 15'000.00 in den Fonds für Projekte. Das gibt uns Spielraum für die Unterstützung von Familien sowie Neues anzugehen.
- Durch niederschwellige Zahlungsmöglichkeiten wie TWINT konnten besonders nach Beratungen Spenden generiert werden.

Jahresrechnung 01.01.2022 - 31.12.2022

Einnahmen Kurse	28'137.34	28'565.00
Verkauf Infos	981.50	1'386.00
BSV-Beitrag	46'438.00	46'438.00
Ertrag Mitgliederbeiträge	42'080.00	42'100.00
Abos Elpost	1'061.00	1'143.00
Beiträge Gönner /Spenden allgemein	17'838.70	16'450.00
Total Ertrag	136'536.54	136'082.00
AUFWAND		
Kurse (Auslagen + Honorare)	30'656.75	31'298.30
Mitteilungsblatt/Infobroschüren/elpost/Boblioth	8'200.10	7'882.10
Löhne Beratungsstelle	69'785.05	64'654.35
Spesen und Auslagen Vorstand	5'327.00	3'946.90
Aufwände Elterngesprächsgruppen	4'060.00	4'135.00
Beitrag an Elpos Schweiz	3'704.00	2'472.00
Büromiete	5'442.00	5'256.00
Sachversicherung	105.60	122.50
Verwaltungsaufwand	6'920.00	7'394.65
Aufwände Fonds Familien	2'105.00	1'125.00
<i>Entlastung aus Fonds Familien</i>	<i>-2'105.00</i>	<i>-825.00</i>
Aufwendungen für Projekte	8'366.45	6'307.60
<i>Entlastung aus Fonds Projekte</i>	<i>-8'300.00</i>	<i>-6'300.00</i>
Übrige Vereinsausgaben	674.00	7'675.00
Finanzertrag /-spesen	361.96	189.47
Abschreibungen	361.45	90.10
Reingewinn per 31.12.2022	872.18	658.03
Total Aufwand	136'536.54	136'082.00

Budget 2023:

- Durch die Fusion werden die Buchhaltungen und auch das regionale Budget zusammengelegt. Unsere Aufgaben und Dienstleistungen werden im aktuellen Rahmen fortgeführt. Der Kostenrahmen wird im Grundsatz gleich bleiben.
- Wir werden den Fokus bei den Spenden behalten.

Herzlichen Dank für die Spenden

Spenden ist vielseitig möglich und schafft uns Ressourcen für die Anliegen der ADHS-Betroffenen.

Auf unserer Homepage unter Spenden finden Sie die verschiedenen Möglichkeiten:

- **Bequem per Twint** z.B. nach einer hilfreichen Beratung
- Per **Einzahlung über unser Konto**: 60-32549-6; IBAN: CH37 0900 0000 6003 2549 6
- Mit einer **Gedenkspende** berücksichtigen Sie uns über eine wertschätzende und hilfreiche Geste im Namen Ihres lieben Mitmenschen.



Sie können diese, wie auch den Mitgliederbeitrag von Ihren Steuern abziehen, da wir eine steuerbefreite Nonprofit-Organisation sind.

Folgende Stiftungen, Firmen, Fach- u. Privatpersonen unterstützen uns ab Fr. 150.00

Stockmann Fonds	Fr. 500.00
Stiftung Ueli Schlageter	Fr. 3'000.00
Stiftung Arthur Waser Fundation	Fr. 4'000.00
Stiftung Moos Baumann	Fr. 2'000.00
Stiftung Rezzonico	Fr. 5'000.00
Rosa Bischof, Trauerspenden	Fr. 600.00
Stiftung Elsener	Fr. 300.00
Christoph Schnitter	Fr. 350.00
Fam. Camenzind	Fr. 200.00
HUG AG Malter	Fr. 200.00
Dr. Oliver Bilke, Referentenhonorar	Fr. 300.00
Dr. med. Hämmerli	Fr. 250.00

Kantonsbeiträge: Herzlichen Dank auch an die Zentralschweizer Kantone, die uns aus dem Lotteriefonds unterstützt haben:

Kanton Zug	Fr. 3'000.00
Kanton Schwyz	Fr. 1'000.00
Kanton Nidwalden	Fr. 500.00
Kanton Uri	Fr. 300.00
Kanton Luzern	Fr. 5'000.00

Wir danken herzlich für alle grossen und kleinen Spenden.



Unterstützt vom
Kanton Zug



SWISSLOS



Ausdehnung unsere Angebote und Dienstleistungen

Unsere Beratungsstelle ist der Dreh- und Angelpunkt. Mehr Präsenz und die aktive Vernetzung hilft uns, dass wir als starker und kompetenter Partner für die ADHS-Betroffenen, deren Umfeld und bei Fachpersonen wahrgenommen werden.

Spenden / Fundraising: Wir haben mit projekt- und beispielbezogenen Anfragen total Fr. 37'642.62 erhalten. Ebenso wurde nach einer Beratung über TWINT vermehrt eine Spende an uns getätigt.

Dank der wertvollen Mitarbeit von professionellen Fundraisern sowie der aktiven Arbeit der Fachstelle konnten wir die Spendenerträge massiv steigern.

Das gibt uns die Möglichkeit unsere Fonds für Familien und Projekte zu befüllen.

Fonds für Familien:

Wir unterstützten vier Familien gemäs unserem Konzept, damit sie ein Elterncoaching für sich in Anspruch nehmen konnten.

Aufwand Fr. 1'465.00

Fonds für Projekte

1'200 "Erste Hilfe Set's" mit ersten Informationen zu ADHS, konnten wir an Fachpersonen weitergeben. Betroffene mit neuer ADHS-Diagnose profitieren von wertvollen elpos-Informationen.

Wertvolle **Kurse für Lehrperonen** konnten wir 3x durchführen.

Unsere kostenlosen Beratungen haben im 2022 weiter um 72 Stunden zugenommen und überstieg das ordentliche Arbeitspensum. Durch die Flexibilität der Fachstellenleiterin wurde das möglich.

Medien an Fachpersonen zu ADHS, damit diese zielgerichtet zum Thema ADHS abgegeben werden können.

Aufwand: Fr. 8366.45

Projekte 2023

Durch die geplante Fusion aller Regionalvereine wird im 2023 der Spielraum für regionale Projekte geklärt.

Die beiden Fonds bleiben für unsere Region bestehen und werden gemäss bestehendem Konzept angewendet.

Veranstaltungen /Workshops / Kurse 2023

Im 2023 steht Ihnen wieder ein vielseitiges Kursangebot vor Ort und Online zur Verfügung. Highlights und Aktuelles wird laufend dazukommen.

12.01 Info- & Gesprächsabend: ADHS und Vater sein, Männer unter sich

Leitung: Roger Vogt ADHS-Coach icp.

09.02./02.03. Workshop: Wie können Eltern die Kinder beim Lernen unterstützen. **Leitung** Daniela Alder, Schulische Heilpädagogin.

16.03. Onlinereferat: ADHS mit Spielen am Verhalten arbeiten.

Leitung: Roger Vogt, Sozialpädagoge, ADHS-Coach icp.



18.03. Klettertag für einen Elternteil mit einem ADHS-betroffenen Kind. Den Mut und das gegenseitige vertrauen stärken.

06.-07.05. Erlebniswochenende für Kind mit ADHS und Elternteil.

Leitung: Urs Emmenegger, Erlebnispädagoge.

17.06. Workshop für erwachsene ADHS-Betroffene: ADHS-Diagnose erhalten, was nun? **Leitung:** Sarah Ziswiler, Oliver Obrecht.

17.-18.06. Wochenende für Kinder: Motto: Natur pur

Leitung: Rosa Bischof, Supervision/Coach BSO

07. - 10.08 Kletterkurswoche für Kinder mit ADHS

Kursleiterin Caro Käser unterstützt durch Rosa Bischof.

25.11. Workshop ADHS und Pubertät: **Leitung:** Rosa Bischof, Supervision/Coach BSO.



Dazu kommen Online-Veranstaltungen der anderen Regionen, die für die gesamte Schweiz zugänglich sind

Zum Beispiel

18.01.: Wie können wir Kinder emotional fördern

14.03. ASS/ADHS Parallelen und Unterschiede

ab 26.04. Wie lernt mein Kind mit ADHS

08.05. Paar sein - Paar bleiben

15.11./23.11. Hilfreiche Strukturen für den Familienalltag

Laufend werden neue onlineangebote aufgeschaltet: adhs-organisation.ch



Veranstaltungen /Workshops / Kurse 2023

Elterncoaching

Die Gruppen starten im Januar und wieder nach den Sommerferien.

Eltern in ihrer Erziehung und Beziehung zum Kind stärken. Durch Inputs Erkenntnisse zu gewinnen, um Entlastung zu erfahren.

An vier Treffen wird unter fachkundiger Leitung an den Themen der Teilnehmenden gearbeitet.

Neu führen wir auch Gruppen online.

Daten: Siehe Homepage

"Dran bleiben" lohnt sich.



Sozialkompetenztrainings für Kinder und Jugendliche

Im Januar und nach den Sommerferien starten verschiedene Gruppen. Primarschulkinder üben die Selbstregulation in den Emotionen und in Konflikten mit Anderen. **Daten:** Siehe Homepage.



Mehrere zweiteilige Kurse für schulische Fachpersonen: ADHS und Schule - DAS GEHT

Im Anschluss können Intervisionstreffen besucht werden.

Referent: Roger Vogt

Kurs für schulische Fachpersonen: ADHS und Schule- Nachteilsausgleich

Daten siehe Homepage

Referent: Roger Vogt

Intervision für Fachpersonen, welche auch mit ADHS-Betroffenen arbeiten

In Fallbesprechungen werden Fragestellungen aus der Arbeit mit ADHS-Betroffenen reflektiert. Neue Inputs für den Berufsalltag bringen Sie weiter.

Leitung: Rosa Bischof



Eine Infoveranstaltung an Ihrer Schule über ADHS?

Gerne organisieren wir für Sie eine Infoveranstaltung zum Thema ADHS für Eltern und schulische Fachpersonen.

Haben Sie Interesse?

Melden Sie sich bei der Beratungsstelle: 041 370 51 01



Gesprächsgruppen-Treffen 2023

Treffen für Eltern von ADHS-betroffenen Kindern

Austausch unter Eltern von ADHS-betroffenen Kinder/Jugendlichen. Online oder gemeinsam vor Ort.

An diesen Treffen steht das Gespräch unter Eltern mit ADHS-betroffenen Kindern im Zentrum. Verstanden werden und auch mal mit Humor Situationen zu reflektieren tut gut.

Sechs Gruppen für Eltern, welche sich 4 bis 7 Mal treffen:

Luzern: Jeweils um 08.30-10.30 Uhr
Leitung: Dorit Galmarini

Zug: 09.00-10.30 Uhr
Leitung: Roger Vogt

Schwyz: jeweils 19.00-21.00 Uhr
Leitung: Marianne Surber

Stans: Jeweils um 19.30- 21.30 Uhr
Leitung: Daniela Alder

Online-Gruppe: jeweils 19.00-20.30
Anmelden, einloggen und schon sind Sie dabei.
Leitung: Julia Barandun

Neu: Online-Gruppe für Eltern von Jugendlichen jeweils 19.00-20.30 Uhr
Leitung: Daniela Alder

Treffen für Erwachsene ADHS-Betroffene

Austausch unter erwachsenen ADHS-Betroffenen

Erwachsene ADHS-Betroffene haben oft eine besondere Geschichte. Viele ADHS Diagnosen werden erst spät erkannt Auch werden nicht selten Therapien frühzeitig abgebrochen. Im Austausch mit anderen Betroffenen können Alltagsschwierigkeiten, berufliche Hürden, schwierige Biografien, aber auch besondere Fähigkeiten besprochen werden.

Das «Sich-Verstanden-Fühlen» ist eine besondere Qualität dieses Austausches.

Wir führen zwei Gruppen, welche sich ca. sieben mal treffen.

Luzern: jeweils um 19.30 -21.30 Uhr
Leitung: Sara Ziswiler & Oliver Obrecht

Onlinetreffen: jeweils 19.00 -21.00 Uhr
Ehemalige Teilnehmer erhalten den Link mit dem Hinweis auf das Treffen, Neue können sich gerne bei der Beratungsstelle anmelden.
zentralschweiz@elpos.ch
Leitung: Dimitri Graf



Sie können regelmässig oder sporadisch da teilnehmen, wo es Ihnen dient. Kostenlos. Daten finden Sie im Veranstaltungskalender und auf der Homepage

Kontaktpersonen

Aus dem Vorstand wird das Kernteam

Durch die Fusion werden die regionalen Vorstände aufgelöst. Um die Fachstellen regional weiter zu unterstützen, wird ein Kernteam gebildet. Dieses Team, bestehend aus Eltern, Betroffenen und Fachpersonen, unterstützen die Fachstelle bei der Vernetzung, im Kurswesen und im Austausch.

Die neue Struktur wird sich im 2023 finden. Es ist wertvoll, wenn die Fachstelle weiterhin durch ein regionales Team im Hintergrund unterstützt wird.

Packen wir die Chance.....

Wir freuen uns auf neue Erfahrungen und starten das Kernteam mit:

Rosa Bischof: Supervision & Coaching BSO, Roger Vogt: Sozialpädagoge, ADHS Coach icp, Priska Hunkeler: Dipl. Pflegefachfrau HF, Daniela Alder: Heilpädagogin, Peter Hunkeler: Entwicklungspädiater, Marianne Surber: Sozialpädagogin HF, ADHS Coach icp.

Fach- und Beratungsstelle:

Stellenleiterin und Beraterin: Lisbeth Furrer-Bircher, ADHS Coach icp

Leider verlässt uns Regula Haas per Ende Februar im Sekretariat.

Wir danken Ihr herzlich für ihre wertvolle Arbeit und wünschen ihr in der neuen Herausforderung viel Freude und Erfolg.

Wir danken für Ihre Mitgliedschaft.

Ihre Mitgliedschaft ermöglicht unser Engagement für die ADHS-Betroffenen und deren Umfeld.

Wir vernetzen uns, damit Eltern und Betroffene uns finden und aktiv den Herausforderungen rund um ADHS Schritt für Schritt begegnen können. Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg.





Es gibt keine Patentrezepte,
jedoch viele individuelle
Möglichkeiten.....

ADHS-Organisation
elpos Zentralschweiz

Fachstelle und Beratung

Postfach 127, 6102 Malters

Tel. 041 370 51 01

E-Mail: zentralschweiz@elpos.ch

www.elpos-zentralschweiz.ch

Beratungs- und Bürozeiten

Montag 14.00 - 17.00

Dienstag 08.30 - 12.00 / 14.00 - 17.00 Uhr

Donnerstag 08.30 - 12.00/ 14.00 - 17.00 Uhr