

UMC St Radboud

ADHD/ADD
Cursusinformatie
Psycho-educatiegroep
Patiënteninformatie

Voor wie?

Patiënten met de diagnose ADHD die behoefte hebben aan informatie en/of in aanmerking willen komen voor coaching.

Doelen cursus

- Mondeling en schriftelijk informeren over ADHD: Wat is ADHD?, de behandeling van ADHD en informatie over Impuls en Balans. Voor de partners en familie wordt een aparte voorlichtingsbijeenkomst georganiseerd.
- Contact met lotgenoten.
- Aanreiken van praktische tips om beter met de ADHD klachten om te gaan.

Verwijzing

Uw behandelend arts kan u verwijzen.

Werkwijze

Er zijn elf bijeenkomsten van twee uur inclusief een kwartier pauze. Een van deze bijeenkomsten is een familiebijeenkomst. De bijeenkomsten vinden één keer per twee weken plaats. Er kunnen tien mensen deelnemen aan de groep. De psychiater is iedere bijeenkomst aanwezig om vragen te beantwoorden.

Programma

De volgende thema's komen aan de orde:

- Korte kennismaking.
- Eigen klachten / symptomen van ADHD.
- Informatie over ADHD en medicatie.
- Agenda plannen.
- Weekplanning maken.
- Dagplanning.
- Een ding tegelijk doen.
- Communicatieproblemen bij ADHD.
- Hoe en wanneer vertel je het aaneen ander?
- ADHD en werk/studie/gezin.
- Familiebijeenkomst.
- Omgaan met geld.

- Evaluatie.

Het programma wordt indien nodig aangepast aan uw behoeften. In de groep krijgt u informatie over de onderwerpen, kunt u ervaringen uitwisselen en tips krijgen.

Het eerste kwartier van de bijeenkomst zal een psychiater of een psychiater in opleiding vragen beantwoorden op het gebied van AD(H)D bij volwassenen.

Na elke bijeenkomst krijgen deelnemers een thuisopdracht over het onderwerp dat de volgende keer besproken gaat worden.

Melden receptie

U kunt zich voor aanvang van de bijeenkomst melden bij de receptie van de polikliniek Psychiatrie.

Verhinderd?

Wij verzoeken u ruim op tijd aanwezig te zijn. Indien u verhinderd bent, wilt u dit dan tijdig laten weten.

Boektip

'Aandacht Een Kopzorg' door Kathleen Nadeau, ISBN 9026515383.

'Ongeruimd leven met ADHD' door Judith Kolberg en Kathleen Nadeau, ISBN 978 90 5712 244 6.

Meer informatie?

Meer informatie is te vinden op de website van UMC St Radboud: [www.umcn.nl/patiënt/afdelingen/psychiatrie/zorgprogramma's/zorgprogramma ADHD bij volwassenen](http://www.umcn.nl/patiënt/afdelingen/psychiatrie/zorgprogramma's/zorgprogramma%20ADHD%20bij%20volwassenen).

Neem gerust contact op met:

- Berrie Arnold, groepstherapeut / coach, telefoonnummer: 024 - 361 32 04.
- Judith van Duynhoven, verpleegkundige/coach, telefoonnummer: 024 - 366 64 95.

Adres

Bezoekadres

Polikliniek Psychiatrie
Ingang UMC St Radboud Oost
Reinier Postlaan 4, route 961
6525 GC Nijmegen

Telefoonnummer

024 - 366 64 95

Postadres

UMC St Radboud
961 Polikliniek Psychiatrie
Zorgprogramma ADHD
Postbus 9101
6500 HB Nijmegen

E-mail

ADHD-ASS@psy.umcn.nl

© UMC St Radboud
overname van (gedeelten uit)
deze tekst is uitsluitend
mogelijk na schriftelijke
toestemming van
Productgroep Communicatie