

Und hier unser neuester Infobrief mit vielen Informationen rund um unsere Aktivitäten und Möglichkeiten, um unsere Kinder noch besser zu unterstützen. Wir wünschen viel Spaß beim Stöbern und Passendes finden.

**Ihr ADHS Infobriefteam**

## Das ist passiert:

### \* **Spiel- und Therapietag** am 14.Juni

Unser ADHS-Team hat im Juni noch einmal einen „Familientag“ auf die Beine gestellt. Sieben Stunden lang haben wir – Eltern, Kinder und Team – miteinander gearbeitet.

Unsere wichtigsten Themen waren: ●AD/HS- Kinder im Alltag zu führen

● durch Lob gewünschtes Verhalten aufzubauen und zu stärken.

Dabei stand die Praxis im Vordergrund. Spielerisch konnten alle ausprobieren, wie so eine positive Leitung aussehen kann. Die Familien waren alle sehr aktiv dabei und die Kinder passten prima zueinander. In der Elterngruppe und in Einzelgesprächen konnten Probleme und Lösungsmöglichkeiten diskutiert werden. Selbst ich als erfahrene ADHS-Ärztin lerne immer wieder dazu.



Für das reichliche Buffet zum Mittagessen haben alle Familien super beigetragen und für mich war es schön, mit den Kindern einen riesigen Obstsalat zu schnibbeln.

Es wäre wichtig, mehr derartig gemeinsame Zeit zu haben, allerdings ist der organisatorische Aufwand doch enorm.

Es war ein sehr intensiver und anregender Tag und sicher war für jede Familie etwas Hilfreiches dabei – Es gab bereits positive Kommentare!

Als Fazit möchte ich betonen, wie wichtig für alle der Austausch ist; besonders für Eltern – dazu gibt es ja auch andernorts Gelegenheiten, z.B. im Elterngesprächskreis.

Wir hoffen Sie weiter unterstützen zu können.

Dr. R. tom Dieck

### \* **Abenteuertag mit Wolle Limberg** am 24. Juni

Dieses Mal ging es durch einen Tunnel. Es nahmen 8 Jungen im Alter zwischen 8 und 15 Jahren teil. Die erste Aufgabe für die Jungs, war ein rohes Ei so in Naturmaterialien einzupacken, dass es beim Absturz vom Aquädukt nicht zerbricht. Farn, Moos, Rinde, Stöcke etc. wurden eingesetzt und so schafften es manche Eier heile bis zum Ende.

Gut ausgerüstet starteten wir und seilten uns zu den Tunneln ab. Nach einem Probelauf bekam jeder, der wollte, einen Kompass und eine Karte. Über kleine Steintreppen gelangten wir immer tiefer in den ca. 500 m langen Tunnel. Dort gab es jede Menge Wasser, aber kein Licht. Nur die Taschenlampen erleuchteten den Weg. Ganz mutig ging die Gruppe ein Stück im Tunnel nur mit einem Licht am Anfang und am Ende. Nass und zufrieden kamen alle sicher ans Tageslicht. Die Tour war super spannend!



## Das haben wir demnächst vor:

### \* **Klettern im Grünen Hochseilgarten Hückeswagen am 18. August**

Auch in diesem Jahr klettern wir die verschiedenen Parcours im Hochseilgarten. Anfänger wie Geübte finden einen passenden Pfad und natürlich grillen wir abends. UND je nach Wetter und Anmeldezahlen ist eine Übernachtung **in Jurten** geplant.

**FÜR:** Jungs und Mädchen **ab 8 Jahren** (mindestens 10 Kinder)

**WANN:** **Fr. 18. 8. Beginn 15.00** - Ende ohne Übernachtung **20.00 Uhr**  
Ende mit Übernachtung am 19.8. **9-10.00 Uhr**

**WO:** Hochseilklettergarten Hückeswagen, Zum Sportzentrum 1

**KOSTEN:** Mitglieder 10.- / 15.-\* € Nichtmitglieder 20.- / 25.-\* € (\* mit Übernachtung)

**Besonderes:** geschlossene Schuhe, lange Hose, Getränke ggfs. Medikamente  
**Mit Übernachtung:** Isomatte, Schlafsack, warme Joggingsachen! Taschenlampe !!

**ANMELDUNG** über [www.adhs-team.de](http://www.adhs-team.de) **Endgültige Planung und Infos am 14. Aug.**

### \* Arbeitstreffen zu: **Wie geht's weiter** mit dem Verein ADHS-Team am **29. Aug.**

Wir bitten unsere Mitglieder mit einem Rundbrief **bis 15. 7.** Stellung zu nehmen.

Für gute Überlegungen brauchen wir Rückmeldungen! Damit auch Nichtmitglieder die Fragen kommentieren können, stellen wir diesen Brief auf unsere Homepage.

UND: Das **Redaktionsteam des Infobriefes** braucht **Verstärkung.**

### \* **TIPPS und INFOS aus der Medizin**

- **„KINECTEEN“**, ein Präparat der Firma Medice, ist eine Alternative für Kinder und Jugendliche, die auf Concerta eingestellt sind. Pharmakologisch hat es den gleichen Wirkmechanismus wie Concerta. Interessant ist es unter anderem, da Kinecteen, anders als Concerta, unter dem Festpreis liegt und somit zuzahlungsfrei ist! Sprechen Sie mit Ihrem Kinder- u. Jugendarzt, ob eine Umstellung infrage kommt.
- Aktualisiert und überarbeitet ist die **Broschüre** "ADHS & BERUFSEINSTIEG" mit Tipps und Strategien für diesen wichtigen Lebensabschnitt. Sie bearbeitet unter anderem Fragen wie: welcher Beruf passt zu mir - wie entdecke ich mein eigenes Potential - wie ist mein Biorhythmus - welche Rechte und Pflichten habe ich. Die Broschüre kann kostenfrei über die Geschäftsstelle angefordert werden.

**ACHTUNG:** **Ferienzeit!** Denken Sie je nach Reiseziel daran, ein **Attest** für die Mitnahme des Medikamentes zu beantragen.

**Wir freuen uns, wenn Sie diesen Infobrief an Interessierte weiterreichen.**

- **Mitglieder sind alle Personen, die zur Familie des Vereinsmitglieds gehören**

Sofern Sie keinen Infobrief wünschen, geben Sie uns bitte Bescheid, indem Sie einfach auf "Antworten" klicken und in der Betreffzeile "Infobrief abbestellen" eingeben.

**Bei unseren Aktionen wird fotografiert. Sollten Sie nicht mit einer Veröffentlichung von Fotos Ihres Kindes einverstanden sein, so teilen Sie dies bitte schriftlich vor der Aktion mit.**

**Geschäftsstelle:**

ADHS-Team Wuppertal e.V.

Blombachstr. 8

42369 Wuppertal

Tel.: 0202 / 2 46 22 42

Fax: 0202 / 2 46 22 40

[www.adhs-team.de](http://www.adhs-team.de)

**Bankverbindung:**

BIC: DAAEDEDXXX

IBAN: DE 16 3006 0601 0007 7613 25

Apo Bank Wuppertal