

[info@adhs-team.de](mailto:info@adhs-team.de)

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:

### **Bouldern im Bahnhof Blo**

Am 10. November trafen wir uns an der Boulderhalle Bahnhof Blo – bei eher ungemütlichem Wetter genau der richtige Tag für diese Indoor-Aktion. Mit der Altersspanne von 6 bis 20 Jahren wurde die Ausschreibung „ohne Altersbeschränkung“ gründlich ausgenutzt. Nach einer kurzen theoretischen Einführung und einem Aufwärmtraining durften alle loslegen. Toll war, dass wir für die erste Stunde die gesamte Boulderhalle für uns hatten. Der zunächst nicht bedachte einzige Nachteil: Das Café im Untergeschoss hatte noch nicht geöffnet, was schade für die Eltern war. Nach ca. der Hälfte der Zeit wurden zwei Gruppen gebildet, die jeweils einen Trainer bzw. eine Trainerin an die Seite gestellt bekamen. Die „Großen“ meisterten die Anforderung „Koffer packen“, bei der jeweils die Tritte und Handgriffe des Vorgängers der Reihe nach wiederholt und um einen weiteren Schritt ergänzt werden mussten, mit unglaublicher Ausdauer und Geschick. Die „Kleinen“ kletterten ebenfalls teilweise teilweise affengleich die Wände hoch und besonders gerne in eine hinter der Wand befindliche Höhle, die dann auch zum Spielen genutzt wurde. Am Ende der 90 Minuten gab es noch eine Ausklingphase mit Dehnübungen, bevor dann alle gut gelaunt nachhause fuhren. Mit den Worten der einzigen Teilnehmerin: „Echt cool!“

**Bilder dieser erstmalig durchgeführten Aktion finden Sie auf unserer Homepage.**

### **Mitgliederversammlung**

Am 21. November fand in den Räumen der Geschäftsstelle die jährliche Versammlung der Mitglieder statt- wie in jedem Jahr ein Treffen derjenigen Mitglieder, die die Vereinsarbeit aktiv gestalten und tragen.

Da in diesem Jahr keine Wahlen anstanden, konnten wir den offiziellen Teil kurzhalten. Fr. Kutzschbach gab einen Einblick in die gute finanzielle Lage des Vereins und wurde nach erfolgter Kassenprüfung durch Fr. Swoboda entlastet. Ebenso entlastet wurden Fr. Ahlers-Ciesielski als vorherige Kassenwartin für den Zeitraum bis April 2018 sowie der gesamte Vorstand.

Die geplanten Veranstaltungen konnten in diesem Jahr bis auf das „Raufen nach Regeln“ stattfinden und mit SUP und Bouldern gab es auch neue Anreize für unsere Mitglieder.

Bei leicht rückläufigen Mitgliederzahlen und einem „harten Kern“ an regelmäßigen Veranstaltungsteilnehmern stellen wir uns dennoch die Frage einer vielleicht nötigen Neuausrichtung unserer Zielsetzung.

Aus logistischen Gründen ist es sinnvoller, die Mitgliederversammlung zu Beginn eines Jahres stattfinden zu lassen, so dass wir schon jetzt für den 20. Februar 2019 einladen. Die fristgerechte Einladung folgt Mitte Januar.

## **Das haben wir demnächst vor:**

Am 2. Advent findet in Ronsdorf wieder der traditionelle Weihnachtsmarkt statt. Auch in diesem Jahr gibt es eine Bude mit Weihnachtsartikeln und Informationen über unseren Verein und unsere Arbeit. Der Weihnachtsmarkt ist am Samstag von 11-22 Uhr und am Sonntag von 11-19 Uhr geöffnet.

## **Zur Info: Elterngesprächskreis:**

Nach vielen Jahren und 37 intensiven und bereichernden Abenden übergibt Fr. Schwamborn den Elterngesprächskreis an Fr. Hansen. Dieser Gesprächskreis ist ein wichtiges Element in der Arbeit mit ADHS-Betroffenen und gibt Eltern die Möglichkeit, in kleiner Runde den Austausch mit anderen Eltern unter Moderation zu suchen.

**Die Termine für 2019 können schon vorgemerkt werden:  
Immer Donnerstag um 19 Uhr:  
7.02. 4.04. 23.05. 11.07. 29.08. 10.10. 5.12.**

Der Ort für das Treffen ändert sich und wird noch bekannt gegeben.

**Wir wünschen allen Familien eine schöne Advents- und Weihnachtszeit mit hoffentlich entspannten gemeinsamen Tagen und vielen schönen kleinen Momenten.  
Kommen Sie gut und gesund ins Neue Jahr 2019 !**

**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

Bankverbindung:  
BIC: DAAEDEDXXX  
IBAN: DE 16 3006 0601 0007 7613 25  
Apo Bank Wuppertal