



**ADHD
samtökin**

Ársskýrsla 2010

Ársskýrsla ADHD samtakanna fyrir árið 2010

Starfsemi ADHD samtakanna óx og dafnaði árið 2010, því samtökin voru ákveðin í að gefa ekkert eftir þrátt fyrir efnahagsþrengingar síðustu ára í metnaðarfullu starfi og hagsmunabaráttu fyrir auknum skilningi á athyglisbresti og ofvirkni í samfélaginu og aukinni þjónustu fyrir börn, unglinga og fullorðna með ADHD og ADD sem og fjölskyldur þeirra.

Ingibjörg Karlsdóttir hefur í nær áratug leitt starfsemi samtakanna af miklum krafti bæði sem formaður og starfandi framkvæmdastjór ákvað á síðasta aðalfundi að gefa ekki kost á sér áfram sem formaður en halda eigi að síður áfram sem framkvæmdastjóri. Kunnum við henni bestu þakkir fyrir allt það frábæra starf sem hún hefur innt af hendi í þágu samtakanna.

Á síðasta aðalfundi var því Sigubjörn Einarsson kosinn nýr formaður samtakanna en vegna persónulegra aðstæðna náði hann ekki að starfa með samtökunum nema í örfáa mánuði. Þökkum við honum góða viðkynningu og störf í þágu félagsins.

Björk Þórarinsdóttir sem starfað hefur í stjórn samtakanna um árabil bæði sem gjaldkeri og varaformaður tók þá við formennskunni.

Ingibjörg Karlsdóttir ákvað síðan að láta af störfum sem framkvæmdastjóri samtakanna nú 1. febrúar 2011 eftir langan og farsælan feril og kunnum við henni hinar bestu þakkir fyrir allt sem hún hefur áorkað fyrir bæði ADHD samtökin og ekki síður fyrir óeigingjarnt starf fyrir málflokkinn í heild sinni á Íslandi.

Yfirlit yfir það helsta í starfi samtakanna 2010

- Fræðslufundir: Haldnir voru 3 fræðslufundir á árinu.
- Fræðslunámskeið fyrir foreldra barna með ADHD var haldið á vorönn og haustönn.
- Fræðslunámskeið fyrir foreldra unglinga var haldið á haustönn
- COPE námskeið fyrir foreldra var haldið á vorönn.
- Námskeiðið: Skólaganga barna með ADHD fyrir kennara og annað starfsfólk grunnskóla var haldið í Reykjavík bæði á vorönn og haustaönn og á Egilstöðum á haustönn
- Greiningar fullorðinna –Var haldið áfram en ákveðið var að hætta verkefni í lok ársins
- Sjálfshjálparfundir fullorðinna voru haldnir á miðvikudögum á vorönn .
- Fræðslufyrirlestrarröð fyrir fullorðna tvisvar í mánuði á haustönn
- Spjallfundir tvisvar í mánuði fyrir fullorðna á haustönn
- Stuðningsfundir fyrir foreldra einu sinni í mánuði í umsjón Grétu Jónsdóttur á vorönn
- Útgáfa bæklinga um ADHD fyrir lögregluna
- Útgáfa 3 fréttablaða á árinu
- Opnun upplýsingavefs fyrir börn um ADHD
- Snillinganámskeið voru haldin á vorönn bæði í Reykjavík og á Akureyri í samvinnu við Þroska og hegðunarstöð
- ADHD vitundarvika

ADHD vitundarvika 20. – 24. September

Víða í Evrópu og í Bandaríkjunum er árlega skipulögð svokölluð ADHD vitundarvika í skólum og víðar seinni hluta september mánaðar. Meðal annars til að stuðla að vitundarvakningu um ADHD og auka skilning gagnvart þeim vaxandi fjölda barna sem glímir við athyglisbrest og ofvirkni.

ADHD samtökin lögðu til að hérlandis yrði skipulögð ADHD vitundarvika í skólum landsins og víðarvikuna 20. – 24. september.

Stjórn ADHD samtakanna ákvað í tilefni af fyrstu ADHD vitundarvikunni á Íslandi að veita viðurkenningar til einstaklinga sem hafa með störfum sínum að málefnum barna með ADHD stuðlað að auknum skilningi á athyglisbresti og ofvirkni í samfélaginu og bættum lífsgæðum bæði barna með ADHD og fjölskyldna þeirra.

Þeir sem hlutu viðurkenningar eru Ragna Freyja Karlsdóttir sérkennari, sem starfaði um árabíl sem skólastjóri Dalbrautarskóla en útgáfa Rögnu Freyju á Ofvirknibókinni var frumkvöðlastarf sem sjálfsagt hefur aukið skilning margra foreldra og ekki síst kennara fyrir orsökum og afleiðingum ADHD.

Hjónin Matthías Kristiansen þýðandi og Heidi Strand textillistakona voru einnig heiðruð Matthías og Heidi stofnuðu ADHD samtökin árið 1988, undir nafninu Foreldrafélag misþroska barna. Matthías var síðan formaður félagsins í 14 ár.

Að lokum fékk Jóhanna Sigurðardóttir forsætisráðherra viðurkenningu fyrir framgöngu sína í málefnum barna með ADHD á Íslandi en fyrir hennar tilstilli sem félagsmálaráðherra vann sérstök nefnd á vegum félagsmálaráðuneytisins að tillögum um bættu þjónustu við börn með ADHD sem leiddi til þess að í lok árs 2009 var undirritaður samstarfssamningur til þriggja ára milli ráðuneyta félags-, heilbrigðis- og menntamála og Sambands íslenskra sveitarfélaga um aukna stuðnings- og nærþjónustu við börn með ADHD og langveik börn.

Samskiptavefsíða fyrir börn með ADHD

Í ADHD vitundarvikunni opnuðu samtökin síðan vefsíðu fyrir börn sem unnin var af nemum í margmiðlun við Tækniskóla Íslands. Á þessari vefsíðu er ýmis fróðleikur um ADHD, leiðbeiningar í samskiptum fyrir börn með ADHD, teiknimyndasaga, leikir og fleira áhugavert.

Lögreglubæklingur

ADHD samtökin gáfu í vitundarvikunni líka út bækling fyrir lögregluna sem innihélt leiðbeiningar um yfirheyrslur einstaklinga með ADHD. Eins og við vitum þá eru einstaklingar með ADHD í meiri áhættu að komast í kast við lögin vegna einkenna ofvirkni og hvatvísi. Bæklingurinn var gefinn út í Danmörku af danska ADHD félaginu og var þýddur með leyfi þeirra af Elínu Hoe Hinriksdóttur sérkennara

Fræðslufundir í Háteigskirkju

Á vorönn voru tveir fræðslufundir og fjallaði Stefán J. Hreiðarson þar um stýrivirkni heilans og Rúnar Helgason um frestunaráráttu. Á haustönn fjallaði síðan Egill Örn Jónsson um tölvufíkn. Fjölmennt var á alla þessa fræðslufundi og eins og ávallt á fræðslufundum samtakanna sköpuðust mjög fjörugar og fróðlegar umræður eftir framsögurnar.

Fræðslufundaröð fyrir fullorðna

Farið var af stað með fræðslufundaröð fyrir fullorðna annan hvern fimmtudag á haustönn og hafði Elín Sigurðardóttir starfsmaður samtakanna yfirumsjón með henni og eins með spjallfundum sem haldnir voru annan hvern fimmtudag.

- **Fimmtudaginn 16. september**
- Sigríður Jónsdóttir ADHD markþjálfari - Frá óreiðu til skýrleika

- **Fimmtudaginn 7. október**
- Guðrún Brynjólfsdóttir- Röð og regla

- **Fimmtudaginn 21. október**
- Brynjar Emilsson sálfræðingur -Sálfræðileg meðferð fullorðinna með ADHD

- **Fimmtudaginn 4. nóvember**
- Sigríður Benediktsdóttir sálfræðingur -Praktísk ráð fyrir fullorðna með ADHD

- **Fimmtudaginn 18.nóvember**
- Ómar Ívarsson geðlæknir -Heilastarfsemi fullorðinna með ADHD – hvernig lyfin virka

- **Fimmtudaginn 2. desember**
- Ágústa Gunnarsdóttir sálfræðingur -Konur með ADHD eða ADD – styrkleikar og veikleikar

Starfsmannamál

Eins og segir framfar í þessari skýrslu þá var árið 2010 síðasta starfsár Ingibjargar Karlsdóttur sem framkvæmdastjóra ADHD samtakanna. Standa bæði ADHD samtökin í heild sinni og bæði börn og fullorðnir með ADHD í ævarandi þakkarskuld við Ingibjörgu vegna hennar mikla brautryðjendastarfs og óeigingjarnrar baráttu hennar fyrir þekkingu á ADHD á Íslandi.

Elín Hoe Hinriksdóttir fræðslufulltrúi samtakanna lét einnig af störfum síðastliðið haust og færum við henni einnig hinar bestu þakkir fyrir framúrskarandi störf á þágu félagsins.

Ágústu Gunnarsdóttur færum við einnig hinar bestu þakkir fyrir hennar frumkvöðlastarf í greiningum fullorðinna með ADHD á Íslandi, en hún var ráðin árið 2005 til greininga á fullorðnum með ADHD á Íslandi.

Greiningar fullorðinna voru frá upphafi hugsaðar sem tilraunaverkefni til þess að mæta hinni miklu þörf og vöntun sem var á vönduðum greiningum fullorðinna með ADHD á Íslandi. Ágústa hefur vakið athygli fyrir vandaðar greiningar og hefur hún átt mjög gott samstaf og verið vel af henni látið bæði meðal fagfólks og þeirra einstaklinga sem til hennar hafa leitað.

Fleiri fagaðilar eru nú farnir að sinna greiningum fullorðinna nú á Íslandi og því töldu ADHD samtökin að kominn væri tími til þess að loka þessu verkefni samtakanna

Alþjóðlegt samstarf

Samnorrænn fundur

Samnorræni fundur allra ADHD félaganna á Norðurlöndunum var haldinn í Helsinki í Finnlandi þetta árið. og sóttu undirrituð formaður samtakanna ásamt Ingibjörgu Karlsdóttur framkvæmdastjóra fundinn fyrir Íslands hönd. Nú sem endranær var fundurinn mjög fræðandi og nauðsynlegt innspýting fyrir starfsemi ADHD samtakanna á Íslandi þar sem á þessum fundum fáum við góða yfirsýn yfir hvað er að gerast hjá félögum á hinum Norðurlöndunum og kynningar á áhugaverðum verkefnum og rannsóknum. Það er alltaf eitthvað sem stendur upp úr og nú var það mjög kröftug útgáfa og starf ADHD samtakanna í Danmörku.

Samevrópskt samstarf

Í ágúst komu fulltrúar ADHD samtakanna á Kýpur í heimsókn til þess að fræðast um starfsemi ADHD samtakanna og þróun málflokksins í heild sinni á Íslandi. En íslensku ADHD hafa verið í samevrópsku samstarfi sem lýtur að uppbyggingu á málefnum ADHD á Kýpur en árið 2009 fóru tveir fulltrúar á vegum íslensku ADHD samtakanna til Kýpur.

Ráðstefna í Bandaríkjunum

Undirrituð sótti einnig ráðstefnu í Bandaríkjunum á haustmánuðum hjá CHADD bandarísku ADHD samtökunum þar sem einstaklega margt áhugavert kom fram um þróun í málefnum ADHD en þar sem þar stóð upp úr var fyrirlestur Russell Barkley um stýrivirkni heilans hjá fullorðnum með ADHD og nýjar bækur og greiningartæki sem hann er að gefa út árið 2011.

Norræn ráðstefna um ADHD í Kaupmannahöfn

Félagsmálaráðuneytið í Danmörku og "Nordic Welfare Center" buðu til norrænnar ráðstefnu um ADHD 1. desember 2010 þar sem var fjallað um nýjan fókus á ADHD frá félagslegu sjónarmiði. Var undirrituð fenginn til þess að vera með erindi notendasjónarhorn einstaklinga með ADHD á þeirri þjónustu sem þeir fá ásamt framkvæmdastjóra dönsku ADHD samtakanna. Þar sem var í raun áhugaverðast á þessari ráðstefnu var hvernig fullorðnir einstaklingar með geta meira tekið tæknina sem stuðningstæki í sína þágu og voru margar áhugaverðar tækninýjungar kynntar.

Stjórn samtakanna 2010

Þær breytingar urðu á aðalfundi 2010 að Elín Hoe Hinriksdóttir hætti í stjórn félagsins og kunnum við henni bestu þakki fyrir hennar störf sem og Sigríði J Sighvatsdóttur og Axel Viðarsyni sem létu einnig af störum sem varamenn. Sigríður Stephensen Pálsdóttir kom þá inni stjórnina sem meðstjórnandi og Elín Hrefna Garðarsdóttir og Garðar Agnarsson komu inn sem varamenn. Á síðast aðalfundi var einnig Sigurbjörn Einarsson kosin sem formaður samtakanna en þurfti hann því miður að láta af störfum eftir stutta en góða viðkenningu og færum við jh0num þakki fyrir og vonumst til þess að geta notið krafta hans í framtíðinni.

Stjórn ADHD samtakanna var því meirihluta ársins 2010 skipuð eftirfarandi:

- Björk Þórarinsdóttir formaður
- Kristjana Ólafsdóttir ritari
- Ólafur Torfason gjaldkeri
- Gréta Jónsdóttir meðstjórnandi
- Sigríður Stephensen Pálsdóttir meðstjórnandi
- Þórdís Bragadóttir meðstjórnandi

Varamenn

- Elín Hrefna Garðarsdóttir
- Garðar Agnarsson

Það má með sanni segja að árið 2010 hafi verið viðburðaríkt hjá ADHD samtökunum þó svo að hér hafi aðeins verið stiklað á því helsta sem gerðist á árinu.

Reykjavík 15. mars 2011

Björk Þórarinsdóttir
formaður ADHD samtakanna

Ársskýrsla undirrituð af stjórn