



För dig som är vuxen med NPF

Du som är 18 år eller äldre och har NPF (som adhd, autism, Tourettes syndrom eller språkstörning) är varmt välkommen till Attention Stockholms öppna träffar och slutna grupper. Ledare från Attention Stockholm är alltid med och vi bjuder på fika.

Du bokar plats i kalendern på vår hemsida och det är kostnadsfritt för medlemmar. Är du inte medlem i Attention kan du prova en öppen träff två gånger innan medlemskap.

Öppna träffar (bokas ett datum i taget)

Cafékvällar – prova på

Cafékvällarna är vår minst strukturerade träff dit man kan komma och bara vara, ta en fika, spela spel och snacka med andra. Två ledare från Attention Stockholm finns alltid närvarande. Cafékvällarna är en gång i månaden på kvällstid.

Temakvällar – prova på

På Temakvällar pratar vi kring ett förutbestämt tema. Vanliga teman är nydiagnostiserad, arbetslivet, känslor, relationer, hjälpmedel, prokrastinering, sätta gränser, kommunikation och life-hacks. Temakvällarna hålls en gång i månaden på kvällstid.

Temakvällar för kvinnor – prova på

På Temakvällar för kvinnor pratar vi kring ett förutbestämt tema. Vanliga teman är nydiagnostiserad, arbetslivet, känslor, relationer, hjälpmedel, prokrastinering, sätta gränser, kommunikation och life-hacks. Temakvällar för kvinnor hålls en gång i månaden på kvällstid.

Träffpunkt för mammor med adhd – prova på

Under Träffpunkt för mammor med adhd pratar vi om förutbestämda teman runt föräldraskap och adhd. Vanliga teman är att ta hand om sig själv, relationen till den andra föräldern, gränser, känsloreglering, vilken hjälp finns och hantera barnens omgivning. Träffen är en gång i månaden under en helg och det går bra att ta med sig sina barn.

Slutna grupper (bokas per omgång, samma grupp träffas flera gånger)

Samtalsgrupp HBTQ

Samtalsgrupp HBTQ vänder sig till dig från 18 år med NPF som identifierar dig som HBTQ-person. Gruppen träffas online sex gånger på kvällstid och pratar om teman som gruppen önskat. Vi välkomnar deltagare från hela landet – men du behöver ha medlemskap i Attention Stockholm.

Livsberättargrupp

En samtalsgrupp för dig från 65 år med adhd, där vi pratar om de glädjeämnen och utmaningar vi mött i livet, för att sedan blicka framåt och skapa nya drömmar. Samma personer träffas 8-10 gånger.

Hushållbalans – för bättre samarbete i hemmet

Gruppen vänder sig till vuxna par som bor i gemensamt hushåll, där en eller båda har NPF. Det går bra att delta om man är partners, kompisar, förälder och barn eller annat. Gruppen träffas åtta gånger online och arbetar utifrån en metod som handlar om att organisera och fördela hushållsarbete. Vi välkomnar deltagare från hela landet – men du behöver vara medlem i Attention Stockholm.

Övrigt

Öppet Hus

En gång per termin har vi Öppet Hus i lokalerna där de flesta av våra träffar och grupper är. Vi berättar om föreningen, vad vi gör, hur våra träffar går till och visar runt. Det finns också fika, material och möjlighet att ställa frågor direkt till oss på plats. Alla är välkomna; medlemmar, icke-medlemmar och yrkesverksamma.

Medlemsrådgivning

Som medlem har du möjlighet att kontakta vår medlemsrådgivning som drivs av Attention Stockholms län. Det går bra att ses eller prata i telefon.

Attention Stockholm är lokalföreningen för Stockholm inom Attention. Vi ses oftast i en lokal i Henriksdal i Nacka, lätt åtkomlig med buss från Slussen. En stor del av vår verksamhet består av att ordna träffar och grupper för våra medlemmar med NPF och deras närstående. För datum och bokning gå till vår kalender via QR-koden här bredvid.

