

# Ársskýrsla 2014



**ADHD SAMTÖKIN**

Háaleitisbraut 13,  
108 Reykjavík  
Sími: 581 1110  
www.adhd.is  
adhd@adhd.is



**24.10.2014:**

Fjölmennt málþing var haldið á Reykjavík Natura Icelandair Hotels undir yfirskriftinni "Láttu verkin tala". Fjöldi fyrirlesara beindi þar sjónum að fullorðnum og ADHD.



**07.10.2014:**

"Leyndardómar Heilans - Láttu verkin tala" Íslensk þýðing bókar Dr. Ara Tuckman kom út í upphafi vitundarmánaðar. Ari kom til landsins af því tilefni og tók við fyrsta eintaki bókarinnar.



**18.03.2014:**

Co To Jest? ADHD samtökin létu þýða á pólsku, bækling með grunnupplýsingum um ADHD. Lech Mastalerz, sendifulltrúi Póllands á Íslandi tók við fyrsta eintakinu í sendiráði Póllands. Bæklingurinn var framleiddur með aðstoð Mannréttindaskrifstofu Reykjavíkurborgar.



**05.10.2014:**

Vitundarmánuður – Sala endurskinsmerkja Lína Langsokkur tók við fyrsta merkinu að lokinni sýningu á samnefndu leikriti í Borgarleikhúsinu. Endurskinsmerkið er sem fyrr með teikningu eftir Hugleik Dagsson en þetta er sjötta árið í röð sem ADH samtökin selja endurskinsmerki.



**16.-30.06.2014:**

ADHD samtökin efndu s.l. sumar til sölu armbanda. Um leið var vakin athygli á starfi samtakanna og stöðu einstaklinga með ADHD. Helgi Björnsson, stórsöngvari með meiru tók við fyrsta armbandinu og í kjölfarið hófu íþróttafélög, einstaklingar og fleiri sölu um land allt.



**Febrúar 2014: Málað til góðs í BYKO.** Heiðar B. Heiðarsson varð fimmtugur árið 2013 en hafði greinst með ADHD árið áður. Hann fékk þá hugmynd að mála eina mynd á mánuði í eitt ár og fékk samstarfsfólk sitt á vörustjórnunarviði Byko til liðs við sig. Afraksturinn var svo boðinn upp og andvirði uppboðsins afhent ADHD samtökunum.



**M**arkmið ADHD samtakanna er að börn og fullorðnir með athyglisbrest, ofvirkni og skyldar raskanir mæti skilningi alls staðar í samfélaginu og fái þjónustu sem stuðlar að félagslegri aðlögun þeirra, möguleikum í námi og starfi og almennt bættum lífsgæðum.

**S**tarfsemi ADHD samtakanna er að veita fræðslu- og upplýsingaþjónustu, bjóða upp á fræðslufundi, námskeið og stuðningsfundi, útgáfa bæklinga, fréttabréfa og annars efnis, halda út virkri heimasíðu og fésbókarsíðu og gæta hagsmuna einstaklinga með ADHD og aðstandenda þeirra.



## Ársskýrsla ADHD samtakanna fyrir árið 2014

Starfsemi ADHD samtakanna var mjög blómleg árið 2014. Félagatalið hefur vaxið mikið á undanförunum árum eða úr tæplega 1.400 félögum árið 2011 í rúmlega 2.200 félaga í lok árs 2014. Félagsmönnum fjölgaði um tæplega 100 árið 2014. Nýr félagsmaður bættist því við tæplega fjórða hvern dag og nemur raunfjölgun milli ára rúmlega 4%.

Árið 2014 var viðburðaríkt og fjölmörg verkefni á dagskrá. Rekstrargrundvöllur samtakanna er nokkuð óljós frá ári til árs en þjónustusamningur við ríkið hefur gert samtökunum kleift að halda úti svo öflugum starfi sem raun ber vitni. Samningurinn hefur m.a. gert kleift að hafa starfsmann á skrifstofu sem gerði mögulegt að sinna félagsmönnum betur, auk þess sem verkefni sem legið hafa í pípunum hafa fengið að blómstra. Tveir starfsmenn voru í 100% starfi hjá ADHD samtökunum í lok ársins, framkvæmdastjóri og verkefnastjóri.

Þjónustusamningur styrkir rekstrargrundvöll samtakanna en undir lok árs var framlenging þjónustusamnings í óvissu. Nauðsynlegt er að tryggja til lengri tíma samning við ríkisvaldið, auk þess sem æskilegt væri að heildarfrjárhæð rekstrarstyrks yrði hækkuð frá því sem nú er, svo unnt yrði að sinna enn betur þeim fjölmörgu verkefnum sem við blasa.

ADHD samtökin hafa um árabil tekið þátt í Norrænu samstarfi og sótt fundi með fulltrúum annarra norrænna ADHD samtaka a.m.k. einu sinni á ári. Samstarfið skilar sér m.a. í gagnkvæmum skiptum á fræðsluefni, útgáfu og öðrum sameiginlegum verkefnum.

ADHD samtökin halda úti útibúi á Akureyri „ADHD Norðurland“ og veita þjónustu fyrir félagsmenn og aðra sem eftir henni leita á því svæði. Reglulega eru haldnir fræðslufundir, spjallfundir og þá er ADHD Norðurland umsjónaraðili samstarfsverkefnis um rekstur sumarbúða fyrir börn með ADHD að Hólavatni í Eyjafjarðarsveit, í samstarfi við KFUM og Akureyrarbæ. Þá eru að spretta upp vísar að samskonar starfsemi í kjölfar heimsóknna á fleiri stöðum á landinu, m.a. í Snæfellsbæ, Borgarnesi, á Sauðárkróki og Vestfjörðum.

Yfirlit yfir veitta þjónustu ADHD samtakanna árið 2014:

- 1) **SKRIFSTOFA:** ADHD samtökin hafa opna skrifstofu alla virka daga ársins og veita foreldrum, fullorðnum og fagfólki ráðgjöf í síma, með tölvupósti og þeim sem heimsækja skrifstofuna. Þá er mikið og ört vaxandi samstarf við önnur félagasamtök í húsinu að Háaleitisbraut 13, m.a. Sjónarhól rágjafarmiðstöð ses., Landssamtökin Proskahjálpi, Barnaheill og Einhverfusamtökin.

Erindi sem ADHD samtökin sinntu eru flokkuð í 8 mismunandi flokka eftir viðfangi. Tölur við hvern lið eru meðaltalstölur á dag, fengnar með skráningum á 10 mánaða tímabili, frá janúar 2014 til loka október 2014.

- Fullorðnir – símtöl [3,5]
- Foreldrar vegna barna undir lögaldri – símtöl [2]
- Foreldrar vegna barna eldri en 18 ára – símtöl [2,5]
- Stofnanir og sérfræðingar - símtöl [1]
- Aðrir – símtöl [1,5]
- Tölvupóstar [28]
- Heimsóknir [2]
- Sala / Afgreiðsla efnis [2,5]

- 2) **FORELDRA NÁMSKEIÐ:** ADHD samtökin héldu tvö fræðslunámskeið fyrir foreldra 6-12 ára barna með ADHD, eitt að vori, annað að hausti. Rúmlega 50 foreldrar tóku þátt. Þá var samskonar námskeið haldið fyrir foreldra á Akureyri í nóvember 2014 og sóttu það 15 einstaklingar. Fyrirlesarar á námskeiðunum voru sálfræðingar og geðlæknir.

ADHD samtökin héldu tvö fræðslunámskeið fyrir foreldra 13-18 ára unglunga með ADHD, eitt að vori, annað að hausti. Rúmlega 40 foreldrar tóku þátt í námskeiðunum. Fyrirlesarar á námskeiðunum voru sálfræðingar og geðlæknir.

- 3) **KENNARANÁMSKEIÐ:** Eitt námskeið fyrir kennara og kennaranema var haldið í ágúst 2014 og tóku um 100 manns þátt, þar af voru 10 þátttakendur í fjarfundi á tveimur stöðum utan höfuðborgarsvæðisins. Fyrirlesarar á námskeiðunum voru sálfræðingar, geðlæknir og sérkennari.
- 4) **SPJALLFUNDIR:** Haldnir voru 10 spjallfundir fyrir foreldra barna með ADHD og 10 spjallfundir fyrir fullorðna með ADHD. Spjallfundir eru að jafnaði einu sinni í mánuði fyrir hvorn hóp mánuðina janúar til maí og september til desember. Boðið er upp á tiltekið umfjöllunarefni á hverjum fundi fyrir sig en meðal umfjöllunarefna voru: Dagleg rúttína - ADHD og fjármál - Samskipti við skóla - ADHD og nám - ADHD og frístundir - ADHD og systkini - ADHD og makar - Tæki - Tækni – Öpp - ADHD og unglingar - Að eiga maka með ADHD - ADHD og lyf - ADHD, aðventan og jólin. Umsjónarmenn spjallfundanna voru geðlæknir, prestur, sálfræðingur, sérkennari, og starfsmenn og stjórnarmenn ADHD samtakanna.
- 5) **VÍDEÓSPJALLFUNDIR:** Þá var efnt til vídeó-spjallfunda vorið 2014, samtals 8 slíkir fundir voru haldnir. Sýnd voru fræðslumyndbönd um ADHD og að lokinni sýningu var rætt um efni myndbandanna.
- 04. febrúar           ADD and loving it
  - 11. febrúar           ADD and mastering it
  - 05. mars                Holistic solutions to ADHD
  - 17. mars                Comprehensive guide: What is ADHD?
  - 16. apríl                Comprehensive guide: Embracing the diagnosis
  - 22. apríl                Comprehensive guide: Living with ADHD
  - 21. maí                 Facing the world + ADD and sleep + Tips on an organized life
  - 27. maí                 Marijuana and ADD..and oh look cows !
- 6) **FRÆDSLUFUNDIR:** Árið 2014 var efnt til 7 fræðslufunda utan höfuðborgarsvæðisins sem var liður í landsbyggðarátaki. Fjallað var um ADHD röskunina og fylgikvilla ásamt því að ADHD samtökin og starfsemi þeirra voru kynnt. Fundirnir voru haldnir í Vestmannaeyjum, Borgarbyggð, Reykjanesbæ, Vesturbyggð, Skagafirði, á Ísafirði og Akranesi. Annars vegar var efnt til funda með fagfólki, öðru starfsfólki skóla, heilsugæslu og starfsmönnum sveitarfélaga og hins vegar var efnt til spjallfunda með foreldrum, forráðamönnum barna og starfsmönnum sveitarfélaga. Þá hafa rannsóknarniðurstöður sem snerta ADHD að einhverju leyti verið kynntar hjá samtökunum og fólki staðið til boða að koma á ókeypis kynningarfyrirlestra.
- Í október var efnt til fræðslufyrirlestrar á Grand Hótel Reykjavík, í tengslum við vitundarmánuð. Dr. Ari Tuckman flutti þar fyrirlestur fyrir fullu húsi um ADHD og maka og farsæld í samböndum Páll Einarsson fór á vegum samtakanna til Akureyrar og hélt þar fræðsluerindi um ADHD og Öpp og ýmsa tækni sem nýtist einstaklingum með ADHD.
- 7) **MÁLÞING:** Málþing um ADHD og fullorðna var haldið á Icelandair Hótel Reykjavík Natura 24. október 2014. Yfirskriftin var „Láttu verkin tala“ og fluttu 10 einstaklingar fyrirlestra á málþinginu. Málþingið var vel sótt og viðstaddir voru um 100 manns.
- 8) **VITUNDARMÁNUÐUR:** Vitundarmánuður var haldinn í október og var fjöldi viðburða á dagskrá ADHD samtakanna. Vitundarmánuður hófst með árlegri sölu endurskinsmerkja, sem um leið er ætlað að vekja athygli á málefnum einstaklinga með ADHD. Lína langsokkur veitti fyrsta endurskinsmerkinu viðtöku og lagði samtökunum ómetanlegt lið. Dr. Ari Tuckman, prófessor í sálfræði kom hingað til lands í byrjun vitundarmánaðar. Tilgangur komu hans var tvíþættur. Annars vegar flutti Dr. Ari fræðslufyrirlestur um ADHD og maka og farsæld í samböndum. Hins vegar veitti hann viðtöku fyrsta eintaki bókar sem ADHD samtökin létu þýða á íslensku og gáfu út, „Leynardómar heilans – Láttu verkin tala“ en um er að ræða

handbók / verkefnabók fyrir unglínga og fullorðna. Málþing sem áður var nefnt var hluti af viðburðum vitundarmánaðar. Vakin var athygli á málefnum ADHD einstaklinga með auglýsingum í blöðum og viðtölum í fjölmiðlum.

- 9) **ÚTGÁFA:** Gefið var út fréttablað í tengslum við vitundarmánuð og dreift um allt land með Fréttatímanum. Hefðbundið fréttabréf var einnig gefið út. Í vitundarmánuði var gefinn út nýr fræðslubæklingur, „ADHD og unglíngar“ sem þær Sólveig Ásgrímsdóttir sálfræðingur og Elín H. Hinriksdóttir sérkennari skrifuðu. Í mars 2014 létu ADHD samtökin þýða á pólsku, bækling með grunnupplýsingum um ADHD. Bæklingurinn nefnist "Co To Jest" - Hvað er ADHD? Og tók Lech Mastalerz, sendifulltrúi Póllands á Íslandi við fyrsta eintakinu í sendiráði Póllands. Samtök Pólverja á Íslandi önnuðust dreifingu bæklingins í samstarfi við ADHD samtökin.

**BÓKAÚTGÁFA:** ADHD samtökin létu á árinu endurprenta bókina „ADH og farsæl skólaganga“ en fyrsta upplag var uppurið.

Þá var ráðið í endurprentun á áður útgefnum bæklingum;

- Grunnbæklingur um ADHD
- Börn og ADHD
- Stúlkur og ADHD
- Fullorðnir og ADHD
- ADHD utan skólafundar
- Teiknimyndabæklingur: Ha! Ertu að tala við mig

- 10) **FJÁRAFLANIR:** Hefðbundnar fjáraflanir / vitundarvakning voru annars vegar að vori en þá voru seld armbönd undir yfirskriftinni „Vertu þú sjálfur, gerðu það sem þú vilt“ og með fylgdu upplýsingar um röskunina og birtingarmyndir hennar. Helgi Björnsson, tónlistarmaður veitti fyrsta armbandinu viðtöku og léði samtökunum mikilvægt lið. Þá gaf Helgi góðfúslegt leyfir fyrir notkun „frasans“ „VERTU ÞÚ SJÁLFUR“ úr samnefndu lagi.

Að hausti var hefðbundin sala endurskinsmerkja með teikningum eftir Hugleik Dagsson. Lína langsokkur veitti fyrsta merkinu viðtöku á sviði Borgarleikhússins, þar sem leikritið um Línu er sýnt. N1 annaðist sölu merkjanna á útsölustöðum sínum.

- 11) **SAMVINNA VIÐ FAGAÐILA:** ADHD samtökin hafa átt gott samstarf með fagfólki um málefni ADHD einstaklinga. Til dæmis er mjög náið samstarf við ADHD teymi Landspítala. Nokkuð er um að fagaðilar heilbrigðisstofnana utan höfuðborgarsvæðisins leiti til ADHD samtakanna en æskilegt væri að frekara samstarf væri við ríki og sveitarfélög og stofnanir á þeirra vegum vegna margvíslegra mála tengd ADHD. Þar má nefna lyfjamál, tryggingamál sem snerta einstaklinga með ADHD og foreldra, m.a. vegna umönnunargreiðslna, hagsmunamál tengd vinnumarkaði, skólamál og fleira.

- 12) **GPS-NÁMSKEIÐ:** ADHD samtökin buðu á árinu upp á GPS-námskeið [Gagnleg Persónuleg Stjórnæki], sjálfsstyrkingarnámskeið fyrir unglínga, 13-16 ára. Haldin voru tvö námskeið að vori og tvö að hausti. Námskeiðin voru kynjaskipt og tóku 12 einstaklingar þátt hverju sinni eða 48 samtals.

- 13) **TAKTU STJÓRNINA:** Þá var haustið 2014 boðið upp á fræðslunámskeið og ráðgjöf fyrir fullorðna, „Taktu stjórnina“. Námskeiðið er 10 klst. í tvo daga, yfir helgi. Fyrirmynd að þessu námskeiði er sótt til dönsku ADHD samtakanna. Þátt tóku 20 einstaklingar.

- 14) **TÍA – Tómsundur – Íþróttir - ADHD:** Undanfarna mánuði hafa ADHD samtökin unnið að þróun og gerð fræðslunámskeiðs á netinu ( on line ) um ADHD fyrir leiðbeinendur í íþrótt- og tómsundastarfi. Um er að ræða 10 klst. námskeið, fjórar lotur sem samanstanda af fyrirlestrum, viðtölum og verkefnum. Markmiðið er að gera leiðbeinendur í íþrótt og tómsundastarfi hæfari til að vinna með börnum og unglíngum með ADHD, fræða þá um mismunandi birtingarmyndir röskunarinnar og kenna aðferðir og benda á leiðir til þess að styrkja einstaklinga með ADHD.

Með hæfari leiðbeinendum eru meiri líkur til þess að allir iðkendur njóti sín betur í skipulögðu íþrótt- og tómstundastarfi.

Áformað var að keyra fyrstu lotu (pilot) verkefnisins í desember en ljóst er að það dregst fram í byrjun árs 2015. Aukinn skilningur og þekking leiðbeinenda íþrótt- og tómstundastarfs á ADHD, dregur bæði úr fordómum og gerir börnum og unglíngum með ADHD kleift að stunda íþróttir og tómstundir til jafns við aðra. Börn og unglíngar með ADHD eru oft illa stödd félagslega og einangruð. Því er mikilvægt að hægt sé að veita þeim þjónustu við hæfi. Forvarnargildi verkefnisins er því ótvírætt og mjög mikilvægt fyrir andlega og líkamlega heilsu barna og unglíngja með ADHD. Umfangsmikil skoðanakönnun meðal foreldra barna með ADHD var send út til félagsmanna í lok árs og verða niðurstöður nýttar við gerð námsefnis og til greinaskrifa.

- 15) **ÖNNUR VIÐFANGSEFNI:** Mikil gerjun átti sér stað í málefnum einstaklinga með ADHD á árinu 2014 og voru ADHD samtökin mjög sýnileg í baráttu fyrir bættum hag einstaklinga með ADHD sem og fjölskyldna þeirra. Greinilegt er orðið að það mikla kynningarstarf sem unnið hefur verið síðustu ár, hefur skilað sér í aukinni aðsókn eftir þjónustu ADHD samtakanna.

Skrifstofan er opin alla virka daga en mörg símtöl berast daglega og fjöldi tölvupósta þar sem fólk meðal annars leitar ráða eða leiðbeininga um opinbera heilbrigðis- og skólakerfið. Þörf fyrir starfsemi ADHD samtakanna er mikil og forvarnargildið ótvírætt.

Umtalsverð vinna fór síðari hluta ársins í endurnýjun þjónustusamnings við Velferðarráðuneytið sem gerður var í apríl 2013 en sagt var upp á haustdögum 2014. Engin niðurstaða hefur enn fengist í þær viðræður. Meginmarkmið samningsins er að styrkja ADHD samtökin til að vinna að því markmiði sínu að börn og fullorðnir með athyglisbrest, ofvirkni og skyldar raskanir mæti skilningi alls staðar í samfélaginu og fái þjónustu sem stuðlar að félagslegri aðlögun þeirra, möguleika í námi og starfi og almennt bættum lífsgæðum. Samningurinn gildi til tveggja ára og fól í sér fjárframlag frá ríkinu sem skipti sköpum fyrir grunnrekstur ADHD samtakanna. Með samningnum var styrkari fjárhagslegum stoðum skotið undir grunnstarfsemi ADHD samtakanna. Þá fól samningurinn í sér viðurkenningu og skilning á starfi samtakanna.

Landsbyggðarátaki, sem hófst árið 2012 lauk á árinu en alls voru heimsóttir 22 staðir á landinu og haldnir yfir 40 fundir með fagfólki, foreldrum og áhugafólki um bættan hag einstaklinga með ADHD.

Formaður, framkvæmdastjóri og gjaldkeri sóttu í maí, árlegan fund norrænu ADHD samtakanna í Osló.

Óvissa um framhald ADHD teymisins á Landspítala setti nokkurn svip á heimsókn Dr. Ara Tuckman hingað til lands í október. Ari kom hingað í tengslum við vitundarmánuð og útgáfu bókarinnar „Leynardómar heilans – Láttu verkin tala“. Meðan á heimsókn hans stóð benti flest til þess að starfsemi ADHD teymisins yrði hætt þar sem ekkert fjármagn var ætlað til áframhaldandi starfsemi. Ari lagði sitt lóð á vogarskálarnar, heimsótti fulltrúa teymisins og fór í viðtöl við fjölmiðla, svo fátt eitt sé nefnt. Málið náði inn í sali Alþingis og í kjölfar fyrirspurnar Sigríðar Ingibjargar Ingadóttur, formanns velferðarnefndar Alþingis, hófust viðræður milli Sjúkratrygginga Íslands og fulltrúa Landspítala um fyrirkomulag starfsemi ADHD teymisins. Viðræðunum var ekki lokið um áramót en tryggt að starfsemi teymisins heldur áfram í eitthvað breyttri mynd.

## Yfirlit yfir það helsta í starfi samtakanna 2014:

- **Fræðslunámskeið** fyrir foreldra 6-12 ára barna að vori og hausti, í Reykjavík og á Akureyri.
- **Fræðslunámskeið** fyrir foreldra 13-18 ára barna að vori og hausti.
- **Kennaranámskeið** að vori.
- **GPS-námskeið**, haldin voru fjögur sjálfstyrkingarnámskeið fyrir unglinga með ADHD.
- **Taktu stjórnina** fræðslunámskeið fyrir fullorðna með ADHD haldið í lok árs.
- **Co To Jest?** Bæklingur um ADHD á pólsku gefinn út og afhentur senifulltrúa Póllands á Íslandi og samtökum Pólverja.
- **Samsstarf** við háskólanema um rannsóknir tengdar ADHD, s.s. svefvenjur, málproskaraskanir o.fl.
- **Sala á armböndum** í júní undir yfirskriftinni „Frumleg og fjölbreytt – Óheft og allskonar“.
- **Fræðslufyrirlestrar:**
  - **Ari Tuckman** hélt fyrirlestur á vegum samtakanna í október um ADHD og maka og farsæld í samböndum.
  - **Páll Einarsson** fór á vegum samtakanna til Akureyrar með fræðsluerindi um ADHD og Öpp og ýmsa tækni sem nýst getur einstaklingum með ADHD.
  - Þá voru **rannsóknarverkefni** sem samtökin komu að á einn eða annan hátt, kynnt á vettvangi samtakanna.
- Tuttugu **spjallfundir**, fyrir bæði fullorðna og foreldra barna með ADHD voru haldnir á árinu. Aðsókn var yfirleitt góð og greinilegt að nýtt snið og innlegg í upphafi hvers fundar mælist vel fyrir.
- Átta **vídeóospjallfundir** voru haldnir á árinu.
- Þátttaka í Reykjavíkumaraþoni þar sem yfir 40 þátttakendur hlupu til styrktar ADHD samtökunum.
- Útgáfa upplýsingabæklings í október „**Unglingar og ADHD**“
- Útgáfa **fréttablaðs**
- ADHD vitundarmánuður „**Athygli-já takk!**“
  - Útgáfa bókarinnar „**Leynardómar heilans – Láttu verkin tala**“ eftir Dr. Ara Tuckman
  - Fjölmiðla og kynningarherferð
  - Málþing** á á Icelandair Hótel Reykjavík Natura 24. október 2014. Yfirskriftin var „Láttu verkin tala“
  - Útgáfa á **fréttakálf**i/afmælisblaði sem dreift var á landsvísu
  - Útgáfa á **afmælisendurskinsmerki** með teikningum eftir Hugleik Dagsson
- **Samnorrænn fundur** haldinn í Osló í maí
- **Landsbyggðarátaki** lokið
- **Fræðslufyrirlestrar** í Skagafirði
- Kynningar í skólum
- Fjölmiðlaumfjöllun og fundir í tengslum við ADHD teymi Landspítalans

## Starfsmannamál

Þröstur Emilsson framkvæmdastjóri var í 100% stöðugildi.

Þá fékkst styrkur frá Vinnumálastofnun til að ráða Soffíu Fransísku Rafnsdóttur í 100% starf fræðslu- og upplýsingafulltrúa og lauk þeim samningi 1. júlí.

Þann 1.október fékkst á ný styrkur frá Vinnumálastofnun í sex mánuði, gegnum s.k. vinnumarkaðsúrræði og var Valgerður Katrín Jónsdóttir ráðin í 100% starf verkefnastjóra.

Undir lok árs var ákveðið að formaður ADHD samtakanna kæmi í 20% launað starf á skrifstofu samtakanna. Vinnuframlag stjórnarmanna var umtalsvert, líkt og fyrri ár og skipti það verulegu máli fyrir samtökin að njóta starfskrafta stjórnarmanna í þeim fjölmörgu verkefnum sem fyrir liggja.



## Áherslur í starfi samtakanna

Líkt og undafarin ár birtist neikvæð umfjöllun um metýlfenídat lyf og lyfjamisnotkun í fjölmiðlum. Umtalsverður tími formanns og framkvæmdastjóra fór í að sinna fjölmiðlum og koma réttum upplýsingum á framfæri við fjölmiðla. Undir lok árs þurfti enn að verja tíma í viðbrögð við samskonar neikvæðri umræðu lyfjaeftirlits embættis landlæknis.

Framtíðarsýn ADHD samtakanna er nokkuð skýr. Útrýma þarf biðlistum eftir greiningum og meðferð og bjóða upp á margskonar meðferð og stuðning, þar sem þátttaka hins opinbera vegna sálfélagslegra meðferða verður jafn sjálfsögð og niðurgreiðsla lyfja. Því ber að fagna sérstaklega að ADHD teymi Landspítalans hyggst bjóða upp á aukna sálfræðimeðferð fyrir þá einstaklinga sem fá greiningu hjá teyminu.

Þá verður að auka framboð námsefnis til verðandi kennara um ADHD og skyldar raskanir og bjóða upp á staðgóða endurmenntun um ADHD fyrir kennara á öllum skólastigum.

ADHD samtökin vilja ennfremur auka fræðslu og skilning hjá þeim sem annast íþrótt- og tómstundastarf með börnum og ungmennum og miðar undirbúningur „TÍA-verkefnisins“ að því.

Ný námskeið ADHD samtakanna, **Taktu stjórnina** og **GPS** hafa mælst mjög vel fyrir og hefur sýnt sig að brýn og aðkallandi þörf er fyrir námskeið af þessum toga. Áformað er að halda námskeiðahaldinu áfram og fara með þau út á land. Þá er kallað mjög eftir fræðslu / námskeiðum fyrir yngsta skólastigið og sama á við um aldurshópinn 20-30 ára. Ennfremur er spurn eftir fræðslu fyrir maka einstaklinga með ADHD, sérsniðnum námskeiðum fyrir konur með ADHD.

Þá er mikilvægt að einstaklingar með ADHD fái aðstoð og stuðning strax á fyrsta stigi skólagöngu sinnar, þ.e. í leikskóla og að byggð verði traust brú milli leik-, grunn- og framhaldsskóla, þannig að samfella skapist í stuðningi og aðstoð við einstaklinga með ADHD og skilningur og stuðningur við ADHD innan samfélagsins verði viðurkenndur.

## Stjórn samtakanna 2014

Þær breytingar urðu á aðalfundi 2014 að Elín H. Hinriksdóttir var kjörin formaður í stað Bjarkar Þórarinsdóttur. Þá var Sigurvin Lárus Jónsson kjörinn varaformaður og Björk Þórarinsdóttir gjaldkeri. Ritari var kjörinn Drífa Björk Guðmundsdóttir.

Meðstjórnendur voru kjörnir Elín Hrefna Garðarsdóttir, Ellen J. Calmon og Vilhjálmur Hjálmarsson.

Varamenn voru kjörnir Snorri Páll Haraldsson og Sigríður Stephensen Pálsdóttir.

María Sif Daníelsdóttir gaf ekki kost á sér til endurskjörs.

Undir lok árs 2014 sagði Björk Þórarinsdóttir sig úr stjórn ADHD samtakanna og var ákveðið að varaformaður gegndi embættisskyldum gjaldkera til næsta aðalfundar.

### Aðalmenn:

Elín H. Hinriksdóttir formaður

Sigurvin Lárus Jónsson varaformaður (gegndi embættisskyldum gjaldkera frá 1. nóvember 2014)

Björk Þórarinsdóttir gjaldkeri (til 1. nóvember 2014)

Drífa Björk Guðmundsdóttir ritari

Elín Hrefna Garðarsdóttir meðstjórnandi

Ellen J. Calmon meðstjórnandi

Vilhjálmur Hjálmarsson meðstjórnandi

### Varamenn:

Sigríður Stephensen Pálsdóttir

Snorri Páll Haraldsson

Reykjavík 23. mars 2015

---

Elín H. Hinriksdóttir

formaður stjórnar ADHD samtakanna

### Ársskýrsla undirrituð af stjórn

---

Elín Hoe Hinriksdóttir

---

Drífa Björk Guðmundsdóttir

---

Sigurvin Jónsson

---

Elín Hrefna Garðarsdóttir

---

Ellen J. Calmon

---

Vilhjálmur Hjálmarsson