

Kriegstetten, 22.4.2026

Einladung zur Netzwerk-Weiterbildung 2026 – Neurodivergenzen + ADHS

Donnerstag, 19. November 2026, 9.00 – 17.00 Uhr

Jugendherberge Solothurn



Wir freuen uns sehr, dass Anita Jung Strub uns in der diesjährigen Weiterbildung als ADHS-Coach, Sozialpädagogin und Fachstellenleiterin der ADHS-Organisation elpos begleiten wird. Das Programm findest du auf der zweiten Seite.

Bitte melde dich bis am 27.10.2026 online über den Link an.

Herzliche Grüsse

Anja Rätz & Iris Maurer

Die Teilnehmenden erwarten eine Kombination aus Fachinput und praxisnahem Austausch. Der Fokus liegt auf interaktivem Lernen, Erfahrungsaustausch und gemeinsamer Lösungsfindung für konkrete Herausforderungen von Erwachsenen mit einer Neurodivergenz (Fokus ADHS).

Aufbau des Fachinput & Austausch

1. Teil: Übersicht div. Neurodivergenzen

- Welche Neurodivergenzen sind im Moment im Gespräch? Was sind Neurodivergenzen und wie äussern sie sich?
- Kurzinput zu ASS, Legasthenie, Hochsensibilität, etc.
- (Falls gewünscht) Hilfe bei Kernsymptomen bei Neurodivergenzen

2. Teil: Kurzinput ADHS und mögliche Strategien im Umgang mit ADHS

- Kernsymptome erkennen, neurologische Ursachen verstehen – Wie beeinflusst ADHS das Gehirn und das Verhalten?
- Hilfe bei Kernsymptomen: Zur Verbesserung von Unaufmerksamkeit, Impulsivität und Hyperaktivität, Unterstützung der exekutiven Funktionen
- Komorbiditäten bei ADHS erkennen, welchen Einfluss haben sie?
- Strategien trotz Komorbiditäten wie Depression, ASS, Borderline, etc.?
- Kolleginnen und Kollegen mit ADHS und den Umgang mit ihnen

3. Teil: Umsetzung in die Praxis

- Praxisorientiert – Konkrete Herausforderungen aus dem Arbeitsalltag besprechen und mögliche Lösungen dazu erarbeiten.