

HOOGTEPUNTEN Impuls & Woortblind - 2016

24 mei: Workshop ADHD en relaties in Amsterdam

Twintig mensen zijn op de workshop bij Dr. Bosman in Amsterdam afgekomen. Alleen of samen met hun partner. De presentatie van de psychologen, Yvette van der Waal en Ron Heinrich, spreekt zeer tot de verbeelding waardoor er een geanimeerde discussie plaatsvindt in een open sfeer. De problemen die door de aanwezigen naar voren worden gebracht, zijn voor de meesten herkenbaar en leiden soms tot de nodige hilariteit. Yvette en Ron zijn adequaat in hun reacties, maar ook de aanwezigen reageren goed op elkaar met bruikbare tips. De avond heeft duidelijk voorzien in een behoefte. Op naar de volgende!

1 juni: Hoorzitting ADHD in Nederland en aanbieding van 30.000 handtekeningen met Dure D€X

Op 1 juni heeft Impuls & Woortblind, samen met Actiegroep Dure D€x, een gesprek met een delegatie van zes Kamerleden over het ADHD Dossier in Nederland. We zitten er namens alle AD(H)D'ers die recht hebben op goede en betaalbare behandeling. En we maken indruk. Allereerst met de ruim 30.000 handtekeningen die opgehaald zijn tegen dure dex (Amfexa). De Kamerleden zijn het unaniem met ons eens dat de huidige situatie onacceptabel is.

Verrassende voorstellen

Dan volgt de presentatie van bestuurslid Hans van de Velde en voorzitter Rob Pereira over ADHD en de drie V's: Veiligheid, Voorlichting en Vergoeding. "Jullie komen met verrassende voorstellen", aldus Kamerlid Henk van Gerven van de SP, die onze afvaardiging én de 40 supporters die voor het debat zijn gekomen na afloop nog uitgebreid te woord staat. "Veel meer dan alleen boegeroep over de hoge prijzen."

Onderzoekscijfers over kosten ADHD

Indruk maken vooral de onderzoekscijfers, die laten zien dat onbehandelde ADHD'ers tot wel € 25.000,- per persoon kunnen kosten, doordat ze op meerdere levensgebieden in de problemen kunnen komen. Medicatie maakt een levensgroot verschil. Het levert dus miljoenen op als mensen daar níet zelf de hoofdprijs voor hoeven te betalen, zoals nu het geval is voor iedereen die niet goed reageert op Ritalin.

NB: Het spoeddebat naar aanleiding van deze hoorzitting heeft een mooie uitkomst: 2,5 mg dex-pillen (vergoed vanuit de basisverzekering) moeten geleverd blijven worden! Onze lobby heeft gewerkt.

14 juni: Focusgroep Naasten in kracht

Eind 2018 moet hij af zijn: een interactieve website speciaal voor naasten van mensen met ADHD en ADD. Impuls & Woortblind werkt hieraan mee en levert input vanuit de ervaringsdeskundigen. Waaraan is binnen die groep nu de meeste behoefte? Tijdens een focusgroep voor *Naasten in Kracht* werd deze vraag gesteld aan acht naasten van AD(H)D'ers.

Twee dingen springen er duidelijk uit. Ten eerste de behoefte aan contact met andere 'naasten', mensen die jouw situatie herkennen. Zowel live (waar vind je elkaar?) als digitaal 'effe kunnen zeuren'. Er is vaak een gevoel van eenzaamheid. Ten tweede is er duidelijk behoefte aan tips (do's en don'ts) in het eeuwige spanningsveld tussen bemoeien/helpen en loslaten. Veel naasten worstelen daarmee.

In de strijd om begrip van de omgeving, school, de zoektocht naar 'wat er is' met partner of kind. Een algemeen gebrek aan kennis over ADHD en in het bijzonder ADD wordt ook vaker genoemd.

Ervaringsverhalen van mensen met AD(H)D scoren eveneens hoog, mits positief. Want als naaste vind je

daarin ook altijd weer iets voor jezelf: zie je wel, ik ben echt niet gek dat ik op iemand met AD(H)D gevallen ben en/of mijn kind met AD(H)D komt er ook wel!

18 juni: ALV en spetterend verhaal van Amerikaanse ADHD'er

Ongeveer 30 leden en caféorganisatoren zijn op de ALV en het leuke programma eromheen afgekomen. En zo is de wel wat krappe werfkelder in hartje Utrecht even een bruisend geheel van gesprekken over de vereniging en een bijzondere performance van een echte ADHD'er.

De ALV is inspirerend. Velen zijn verbaasd over alle zaken waar we actief mee bezig zijn. We nemen ons voor om dit vanaf nu beter onder de aandacht van de leden te brengen via nieuwsbrieven en in de volgende ALV's. Ook het gesprek met de caféorganisatoren maakt een positieve energie los. We hebben zulke mooie pareltjes door het hele land!

Ongekende vermogens

Daarna volgt een wervelende one man show. Opgevoerd door de Amerikaan Kevin Roberts, ADHD'er pur sang. Met een verhaal over de ADHD van Oskar Schindler... en die van hem zelf. Wat een feest om naar die man te kijken en luisteren! Zijn verhaal lijkt alle kanten op te gaan en is hilarisch vanwege de briljante interactie met zijn publiek. Maar de boodschap is helder: ADHD'ers hebben ongekende vermogens, die vaak pas tot bloei komen als er de nodige spanning en urgentie gevoeld wordt. En zonder een paar mensen die voor ondersteuning zorgen in de dingen die de ADHD'er niet liggen, lukt het zelden.

Vijf keer in 2016: Netwerk Volwassenen met Dyslexie: diverse bijeenkomsten

Elke 2 maanden kunnen mensen met dyslexie of een vermoeden daarvan terecht bij een bijeenkomst van het Netwerk Volwassenen met Dyslexie. Meestal is er een thema, soms met een uitgenodigde workshopgever. Thema's uit 2016 zijn o.a.: 'Een laag zelfbeeld', 'werken onder je niveau', 'computerstress' en 'van struikelblok naar kwaliteit'. De ene keer is het drukker dan de andere keer, maar deelnemers gaan altijd helemaal opgeladen en voldaan weer naar huis.

4 november: Jaarcongres 'neurodiversiteit op het werk'

Het eerste Jaarcongres van I en W voorziet duidelijk in een behoefte. Er komen zo'n 75 deelnemers op af en de waardering is zeer positief. 'Zoek de ontbrekende puzzelstukjes als het herstel van een werknemer niet opschiet': dat is de eerste overduidelijke take home message die de deelnemers aan het I & W-Congres *Investeren in neurodiversiteit op de werkvloer* krijgen. En zo volgt er nog een aantal duidelijke punten waaraan gewerkt kan worden. Het besef begint steeds meer te leven dat elke bloem iets anders nodig heeft om tot bloei te komen, zoals voorzitter Rob Pereira in zijn openingsverhaal mooi laat zien met een kort filmpje.

De zaal zit nog helemaal vol

Na een inspirerend plenair programma volgen er twee workshoprondes. Vaak zijn mensen daarna wel 'klaar' met de dag. Maar niet bij ons congres! Na de pauze die volgt zit de plenaire zaal nog bijna helemaal vol! Het thema leeft duidelijk. Zo blijkt ook uit de ingebrachte vragen tijdens de afsluitende paneldiscussie. Ook uit deze vragen en opmerkingen blijkt weer: meer kennis en openheid is nodig. Meer uitgaan van diversiteit van mensen zou de norm moeten zijn.

Spijker op zijn kop

Maar hoe doen we dat? Met dit congres in een begin gemaakt. Bedrijfsartsen die hier waren, kunnen hun collega's attenderen op een andere manier van kijken. Bij aanhoudende problemen eerder aan 'een bijzonder brein' denken en daarbij ook weten dat er positieve kanten aan dit brein zitten en niet alleen

maar beperkingen of risico's. "Neurodiverse werknemers kennen vaak hun valkuilen en talenten goed. Als ze hier open over kunnen zijn, is dat gunstig voor hun werkgever en henzelf. Neurotypische ('normale') werknemers die dit niet allemaal niet weten of verzwijgen, die vormen pas een risico!" Aldus een wakkere deelnemer aan de slotdiscussie, die hiermee de spijker op zijn kop slaat. Een treffende afsluiter. Een mooie dag, die we volgend jaar zeker zullen vervolgen als het aan ons ligt!

26 november: ALV met presentatie 'Uitstelgedrag aanpakken via Skype'

Ook deze keer hebben we weer een mooie presentatie na onze ALV. De opkomst is, mede daardoor vermoedelijk, mooi: zo'n 25 mensen. Tijdens de ALV praten we de leden weer uitgebreid bij over alle zinvolle projecten waar we aan werken. Thijs en Emma, inmiddels lid en de breinen achter de Dure Dex-campagne, laten het ontwerp zien voor de nieuwe website die zij voor ons gaan bouwen en Jacob Klompstra stelt zichzelf voor. Een man met een enorm netwerk in Den Haag en andere politieke geledingen. Bovendien een ideaal lid van ons, met ADHD én dyslexie.

Daarna volgt een leuke en inspirerende presentatie van een gloednieuw project om uitstelgedrag aan te pakken. Dat doe je samen via Skype, zo vertelt Ine Lamers ons. Ze is I & W-lid en coach, dus ze weet waar ze over praat. Overtuigend door zijn eenvoud. Daarna nog even napraten met elkaar en op naar een 2017 met minstens zoveel hoogtepunten!