



Samen sterker in de opvoeding

Oudergroep ADHD – met ouders, voor ouders

Opvoeden gaat met vallen en opstaan. Zeker wanneer je kind gevoeliger is voor prikkels, moeite heeft met concentratie en het omgaan met emoties. Tijdens deze bijeenkomsten is er ruimte om ervaringen uit te wisselen, herkenning te vinden en samen te ontdekken wat werkt voor jou en je kind. Zo doe je praktische inzichten op die direct toepasbaar zijn in het dagelijks leven.

Voor wie?

Voor ouders van kinderen met een ADHD-classificatie of een vermoeden daarvan.

Praktische informatie

7 maandelijksse bijeenkomsten

Tijd: 10:00–11:30 uur

Locatie: Parkhuys Rosarium,
Molenweg 4 Doorn

Kleine groep (± 8–10 ouders)

Bijeenkomsten zijn gratis toegankelijk, koffie en thee is voor eigen rekening.

Goed om te weten

Het is wenselijk als je bij zoveel mogelijk bijeenkomsten kunt aansluiten.

Samen delen helpt



**Sociale
Dorpsteams**



Wat kun je verwachten?

- Begeleiding van de groep door Praktijkondersteuner Huisarts (POH) Jeugd
- Herkenning en uitwisseling met andere ouders
- Praktische handvatten voor thuis en school
- Korte, heldere uitleg over ADHD en opvoeding
- Ruimte voor vragen en ervaringen

Bijeenkomsten (los te volgen):

- | | |
|---|------------------------|
| 1. Het ADHD-brein begrijpen | 2 oktober 2026 |
| 2. Structuur & dagelijkse routines | 6 november 2026 |
| 3. Communicatie binnen het gezin | 4 december 2026 |
| 4. Emotieregulatie & gedrag | 8 januari 2027 |
| 5. Samenwerking met school | 5 februari 2027 |
| 6. Zelfbeeld & zelfvertrouwen van je kind | 5 maart 2027 |
| 7. Ouderschap & zelfzorg | 2 april 2027 |

Extra (optioneel):

Informatieavond medicatie
(met gastspreker)

Interesse of aanmelden?

oudergroepadhd@socialedorpsteams.nl