

ZitStil 2.0 ook dankzij uw steun: stort nog in 2016 uw gift!



Eerder deze maand startten we de campagne **ZitStil 2.0** om de problematiek van ADHD bij volwassenen onder de aandacht te brengen. Hiermee helpen we een antwoord te vormen op de problemen waarmee zij geconfronteerd worden. Zo zullen we ondermeer ons aanbod van infoavonden en trainingen uitbreiden en kunnen digitale media ingezet worden om mensen te bereiken voor wie het moeilijk is om naar ons centrum te komen, vanwege de afstand of tijdsgebrek. Maar om ZitStil 2.0 te realiseren, hebben we uw steun nodig.

**Stort uw gift nog dit jaar:** In deze periode van cadeautjes geven en krijgen is het een mooi moment om centrum ZitStil te helpen om volwassenen met ADHD te ondersteunen waar en wanneer ze het nodig hebben. Als u nog dit jaar uw gift overmaakt, ontvangt u uw fiscaal attest voor 2016 al in het voorjaar van 2017!

[Ik doe een gift](#)



## Overzicht: onze campagne in de media

De afgelopen weken kwam ZitStil 2.0 en de problematiek van ADHD bij volwassenen meerdere keren aan bod in de media. We lijsten de artikels en interviews hier op zodat je ze kan herlezen en herbeluisteren:

- [Op onze website](#) vind je de verhalen van volwassenen met ADHD die we zelf brachten.
- Op 5 december bracht Hautekiet een debat over volwassenen met ADHD op Radio 1. Dit debat, met ondermeer onze directeur Ria Van Den Hevel, Dr. Steven Stes en ervaringsdeskundigen, [kan je hier herbeluisteren](#).
- Het interview met Daan Degrootte, volwassene met ADHD die ook aan onze campagne meewerkte, op Radio 2 [kan je hier herbeluisteren](#).
- Het gesprek van Annemie Peeters en Hilde, een partner van een volwassene met ADHD dat op 16 december op Radio 1 kwam, [kan je hier herbeluisteren](#).

---

## Activiteiten voor volwassenen met ADHD



In het voorjaar 2017 starten er weer heel wat activiteiten gericht op volwassenen en jongvolwassenen met ADHD. Een overzicht:

Infoavond: ADHD bij volwassenen (in verschillende regio's)

Infoavond: ADHD op het werk (8 februari 2017)

Workshop: ADHD aan het werk (reeks start op 28 maart 2017)

Psycho-educatie voor jongvolwassenen met ADHD (reeks start op 2 februari 2017)

Psycho-educatie voor volwassenen met ADHD (reeks start op 10 januari 2017)

Training 'Uitselgedrag en ADHD' (reeks start op 10 januari 2017)

Training 'Plannen en organiseren' (reeks start op 21 maart 2017)

Training 'Jezelf organiseren met smartphone of tablet' (reeks start op 24 mei 2017)

---

## Word ambassadeur!

Spreekt de problematiek van volwassenen met ADHD je aan? Vind je ZitStil 2.0 een goed antwoord op deze actuele problemen of ken je personen of bedrijven die het project mogelijk willen ondersteunen? Word dan ambassadeur van het project! Op de pagina [www.zitstil.be/ik-word-ambassadeur](http://www.zitstil.be/ik-word-ambassadeur) vind je het nodige materiaal terug om ZitStil 2.0 mee bekend te maken. Je vindt er een informatief bericht dat je kan doorsturen, filmpjes van volwassenen waarin ze vertellen over hun ADHD en meer informatie over ZitStil 2.0.



**Ik word ambassadeur!**

---



## Sluiting tijdens eindejaarsfeesten

Centrum ZitStil en de consultatielijn zijn niet bereikbaar tussen 24/12/2016 en 03/01/2017. We wensen iedereen alvast een warm 2017 toe en staan ook in het nieuwe jaar weer voor u klaar!

centrum ZitStil maakt deel uit van [federatie Vijftact](#) en van het [Familieplatform Geestelijke Gezondheid](#)

Wenst u in de toekomst geen nieuwsbrief meer te ontvangen, [klik dan hier](#).