



13.2.2023  
päivitetty 20.2.2023

# Onko lapsellasi adhd- tai autismikirjon diagnoosin tai epäiletkö sitä?

## Tietoa nepsy-lasten vanhemmille Nepsy-infoissa ja kursilla

### Nepsy-infot etäyhteyksin

Nepsy-infot on suunnattu erityisesti vanhemmille, joiden lapsi tai nuori on saanut hiljattain diagnoosin (adhd tai autismikirjo) tai siitä on herännyt epäily. Infoissa saat muun muassa perustietoa diagnoosista, tukitoimista ja nepsy-haasteista arjessa.

ti 7.2. klo 8.30 Autismikirjo  
ke 15.2. klo 8.30 Adhd  
ke 22.3. klo 15.00 Adhd  
ti 11.4. klo 13.00 Autismikirjo  
ke 12.4. klo 13.00 Adhd  
ti 16.5. klo 10.00 Adhd

Kukin info kestää noin 1,5 tuntia ja järjestetään teams-yhteyksin. Voit valita sinulle sopivimman ajankohdan, ilmoittautumista ei tarvita. Infoihin voi osallistua nimettömästi eikä osanottajatietoja kerätä. Infon lopussa on hetki keskustelulle ja yleisen tason kysymyksille.

Osallistumislinkit löytyvät Nepsy-infojen tapahtuma-sivuilta:  
[Nepsy-infot etäyhteyksin | Keski-Suomen hyvinvointialue \(hyvaks.fi\)](#)

### Kurssi 5–12-vuotiaiden adhd-diagnoosin saaneiden lasten vanhemmille

Vanhemmilla, joiden lapsella on adhd, riittää pohdittavaa: Mitä diagnoosin saaminen merkitsee? Miltä näyttää lapseni tulevaisuus? Miten voin parhaalla mahdollisella tavalla tukea lastani? Millaisia tukitoimia koulusta voisi saada? Aloittaako lääkitys vai ei?

Strategia-vanhempainohjauskurssi on tarkoitettu vanhemmille, joiden 5–12-vuotiaalla lapsella on diagnosoitu adhd. Kurssilla saat tietoa adhd:stä, sen syistä ja seurauksista. Saat tietoa myös siitä, kuinka adhd vaikuttaa lapsen toimintakykyyn ja koko perheeseen. Käytännönläheisten toimintaohjeiden avulla saat keinoja, joilla helpottaa arkea ja vähentää ristiriitoja. Saat tietoa myös koulun ja muun yhteiskunnan tukimuodoista. Lisäksi pääset juttelemaan muiden adhd-diagnoosin saaneiden lasten vanhempien kanssa.



Viisi kurssikokoontumista rakentuu luennoista ja yhteisistä keskusteluista.

Keväällä 2023 toteutetaan kaksi kurssia:

- tiistaisin 14.3.-11.4.2023 klo 9–12.
- tiistaisin 18.4.-16.5.2023 klo 16–19.

Aamupäivän kurssi järjestetään ensisijaisesti läsnäolona Keski-Suomen hyvinvointialueen nepsy-tiimiin tiloissa osoitteessa Väinönkatu 1, 4. krs, 40100 Jyväskylä. Illan kurssi toteutetaan teams-yhteyksin, ensimmäisellä tapaamisella mahdollisuus läsnäoloon.

Päiväkurssille ilmoittaudutaan 6.3.2023 mennessä ja iltakurssille 11.4.2023 mennessä: kuntoutusohjaaja Satu Tynkkynen, puh. 040 637 5405 (tavoitettavissa parhaiten soittoaikana torstaisin klo 13–14) tai [satu.tynkkynen\(at\)hyvaks.fi](mailto:satu.tynkkynen@hyvaks.fi), Keski-Suomen hyvinvointialueen neuropsykiatrisen tuen ja kuntoutuksen tiimi.