



ADHDpodpora.si

Razumevanje. Podpora. Skupaj. ♥

Ko je vsakdan z ADHD naporen, *niste sami.*

♥
*Ker noben
starš ni na
tej poti sam.*

Prostor za starše, ki želijo **več razumevanja**, manj krivde in konkretne korake za mirnejši dom.



Razlage
ADHD



Praktični
nasveti



Rutine &
struktura



Podpora
staršem



Mirnejši
odzivi



Skupnost



Odkrijte vsebine na ADHDpodpora.si



Za starše. Za otroke. Za bolj povezan dom.





ADHDpodpora.si



Kaj boste našli na ADHDpodpora.si?

Na enem mestu zbiramo vsebine, ki staršem pomagajo bolje razumeti otroka z ADHD in doma ustvariti več miru, povezanosti in strukture.



Razumljive razlage

ADHD brez zapletenih izrazov – jasno, človeško in uporabno.



Praktična orodja

Ideje za jutra, večere, rutine, vizualne opomnike in organizacijo doma.



Podpora staršem

Kako se umiriti, postaviti meje in graditi odnos brez nepotrebnega boja.



Skupnost in povezovanje

Prostor, kjer starši najdejo razumevanje, toplino in občutek, da niso sami.



Manj krivde. Več razumevanja. Več konkretnih korakov.

Za koga je ADHDpodpora.si?

- ♥ Za starše otrok z ADHD
- ♥ Za starše, ki iščejo jasne in uporabne usmeritve
- ♥ Za družine, ki si želijo manj kaosa in več povezanosti



Obiščite ADHDpodpora.si

Spremljajte vsebine in odkrijte nove ideje za bolj miren vsakdan.



Razumevanje. Podpora. Skupaj.

