

2024 ADHD 關注周時間表

時間	十月二十六日 星期六	十月二十七日 星期日	十月二十八日 星期一	十月二十九日 星期二	十月三十日 星期三	十月三十一日 星期四	十一月一日 星期五	十一月二日 星期六
9:00 AM								
10:00 AM	親子遊戲 (中文實體)							
11:00 AM	親子體適能充氣香腸遊戲	從腸道到大腦：益生菌克菲爾如何影響專注力失調及過度活躍症 (線上) (Dr Miguel Toribio-Mateas)						
12:00 PM								
1:00 PM			打破迷思：以全新角度理解ADHD (線上) (Mr. Jared Dubbs)	職場中專注力失調女性的潛力與挑戰 (線上) (Ms. Noelle Sinclair)		如何提升執行功能以改善工作表現? (線上) (Mr. Jonathan Hassall)	與ADHD上司和同事協作的有效策略 (線上) (Mr. Vicente Pineda)	
2:00 PM		家長講座 (中文實體) ADHD真實故事交流會： 從挑戰到成長			職場 ADHD 講座 (英文實體) ADHD 與職場共融： 腦力多元的力量			我期待過動兒被賞識的那一天：如何以正面視角看待ADHD (線上) (李佳燕醫師)
3:00 PM	關注周開幕禮 (中文實體)	(霍彩玲女士、梁哲瑩女士、吳敏珊女士、潘康琪女士、柳慧敏女士)			(Ms. Holly McGhee) (Mr. Loic Andre) (Ms. Amanda Fok) (Ms. Noelle Sinclair) (Mr. Chris Chau)			家庭助力與情緒管理：提升ADHD家庭的精神健康 (線上) (汪嘉佑醫生)
4:00 PM	出席嘉賓：李佳芯小姐	(1) ADHD家長真人圖書館 (2) 靜心時刻：父母如何用靜觀修養應對ADHD挑戰						ADHD 家庭健康飲食的策略 (線上) (嚴韻倩小姐)
4:30 PM								
5:00 PM				家長 ADHD 講座 (英文實體) 協助ADHD子女茁壯成長				
5:30 PM								
6:00 PM				(Ms. Selene Chong) (Ms. Annette Neeson) (Ms. Kate Wood) (Mr. Jared Dubbs) (Ms. Anoushka Sabnani) (Ms. Amanda Fok)				
7:00 PM								
7:30 PM								
8:00 PM								
9:00 PM	放下偏見，發掘優點：改變家庭對ADHD的看法 (線上) (馮國傑教授)	家庭融洽：支持ADHD家庭成員的有效策略 (線上) (林美玲醫生)	培育專注力失調及過度活躍症兒童及其照顧者：建立自信、抗逆力與自我照顧 (線上) (Ms. Moonlake Lee)			了解ADHD人士在親密關係中的體驗 (線上) (Ms. Mary Foxworth)	教養ADHD孩子：兩位媽媽的成功故事分享 (線上) (吳敏珊女士及潘康琪女士)	