

Die einfachsten Dinge zu vergessen, kann die meisten Nerven kosten: Wir finden unsere Schlüssel nicht mehr, lassen irgendwo unser Handy liegen, vergessen eine Rechnung zu bezahlen, versäumen einen Termin. Wir alle leiden unter solchen Alltagsproblemen. Dabei ist Abhilfe gar nicht schwer - mit ein wenig Ordnung und einigen externen Hilfen.

Man fährt gut, wenn man Checklisten für alle anstehenden Arbeiten anlegt und wenn man sich Prioritäten setzt. Erledigte Arbeiten hakt man dann im Kalender ab.

Die Fähigkeit sich zu organisieren, ist für das Gedächtnis ganz wesentlich. Eine gute Selbstorganisation verringert auch den Stress im Leben und wenn man alles im Griff hat, wird man sich auf natürliche Weise entspannen, sich besser fühlen und neue Informationen besser aufnehmen. Eine gute Planung kann helfen, die Lebensqualität zu verbessern.

Wir lernen vieles in der Schule. Aber mit rund 17 bis 20 werden wir alle aus der Schule entlassen und in das oftmals harte Leben geschickt.

Es fällt auf, dass viele Menschen ab dem Alter von 20 den Anschluss an die Gesellschaft nicht finden und ohne Struktur leben und auch keine Arbeit haben.

1. Was wird Menschen in Basel-Stadt angeboten, die ihren Alltag nicht in den Griff bekommen? Wohin kann man sich wenden?
2. Was für Kurse und Angebote für junge Menschen gibt es in Basel, die keine Arbeit haben?
3. Ist ADHS ein Grund, dass junge Menschen eine IV bekommen?

Eric Weber