



Helen Lawal

JOURNALIST • MEDIEPERSONLIGHET

Medarbetare med neurodiversitet, särskilt kvinnor, får ofta sin diagnos för sent, får bristfällig stöd och drabbas av utbrändhet innan någon hinner upptäcka det. Hälsoprogram på arbetsplatsen tar sällan hänsyn till deras specifika situation, och generella hälsoråd misslyckas med att hjälpa just de personer som mest behöver skräddarsytt stöd. Utmaningen för organisationen är av praktisk karaktär: hur man utformar strategier för hälsa, inkludering och personalbehållning som fungerar för en neurodivers arbetsstyrka, utan att diskussionen reduceras till klichéartade slagord.

Dr Helen Lawal är allmänläkare inom den brittiska hälso- och sjukvården (NHS), legitimerad nutritionist och specialist på ADHD. Hon hjälper organisationer att utforma insatser inom hälsa, välbefinnande och neuroinkludering som verkligen tar hänsyn till hur medarbetare med neurodiversitet lever.

Helen Lawal:s 2026 biografi

Varför organisationer anlitar Helen Lawal

- En klinisk trovärdighet som få andra föreläsare inom välbefinnande kan mäta sig med: 15 år som allmänläkare inom NHS, MRCGP och en forskarutbildning i nutrition, vilket innebär att den vetenskapliga kunskapen i rummet är hennes egen, inte lånad.
- En sällsynt specialisering inom ADHD och AuDHD hos kvinnor, formad av en privat praktik med fokus på nutrition och hållbar beteendeförändring för denna grupp.
- Utsedd till ambassadör för ADHD UK och utbildare inom National Autism Training Programme, vilket innebär att innehållet om neurodiversitet bygger på påverkans- och utbildningsarbete, inte på ett tillfälligt ämnesval.
- Erfarenhet som programledare i Channel 4:s Food Unwrapped och How to Lose Weight Well, vilket innebär att hon är en talare som kan hålla en stor publik och förklara vetenskap utan att tappa tråden.
- Egen erfarenhet som en kvinna med AuDHD som fick sin diagnos sent, vilket ger arbetet en grund som köpare litar mer på än en presentation.

Höjdpunkter i biografien

- Allmänläkare inom NHS med 15 års klinisk erfarenhet, MRCGP, MBBS (Hull York Medical School), BSc i idrotts- och träningsvetenskap (University of Leeds), DFSRH, MNutr.
- Kändisambassadör för ADHD UK (välgörenhetsnummer 1188365).
- Utbildare inom det nationella autismutbildningsprogrammet.

TILLGÄNGLIG FÖR

- Coaching
- Föreläsningar
- Konsulttjänster
- Moderering och konferencier
- Prisvärdskap
- TV och media

HELEN:S TALANDE TEMAN

- DEI (Mångfald, jämlikhet och inkludering)
- Hälsa och välbefinnande
- Inkluderande ledarskap
- Medarbetarvälbefinnande
- Neurodiversitet
- Psykisk hälsa på arbetsplatsen

SPRÅK: Engelska

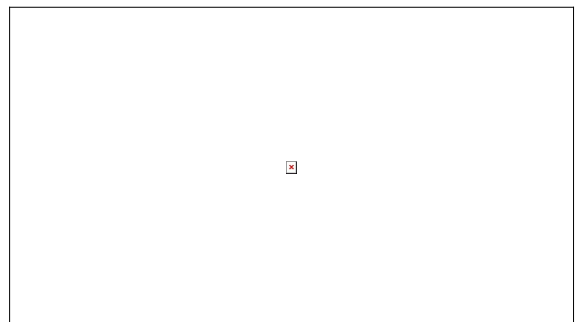
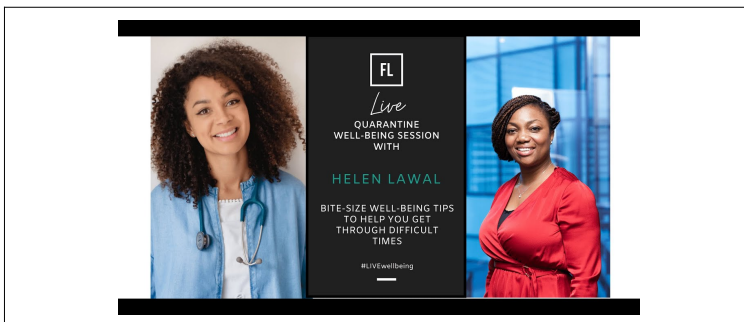
informerar kliniker och kommunikatörer

- Konferenser och interna evenemang som behöver en kliniker som kan presentera för en icke-klinisk publik

Resultat för publiken

- En tydligare bild av hur ADHD och AuDHD yttrar sig hos kvinnor, och varför sen diagnos är vanligt
- Specifik, evidensbaserad vägledning om kost och ätbeteende för vuxna med neurodiversitet
- Språk och formuleringar för neurobekräftande samtal på arbetsplatsen
- En realistisk bild av hur hållbar beteendeförändring ser ut, skild från kostindustrins påståenden
- Praktiska signaler som chefer och HR kan använda för att stödja kollegor med neurodiversitet

Helen Lawal's Videos



Helen Lawal's 2026 speaking fees

Specifika avgifter faller inom de intervall som visas. Dessa presenteras endast som en vägledning och kan ändras utan föregående meddelande.

	EUR	GBP	USD
--	------------	------------	------------

Hemland	Under €12000	Under £10,000	Under \$15000
Asien och Stillahavsområdet	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
Europa	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
Mellanöstern & Afrika	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
Sydamerika	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
Storbritannien	Under €12000	Under £10,000	Under \$15000
USA:s östkust	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
USA:s västkust	€12000 to €40000	£10,001 - £35,000	\$15000 - \$50000
Virtuell	Under €12000	Under £10,000	Under \$15000