

Selbsthilfegruppe Erwachsene mit AD(H)S



Kommt Dir der ein oder andere Punkt bekannt vor? Bist Du früher, oder gar erst kürzlich, als erwachsener Mensch, mit ADHS diagnostiziert worden? Hast vielleicht schon die ein oder andere Krise hinter Dir?

Möchtest Du dich austauschen – über Krisen, Symptome und Gegenmittel?

- Über Stärken und das eigentlich ganz Glückliche-Sein mit dem eigenen So-Sein?
- Hast Du vielleicht sogar Lust auf Öffentlichkeitsarbeit?
- Weil Du etwas gegen die Vorurteile gegen uns AD(H)S-ler tun möchtest?
- Oder möchtest Du einfach neue Leute kennenlernen, vielleicht ab und zu etwas gemeinsam unternehmen, ohne Dich groß erklären zu müssen?
- Hast Du vielleicht noch ganz andere Ideen, Erwartungen oder Vorschläge?

Wir treffen uns regelmäßig zentral in Bielefeld!

Wenn du Dich angesprochen fühlst, dann melde Dich doch in der Selbsthilfe-Kontaktstelle für weitere Infos.



Bielefeld

Stapenhorststr. 5

33615 Bielefeld

Telefon: 0521 96 406 96

selbsthilfe-bielefeld@paritaet-nrw.org

www.selbsthilfe-bielefeld.de

Stand: Mai 2023