



ADHS

Selbsthilfegruppe für Betroffene

Das Leben mit ADHS kann schwierig, unbeschwert, herausfordernd, lustig, frustrierend, faszinierend, traurig, erfüllend, isolierend, spannend und noch so vieles mehr sein. Das mit jemanden teilen zu können, der weiss, wovon man spricht, kann eine grosse Bereicherung sein.

Bist du mit ADHS diagnostiziert und du wünschst dir einen Ort, an dem du dich mit Menschen mit derselben Diagnose austauschen kannst? Dann bist du hier richtig.

In dieser Gruppe geht es um den Austausch von Erfahrungen, die unser Leben mit ADHS prägen, wie wir die Welt erleben und darin navigieren. Es geht um gegenseitige Unterstützung und Wertschätzung.

Wenn du Interesse hast, ein Teil dieser Gruppe zu werden, melde dich gerne beim:

Selbsthilfzentrum Zürcher Oberland & Pfannenstiel

Im Werk 1, 8610 Uster

044 941 71 00

info@selbsthilfzentrum-zo.ch

www.selbsthilfzentrum-zo.ch