



Gemeinsam
stärker
Selbsthilfe
verbindet

ADHS ab 60

Neue Selbsthilfegruppe in Bern

Für Menschen mit ADHS kann das Leben mit zunehmenden Alter herausfordernder werden: Alles geht langsamer, die Vergesslichkeit nimmt zu, das Konzentrationsvermögen wird weniger. Dies kann auch vermehrt zu Erschöpfung und Kontrollverlust führen.

In der neuen Selbsthilfegruppe können sich Betroffene gemeinsam zu ADHS-bezogenen Themen auseinandersetzen:

- Strategien zum Umgang mit ADHS mit und ohne Medikamente
- Umgang mit Frust durch Probleme in Zusammenhang mit ADHS im Alter
- Gegenseitige Unterstützung im Arbeits- und/oder Alltagsleben

Interessiert?

Für mehr Informationen melden Sie sich unverbindlich bei Selbsthilfe BE. Wir beraten, vermitteln in Gruppen, koordinieren und begleiten die ersten Treffen. Die Beratung und die Teilnahme sind kostenlos und werden vertraulich behandelt.

Wo	Für wen	Kontakt
Bern	Betroffene ab 60	0848 33 99 00

