



SELBSTHILFE WINTERTHUR
SCHAFFHAUSEN

Selbsthilfegruppe in Schaffhausen

AD(H)S im Erwachsenenalter

In der neuen Gruppe in Schaffhausen wollen wir uns unter anderem zu diesen Themen austauschen:

- Wie gehe ich als Erwachsene(r) mit ADHS um?
- Wie wirkt sich ADHS auf mein Berufsleben aus?
- Welche Auswirkungen hat es auf meine Beziehung, meine Familie, mein Umfeld?
- Welche Strategien helfen mir?
- Wie kann ich mein ADHS annehmen und ihm positive Seiten abgewinnen?

Wenn du dich mit anderen Betroffenen austauschen möchtest, und einen konstruktiven Umgang mit dem AD(H)S suchst, melde dich für diese Gruppe an!

Anmeldung und weitere Informationen:

Selbsthilfe Winterthur Schaffhausen

Telefon 052 213 80 60 | www.selbsthilfe-winterthur-schaffhausen.ch