



FRAUEN- SELBSTHILFEGRUPPE ADHS

Regelmäßige Treffen

ADHS BEI FRAUEN

Hast du das Gefühl, dass dein Alltag manchmal
überwältigend ist? Kämpfst du mit
Konzentration, Organisation oder Impulsivität?



**ADHS betrifft viele Frauen
und oft anders als Männer!**

Unsere Selbsthilfegruppe ist
ein sicherer Ort, um deine
Erfahrungen mit der Diagnose
zu teilen, Unterstützung zu finden und
gemeinsam Strategien zu entwickeln:

Treffen:

**Jeden 2. Montag
16:00-18:00 Uhr**

Kontakt:

frauen@adhs-shg.de

