



WWW.JSH.AC

Gruppengründung: Menschen mit AD(H)S von 18 bis 35 Jahren

Wir werden eine neue Gruppe für junge Menschen im Alter von 18 bis 35 Jahren mit AD(H)S. Hauptziel unserer Treffen soll der gemeinsame Austausch sein, bei dem wir im zwanglosen Rahmen Themen wie

- Alltagsbewältigung
- Konzentration und Aufmerksamkeit
- Impulsivität
- Prokrastination usw. besprechen können.

Da sich AD(H)S bei jeder Person anders ausprägt, haben Mitglieder die Chance, das Miteinander und die Arbeit in der Gruppe nach eigenen Wünschen mitzugestalten. Eine begleitende Therapie ist keine Teilnahmevoraussetzung.

Termin: jeden Mittwoch von 20.00 Uhr bis 21.45 Uhr (**online**),
Link folgt nach Anmeldung per E-Mail

Kontakt: adhs@jsh.ac

Ansprechperson: Julia



*Hier einfach QR-Code scannen &
ausgefülltes Kontaktformular abschicken:*



Arbeitskreis Junge Selbsthilfe Aachen

Postfach 10 01 47

52001 Aachen