

ADHS im Erwachsenenalter

ADHS =Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung
infolge einer genetisch bedingten Stoffwechselstörung im Gehirn

Erlebst du dich ...

zerstreut

chaotisch

explosiv

impulsiv

vergesslich

humorvoll

ungeduldig



kreativ

hilfsbereit

unkonzentriert

träumerisch

schusselig sensibel

Dies sind einige Begriffe, die zu Menschen mit ADHS gehören. Sie machen unser Leben vielseitig und interessant, aber auch schwierig und anspruchsvoll.

In der Selbsthilfegruppe „Erwachsene mit ADHS“ können Erfahrungen ausgetauscht werden. In einer Atmosphäre der gegenseitigen Unterstützung, Bestätigung und Anerkennung werden wir gemeinsam Ziele erarbeiten und Zukunftsperspektiven entwickeln.

Das ADHS wegzaubern können wir auch in der Gruppe nicht. Aber wir können es in den Griff bekommen und lernen, damit umzugehen, um unser Leben zu erleichtern und auch die positiven Aspekte des ADHS gemeinsam zu geniessen.

Die Gruppe nimmt zurzeit keine neuen Mitglieder auf. Wir unterstützen aber gerne beim Aufbau einer neuen Gruppe!



team selbsthilfe thurgau

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen

Freiestrasse 4, 8570 Weinfelden



071 620 10 00

Di + Mi 14.00 -17.00, Do 09.30 – 12.30 Uhr

Web: www.selbsthilfe-tg.ch

E-Mail: info@selbsthilfe-tg.ch