

## Selbsthilfegruppe für erwachsene AD(H)S Betroffene



Nicht nur Kinder, sondern auch viele Erwachsene leiden unter AD(H)S

Bei regelmässigen Treffen tauschen wir Erfahrungen aus und bearbeiten Themen, welche uns im Alltag mit AD(H)S begleiten. Ziel ist es unser AD(H)S zu verstehen und Strategien zu entwickeln, damit umzugehen.

Damit wir das AD(H)S im Griff haben und nicht das ADHS uns!

Wertschätzung und Respekt wird bei uns Grossgeschrieben. Die Gruppe ist offen für alle Betroffenen, die sich mit ihrem AD(H)S auseinander setzen wollen.

**Wir treffen uns an folgenden Daten:**

**Do 20.9.2018, Mi 10.10.2018, Mo 12.11.2018, Mo 10.12.2018**

Fühlst Du Dich angesprochen? Möchtest Du Dich regelmässig mit gleichgesinnten Treffen? Dann herzlich willkommen!

Melde Dich für weitere Informationen bei: Sylvia Naef, Wilerstrasse 24, 9230 Flawil. Du erreichst mich per Mail unter: [info@coa-ching.ch](mailto:info@coa-ching.ch) oder per Telefon unter 078 713 14 85.

## Selbsthilfegruppe für erwachsene AD(H)S Betroffene



Nicht nur Kinder, sondern auch viele Erwachsene leiden unter AD(H)S

Bei regelmässigen Treffen tauschen wir Erfahrungen aus und bearbeiten Themen, welche uns im Alltag mit AD(H)S begleiten. Ziel ist es unser AD(H)S zu verstehen und Strategien zu entwickeln, damit umzugehen.

Damit wir das AD(H)S im Griff haben und nicht das ADHS uns!

Wertschätzung und Respekt wird bei uns Grossgeschrieben. Die Gruppe ist offen für alle Betroffenen, die sich mit ihrem AD(H)S auseinander setzen wollen.

**Wir treffen uns an folgenden Daten:**

**Do 20.9.2018, Mi 10.10.2018, Mo 12.11.2018, Mo 10.12.2018**

Fühlst Du Dich angesprochen? Möchtest Du Dich regelmässig mit gleichgesinnten Treffen? Dann herzlich willkommen!

Melde Dich für weitere Informationen bei: Sylvia Naef, Wilerstrasse 24, 9230 Flawil. Du erreichst mich per Mail unter: [info@coa-ching.ch](mailto:info@coa-ching.ch) oder per Telefon unter 078 713 14 85.