

## AD(H)S Selbsthilfegruppe für Frauen



**Für alle, in deren Kopf ein Feuerwerk tobt**

### **Wann?**

jeden 1. und 3. Freitag  
im Monat um 17:30 Uhr

### **Wo?**

Nachbarschaftstreff Glienicke  
Eichenallee 10  
16548 Glienicke Nordbahn

### **Kontakt:**

Claudia Siefert

E-Mail: [adhs-selbsthilfe-glienicke-nordbahn@gmx.de](mailto:adhs-selbsthilfe-glienicke-nordbahn@gmx.de)

Vor allem bei Frauen mit AD(H)S wird die Diagnose erst spät oder gar nicht gestellt, und es ist schwer einen Termin bei einem Facharzt zu bekommen.

Diese Selbsthilfegruppe soll helfen mit der besonderen Problematik von AD(H)S, unserer Impulsivität, der Hyperaktivität und den Konzentrationsstörungen nicht allein dazustehen. Gemeinsam können wir mit unseren Problemen und Sorgen besser umgehen. Es darf gelacht werden, es gibt auch viele komische Momente im Leben mit AD(H)S.

Alle Themen, die besprochen werden, bleiben in der Gruppe.

Auch wenn Du noch keine Diagnose hast, bist Du uns herzlich willkommen.



Unterstützt durch:

Märkischer Sozialverein e.V.  
SEKIS  
Selbsthilfe-Kontakt-und Informationsstelle  
Liebigstr. 4  
16515 Oranienburg

**SEKIS**  
Selbsthilfe-, Kontakt-  
und Informationsstelle

