

Erwachsene mit AD(H)S

Gemeinsam stark Selbsthilfegruppe für Erwachsene mit AD(H)S

Das Aufmerksamkeits-Hyperaktivitäts-Syndrom (AD(H)S) ist eine häufige neurologische Erkrankung. Menschen mit AD(H)S stehen oft vor zahlreichen Herausforderungen im Alltag, die ihre Lebensqualität erheblich beeinträchtigen können. Impulsivität, Konzentrationsprobleme, Hyperaktivität, emotionale Dysregulation und Organisationsprobleme gehören zu den Einschränkungen. Das erschwert vielen den Alltag.

Aber niemand muss diese Schwierigkeiten allein bewältigen. Dafür will die neue Selbsthilfegruppe sorgen.

Wir wollen reden.

Wir wollen uns auf Augenhöhe austauschen und unterstützen.

Gründungstermine:

29.04. | 06.05. | 13.05.2026

18.30 – 20.00 Uhr

Selbsthilfe-Kontaktstelle (Bahnhofstr. 4, 59065 Hamm)

Weitere Termine auf Anfrage

Interesse?

Sie haben die Diagnose AD(H)S und möchten andere kennenlernen?

Dann melden Sie sich bei Nikolas Hattenhauer in der Selbsthilfe-Kontaktstelle:

Tel. 02381 120 28 | selbsthilfe-hamm@paritaet-nrw.org