



Gemeinsam  
stärker  
Selbsthilfe  
verbindet

# ADHS – Betroffene zwischen 18 und 25 Jahre

## Neue Selbsthilfegruppe in Bern

Sie sind jung und haben die Diagnose ADHS erhalten? Einiges in Ihrem Leben können Sie sich nun besser erklären. Aber je mehr Sie wissen, umso mehr Fragen haben Sie. In der neuen Selbsthilfegruppe können Sie sich mit anderen jungen Menschen austauschen, die ebenfalls ADHS haben. Für den Aufbau dieser Gruppe suchen wir weitere junge Erwachsene zwischen 18 und 25 Jahre.

In der neu entstehenden Selbsthilfegruppe haben Sie die Möglichkeit:

- sich regelmässig zu treffen und über den Alltag mit ADHS auszutauschen,
- Verständnis zu erfahren und das Selbstwertgefühl zu stärken,
- gemeinsame Aktivitäten zu unternehmen.

### Interessiert?

Für mehr Informationen melden Sie sich unverbindlich bei Selbsthilfe BE. Wir beraten zur Selbsthilfe, vermitteln in Gruppen, koordinieren und begleiten die ersten Treffen. Die Beratung und die Teilnahme sind kostenlos und werden vertraulich behandelt.

Wo	Für wen	Kontakt
Bern	Betroffene zwischen 18 und 25 Jahre	0848 33 99 00

