



Gemeinsam
stärker
Selbsthilfe
verbindet

ADHS und Autismus ab 55

Neue Selbsthilfegruppe in Bern

In Bern entsteht eine neue Selbsthilfegruppe für Menschen ab 55 Jahre, welche zwei Neurodivergenzen in sich vereint haben: Anteile aus dem ADHS und aus dem Autismus-Spektrum. In der Gruppe können Erfahrungen ausgetauscht und gemeinsam Ressourcen und Lösungen entdeckt werden.

Die Betroffenen können sich über Herausforderungen mit den widersprüchlichen Tendenzen von ADHS und Autismus austauschen, wie zum Beispiel:

- Das Bedürfnis nach Struktur haben, aber sich nur schwer daranhalten können.
- Ruhe brauchen aber auch neue Reize suchen.

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	0848 33 99 00

