



## **Neue Selbsthilfegruppe für Eltern von AD(H)S Kindern zwischen 5 und 11 Jahren**

- Selbsthilfe als Kraftquelle
- Experte/in für das eigene Kind sein
- Wissen und Zugang zu den richtigen Hilfen finden
- Entlastung, Austausch
- stabile Elternschaft
- Konstruktiver Umgang mit KiTa und Schule

### **Kontakt:**

adhs123koeln@yahoo.com

oder

Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln

Telefon: 0221 95 15 42 16

Egal ob ihr euch am Anfang der Diagnostik befindet oder euer Kind die Diagnose gerade erst bekommen hat. Es war und bleibt ein steiniger Weg mit vielen Hindernissen, geprägt von Stigmatisierungen, Vorwürfen und Ablehnung.

Doch euer Kind ist viel mehr als das. Im Alltag mit Kindern, die AD(H)S haben, geht viel Leichtigkeit, Wertschätzung und Empathie verloren.

Durch den Austausch mit anderen Eltern, sowie einem konstruktiven Umgang mit der Diagnose bleibt ihr handlungsfähig und stark für euer Kind.

