



AD(H)D-oireisten aikuisten vertaistukiryhmä

Joensuun seudun vertaistukiryhmä: aktiivisuuden ja tarkkaavaisuuden häiriöt, toiminnanohjauksen ongelmat, yms.

Tuntuuko sinusta joskus siltä, että olet arjen ongelmien kanssa yksin? Kaipaanko seuraa ja kanssaihmiä, jotka elävät samankaltaista elämää? Vertaistuesta ja yhteisistä kohtaamisista kahvikupin ääressä syntyy iloinen porina.

Ryhmä on ilmainen ja avoin, siihen ei tarvitse ilmoittautua. Diagnooseja tai muita suosituksia ei tarvita.

Tulevia kokoontumisiamme:

Ryhmä kokoontuu tarvittaessa, joten laita viestiä Panulle. Tapaamisaika ja -paikka ilmoitetaan goo.gl/FPmknQ (Itä-Suomen alueen avoin adhd-ryhmässä)

Olet lämpimästi tervetullut mukaan, vaikkei kahvi niin maistuisikaan :)

Halutessasi voit ottaa yhteyttä, kysellä:
Panu 050 531 6691 / [panu.rinne\(a\)gmail.com](mailto:panu.rinne(a)gmail.com)



Suomen ADHD-Aikuiset ry & Aksoni ry

www.adhd-aikuiset.org

www.aksoniry.com