



Samtalsgrupper för Vuxna med ADHD och/eller annan NPF

För dig över 18 år som vill träffa andra med ADHD och/eller annan NPF.

Vi delar livet, glädjeämnen, svårigheter i vardagen och stöttar varandra på de sätt vi kan.

Vår populära Vuxengrupp har hållit igång i flera år nu och vi får fler och fler förfrågningar om att få delta i gruppen. Det är naturligtvis jätteroligt, och samtidigt är det viktigt att gruppen håller en lagom deltagarnivå, så alla får "ta plats", och känna sig trygga med varandra.

Vi kan nu, med glädje, meddela att vi kommer att starta upp ytterligare en samtalsgrupp för Vuxna med ADHD och/eller annan NPF och dessutom är det på gång en grupp för digitala träffar (Nedanstående datum är de planerade datum, tider och platser för grupperna som finns idag, det kan komma att ändras framöver).

Sprid gärna att grupperna finns, så fler får känna gemenskap!

Grupp:	Dag:	Tid:	Plats:
1	Ojämbna måndagar	kl. 18.00 - 20.15	varannan gång på ABF JH varannan gång hos Linda

Ledare: Linda Faltin, e-post: lindaalexzandramaria@gmail.com

2	Jämna måndagar	kl. 18.00 - 20.15	ABF JH
---	----------------	-------------------	--------

Ledare: Maria Sidén, e-post: maria.siden@hotmail.com

Digital	Tisdagar	kl. 19.00 – 20.30	via Zoom
---------	----------	-------------------	----------

Ledare: Lars Hägerström, e-post: naversjon@gmail.com

Föreningen bjuder på fika på de fysiska träffarna så anmäl om du har någon matavvikelse!

Kostnad:

Samtalsgrupperna är kostnadsfria för medlemmar.

För att bli medlem, gå in på den här länken: <https://attention.se/bli-medlem/>

Det är okej att "prova på" några gånger innan man blir medlem.

Intresseanmälan:

Meddela ditt 1:a, 2:a och 3:dje hands alternativ, så återkommer vi med besked om, när och var du kan börja!

E-post: info@attention-jamtlandharjedalen.se eller info.jh@abf.se

Telefon: Marina, ordf Attention JH: 070-37 57 370 eller ABF JH: 063-57 00 00

Plats:

ABF JH, Midgårdsgatan 8, Östersund (bredvid Willys)

Linda: Tjalmargatan 14, Östersund

Zoom: Deltagare får ett brev med länk, Meeting-ID, Passcode och korta instruktioner till Zoom

Välkomna både nya och gamla deltagare!

Attention Jämtland-Härjedalen i samarbete med

