

# ADHS-Gruppe für Erwachsene

an der

## Psychotherapeutischen Hochschulambulanz der Universität der Bundeswehr München

### Unser Angebot...

... richtet sich an erwachsene Frauen und Männer, welche eine **diagnostizierte ADHS** haben (Gruppengröße max. 9 Teilnehmer: innen).

In 4 Sitzungen lernen Sie, Ihre ADHS-Symptome besser zu verstehen. Im Austausch mit anderen Betroffenen erlernen Sie neue Bewältigungsstrategien, die Ihnen helfen Ihren Alltag zu erleichtern.

Die Kosten werden in der Regel von den gesetzlichen und den privaten Krankenkassen übernommen.

### Termine





Die 4 Sitzungen à 100 min. finden in wöchentlichem Abstand, jeweils am Montag von 15:30-17:30 Uhr statt.

Nach Anmeldung werden Sie über den nächsten Start der Gruppe informiert

Die Anmeldung erfolgt telefonisch oder per E-Mail.

 [www.unibw.de/hochschulambulanz](http://www.unibw.de/hochschulambulanz)

 [hochschulambulanz@unibw.de](mailto:hochschulambulanz@unibw.de)

 089 / 6004 447

Karl-Theodor-Str. 69  
80803 München  
1. Stock, barrierefrei