

Chaos im Gefüge

Neurodivergenz im Familien- und Beziehungsalltag

Neurodivergenz - also zB ADHS oder Autismus - ist ein Schlagwort, das erstmal nach Diagnosekatalog klingt – im Alltag aber vor allem eins bedeutet: Chaos.

Zwischen Terminen, Gefühlen, Beziehungen und Familienstrukturen ist das Leben manchmal laut, manchmal überfordernd, manchmal einsam.

Dafür gibt es ab Januar 2026 in Pulheim eine neue Selbsthilfegruppe.

Ein Ort für Austausch, Verständnis und gemeinsames Ausprobieren.

Wir reden über Strategien, lachen über den alltäglichen Wahnsinn – und schaffen einen Raum, in dem niemand „zu viel“ oder „zu wenig“ ist.

Treffpunkt:

Jeden zweiten Dienstag im Monat
19:00 - 20:30 Uhr

Café F.

Venloer Str. 135 - 50259 Pulheim
(Bitte vorab anmelden)

Eingeladen sind Erwachsene ab 18 Jahren – Betroffene und Angehörige.

Ob in der Familie, in der Partnerschaft, in der WG oder im Freundeskreis: Wer im Familien- oder Beziehungsalltag mit Neurodivergenz lebt, findet hier offene Ohren.

Anmeldung & Kontakt:

Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis
Tel.: 02234 93 34 881
neurodivergenzpulheim@web.de

Chaos im Gefüge

Neurodivergenz im Familien- und Beziehungsalltag

Neurodivergenz - also zB ADHS oder Autismus - ist ein Schlagwort, das erstmal nach Diagnosekatalog klingt – im Alltag aber vor allem eins bedeutet: Chaos.

Zwischen Terminen, Gefühlen, Beziehungen und Familienstrukturen ist das Leben manchmal laut, manchmal überfordernd, manchmal einsam.

Dafür gibt es ab Januar 2026 in Pulheim eine neue Selbsthilfegruppe.

Ein Ort für Austausch, Verständnis und gemeinsames Ausprobieren.

Wir reden über Strategien, lachen über den alltäglichen Wahnsinn – und schaffen einen Raum, in dem niemand „zu viel“ oder „zu wenig“ ist.

Treffpunkt:

Jeden zweiten Dienstag im Monat
19:00 - 20:30 Uhr

Café F.

Venloer Str. 135 - 50259 Pulheim
(Bitte vorab anmelden)

Eingeladen sind Erwachsene ab 18 Jahren – Betroffene und Angehörige.

Ob in der Familie, in der Partnerschaft, in der WG oder im Freundeskreis: Wer im Familien- oder Beziehungsalltag mit Neurodivergenz lebt, findet hier offene Ohren.

Anmeldung & Kontakt:

Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis
Tel.: 02234 93 34 881
neurodivergenzpulheim@web.de

Chaos im Gefüge

Neurodivergenz im Familien- und Beziehungsalltag

Neurodivergenz - also zB ADHS oder Autismus - ist ein Schlagwort, das erstmal nach Diagnosekatalog klingt – im Alltag aber vor allem eins bedeutet: Chaos.

Zwischen Terminen, Gefühlen, Beziehungen und Familienstrukturen ist das Leben manchmal laut, manchmal überfordernd, manchmal einsam.

Dafür gibt es ab Januar 2026 in Pulheim eine neue Selbsthilfegruppe.

Ein Ort für Austausch, Verständnis und gemeinsames Ausprobieren.

Wir reden über Strategien, lachen über den alltäglichen Wahnsinn – und schaffen einen Raum, in dem niemand „zu viel“ oder „zu wenig“ ist.

Treffpunkt:

Jeden zweiten Dienstag im Monat
19:00 - 20:30 Uhr

Café F.

Venloer Str. 135 - 50259 Pulheim
(Bitte vorab anmelden)

Eingeladen sind Erwachsene ab 18 Jahren – Betroffene und Angehörige.

Ob in der Familie, in der Partnerschaft, in der WG oder im Freundeskreis: Wer im Familien- oder Beziehungsalltag mit Neurodivergenz lebt, findet hier offene Ohren.

Anmeldung & Kontakt:

Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis
Tel.: 02234 93 34 881
neurodivergenzpulheim@web.de