



SOS
KINDERDORF
Berlin

ADHS

Elterntraining



Gefördert von:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Senatsverwaltung
für Bildung, Jugend
und Familie

BERLIN



Leben mit ADHS – gemeinsam den Familienalltag stärken

Ein Kind mit ADHS zu begleiten, bringt viele besondere Momente – und manchmal auch große Herausforderungen im Alltag.

Im Elterntraining erhalten Sie Informationen, praktische Anregungen und die Möglichkeit zum Austausch mit anderen Eltern.



Themen im Training:

- ADHS besser verstehen
- hilfreiche Strategien für herausfordernde Alltagssituationen
- klare Strukturen und Orientierung im Familienalltag schaffen
- eigene Ressourcen stärken und Entlastung finden
- Austausch und gegenseitige Unterstützung

Das Training ist für Eltern mit Kindern im Grundschulalter mit der Diagnose ADHS oder wenn der Verdacht auf ADHS besteht. In einer wertschätzenden Gruppe entwickeln wir gemeinsam Ideen, wie das Zusammenleben in der Familie entspannter gelingen kann.

- **Umfang:** 6 Termine
à 2,5 Stunden
- **Nächster Beginn:**
27.05., 03.06., 10.06., 17.06., 24.06., 26.08.



Information und Anmeldung:

efb-hellersdorf@sos-kinderdorf.de
Telefon 030 568910-0

SOS-Kinderdorf Berlin
Familienzentrum Hellersdorf
Alte Hellersdorfer Str. 77
12629 Berlin



Wir sind für Sie da:
Familienzentrum Hellersdorf