



ADHS-Elternforum



THEMA:

**VON 0 AUF 100 IN 3 SEKUNDEN –
WUTAUSTRÜCKE BEI ADHS-KINDERN
VERSTEHEN UND BEGLEITEN!**



- ✓ Warum eskaliert mein Kind scheinbar aus dem Nichts?
- ✓ Was passiert, wenn Gefühle übernehmen?
- ✓ Woran erkenne ich, dass es gleich kippt?
- ✓ Was hilft wirklich mitten im Wutausbruch?
- ✓ Wie bleibe ich selbst ruhig, wenn es laut wird?
- ✓ Wie finden wir danach wieder in Verbindung?

Beitrag:
15 €



WANN?

**Dienstag, 29.09.2026
18.00–20.15 Uhr**



WO?

**Bürgersaal Kirchzarten
Talvogtei 2a
79199 Kirchzarten**



ANMELDUNG & KONTAKT

Anmeldung: eveeno.com/424608614
Rückfragen: adhs-familien@web.de



Gemeinsam verstehen. Gemeinsam stärken. Gemeinsam geht mehr.

Für Eltern
von Kindern
mit ADHS



Diplompädagogin und
betroffene Mutter

Christina Ott

Mehr Infos & Termine:



@RUECKENWIND.ADHS



Was ist das

ADHS-Elternforum?



Das ADHS-Elternforum bietet Eltern von Kindern mit ADHS einen geschützten Raum für Begegnung, Austausch und gegenseitige Unterstützung.

In einer einfühlsam moderierten Runde können Erfahrungen, Herausforderungen und bewährte Strategien aus dem Familienalltag geteilt werden.

Durch unterschiedliche Perspektiven, praktische Anregungen und das Gefühl, mit den eigenen Fragen nicht allein zu sein, entstehen neue Impulse und mehr Sicherheit im Umgang mit den täglichen Herausforderungen.



WISSEN

Fachinput &
praktische
Impulse



AUSTAUSCH

Erfahrungen
teilen & neue
Perspektiven



RÜCKENWIND

Kraft tanken
und gestärkt
weitergehen

“Niemand muss den ADHS-Alltag
allein bewältigen.”



Wissen. Austausch. Rückenwind.

Für Eltern von Kindern mit ADHS.