Region Uppsala

Har du utmaningar som kan bero på autism eller adhd?

Infoteket erbjuder tematräffar i grupp. Här får du prova strategier för en bättre fungerande vardag. Du får också chans att dela erfarenheter med andra i liknande situation. Under våren 2027 har vi träffar i **Örbyhus, Uppsala och Bålsta**

Träffarna är kostnadsfria och leds av personal från Infoteket, Region Uppsala.

Teman vid våra fem träffar:

1. Utmaningar och problemlösning
2. Återhämtning och balans
3. Arbetsliv och studier
4. Relationer och sociala situationer
5. Praktiskt hemmaliv

För vem?

- Du är minst 18 år och bor i Uppsala län
- Misstänker eller vet att du har autism eller adhd/add
- Du har ingen aktuell kontakt med psykiatri eller habilitering för din autism eller adhd.

Var och när?

- På Stationsvägen 6 i Örbyhus, fem torsdagar klockan 17.30–20.00. Start 21 januari.
- På Infoteket i Uppsala, fem tisdagar klockan 17.30–20.00. Start 2 mars.
- På Håbo bibliotek i Bålsta, fem torsdagar klockan 10.00–12.30. Start 15 april.

Mer information och anmälan

www.regionuppsala.se/infoteket/NPFtema

Infoteket om funktionshinder