

## Avoimet nepsyryhmät Onnin Discordissa

Kaipaisitko tietoa ADHD:stä tai autismikirjosta tai vertaistukea näihin haasteisiin? Osallistu avoimeen ryhmätoimintaan Onnin Discordissa.

Siellä on joka viikko nepsy-valmentajan vetämää keskustelua ADHD:stä sekä autismikirjosta. Asiaa autismikirjosta kokoontuu joka tiistai kello 15–16.30 ja Asiaa ADHD:stä joka keskiviikko kello 15–16.30. Asian aihe vaihtuu viikoittain.

Tapaamiset ovat tarkoitettu aiheista kiinnostuneille 18–29-vuotiaille. Tapaamiset tarjoavat vertaistukea ja lisäävät ymmärrystä arjen hallinnasta, tukitoimista, sosiaalista suhteista, haasteista ja vahvuuksista sekä opiskelusta ja työelämästä. Tule mukaan silloin kun sinulle sopii ja osallistu sen verran kuin haluat!