

Hallo zusammen,

am **Donnerstag, 15. Oktober 2026** findet unser nächstes Treffen der Selbsthilfegruppe Gedankenflut statt.

Du bist für die Gruppe **Neurodivergente Erwachsene** eingeplant. Die Gesprächsführung übernimmt wieder **Stephan Wagner**.



Donnerstag, 15. Oktober 2026



19:00 bis 21:00 Uhr



Pfarrheim St. Anna, An der Kirche 7, 41334 Nettetal Schaag

>> DIENSMAL ANFANGS RAUM: 3 <<

Diesmal starten wir den Abend zunächst **gemeinsam mit der Eltern und Angehörigengruppe in Raum 3**.

Direkt nachdem alle angekommen sind, gibt es dort einen kurzen Vortrag von etwa **20 Minuten zum Nachteilsausgleich im Schulrecht NRW**. Eigentlich war dieser Themenimpuls bereits für das letzte Treffen vorgesehen, aber der Austausch war so intensiv, dass wir ihn zeitlich nicht mehr geschafft haben. Deshalb ziehen wir ihn diesmal bewusst direkt an den Anfang.

Im Anschluss trennt sich die Gruppe wieder und Ihr wechselt gemeinsam mit Stephan in **Raum 1**, wo Ihr den restlichen Abend verbringt.

Dort startet Ihr wie gewohnt mit einer kurzen **Blitzrunde**: Wie geht es mir gerade? Was ist in den vergangenen zwei Wochen Wichtiges passiert? Habe ich ein Thema mitgebracht?

Was sich daraus an Gesprächen, Fragen und Themen entwickelt, bestimmt den weiteren Abend. Eine feste Tagesordnung gibt es bewusst nicht. Auch kleinere Gesprächsrunden dürfen sich im Laufe des Abends natürlich ergeben.

Die Erwachsenengruppe bleibt auf **maximal 10 Teilnehmende** begrenzt. Bitte achtet weiterhin auf einen möglichst reizarmen und respektvollen Rahmen, verzichtet nach Möglichkeit auf starke Düfte und respektiert persönliche Grenzen. Gehörschutz oder Kopfhörer, Stimming, Bewegung oder das kurzzeitige Verlassen des Raumes sind selbstverständlich in Ordnung. **Auch einfach zuzuhören ist vollkommen okay.**

Natürlich besteht **keine Verpflichtung, bei jedem Treffen dabei zu sein**. Ihr kommt so, wie es für Euch zeitlich und persönlich passt.

Wenn Ihr schon wisst, dass Ihr diesmal nicht teilnehmen könnt, gebt mir bitte kurz per **E Mail oder WhatsApp** Bescheid. **Wenn keine Absage kommt, plane ich Euch für das Treffen als anwesend ein.** Das hilft mir gerade wegen der begrenzten Plätze bei der Planung. Und falls Ihr es einmal vergesst oder kurzfristig doch nicht schafft, müsst Ihr deswegen natürlich kein schlechtes Gewissen haben.

Was Persönliches in der Gruppe besprochen wird, bleibt in der Gruppe. **Fotos, Videos und Tonaufnahmen sind nicht gestattet.**

Im Anhang findet Ihr wie gewohnt die ausführliche Einladung mit allen weiteren Informationen.

Wir freuen uns auf Euch. 

Liebe Grüße

Stephan & Patty

Selbsthilfegruppe Gedankenflut
Autismus · ADHS · Neurodivergenz

 E-Mail: kontakt@gedankenflut-fuehlen.de

 WhatsApp: **01 76 - 24 48 56 13**

 Webseite: gedankenflut-fuehlen.de/SHG

 Instagram: [\[Instagram-Profil\]](#)