



# ADHS im Familienalltag

## Wie TCM helfen kann

### Impulsvortrag & Austausch für Eltern und Interessierte

ADHS betrifft die ganze Familie und bringt den gemeinsamen Alltag oft an Grenzen.

Dieser Abend zeigt dir, wie die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ADHS versteht und wie elterliche Selbstfürsorge den Alltag beruhigt. Du lernst praktische Ansätze zur Emotionsregulation kennen, die du direkt anwenden kannst. Nach dem 60-minütigen Vortrag und einer kurzen Qi-Gong-Übung bleibt eine halbe Stunde Zeit für deine Fragen und den Austausch.



**Donnerstag, 3. September 2026**

**19.00 – 20.30 Uhr**

Familienzentrum Bezirk Affoltern

#### **Kosten**

35.00 CHF / Mitglieder

40.00 CHF / Nichtmitglieder

#### **Leitung**

Isabelle Schneebeil

eidg. dipl. Naturheilpraktikerin –

Traditionelle Chinesische Medizin

ADHS-Coach

**Anmeldeschluss 23.08.2026**

Infos &  
Anmeldung

