

## Kvinder med ADHD og lavt selvværd

*Karina Jørgensen, mastercoach, terapeut og underviser*



**Dato: Torsdag 24 april-2025**  
**kl: 19:00 - 21:00**

**Sted: Biblioteket Sædding**  
**Mødestedet, Fyrvej 32**  
**6710 Esbjerg**



Mange kvinder med ADHD/ADD oplever lavt selvværd, hvilket kan påvirke deres selvopfattelse, livskvalitet, relationer og trivsel.

*Karina har specialiseret sig i ADHD og selvværd hos kvinder og har udviklet en unik tilgang, der adskiller sig fra andre ADHD-coaches og terapeuter.*

Til dette inspirerende foredrag får du indsigt i:

- Hvorfor kvinder med ADHD ofte kæmper med lavt selvværd
- Hvordan ADHD hos kvinder adskiller sig fra mænds ADHD
- Selvværdets betydning og typiske faldgruber
- Hormonelle forandringer, der påvirker forstærker udfordringerne

Kom med til en aften fyldt med ny viden, indsigt, refleksion og konkrete handlemuligheder til at styrke selvværdet hos kvinder med ADHD

Målgruppe:

Kvinder med ADHD, ægtefælle/partner, fagpersoner og andre interesserede.

Billetpris:



**Medlemmer af ADHD-Foreningen**

**50kr - Ikke medlemmer 100kr**

*Der serveres kaffe og kage i pausen* ☕ 🍪

**TILMELD via**  
**NemTilmeld**  
**inden den**  
**24.04-2025 kl.**  
**09:00**

*Scan koden her*

