

04. November 2026, 11:00 bis 12:30 Uhr

Wenn Angst das Leben bestimmt: Angststörungen verstehen und Betroffene unterstützen

Angst gehört zum Leben und erfüllt eine wichtige Schutzfunktion. Bei einer Angststörung tritt sie jedoch übermäßig stark, anhaltend oder in Situationen auf, die objektiv kaum bedrohlich sind. Für Betroffene kann dies mit erheblichen Belastungen und Einschränkungen im Alltag verbunden sein.

Der Online-Vortrag gibt einen verständlichen Überblick über verschiedene Formen von Angststörungen, typische körperliche und psychische Symptome sowie mögliche Ursachen und aufrechterhaltende Faktoren. Dabei wird erläutert, wie Angst entsteht, warum sie sich manchmal verselbstständigt und welche Rolle Vermeidung, Sicherheitsverhalten und belastende Gedanken spielen können. Darüber hinaus geht es um den Umgang mit Angststörungen im Alltag, mögliche Wege der Unterstützung sowie um Behandlungs- und Selbsthilfemöglichkeiten. Ziel ist es, Berührungängste abzubauen, Wissen zu vermitteln und zu einem verständnisvollen, sachlichen Umgang mit dem Thema beizutragen.

ARBEITSWEISE

Fachvortrag

TEILNEHMENDE

Fachkräfte und Multiplikator:innen aus dem Gesundheitswesen, Verwaltung, Gesundheitsförderung und Prävention, Sozialer Arbeit und Bildung sowie alle Interessierten am Thema

DOZENTIN

Irene Bruns, Geschäftsführung Deutsche Angst-Hilfe e. V. (DASH)

ORT

Online via Zoom

TEILNAHMEGEBÜHR

29 Euro

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Die Teilnahmegebühr beträgt **29 Euro**. Anmeldeschluss ist 3 Tage vor Veranstaltungsdatum. Anmeldungen werden nur über das Anmeldeformular entgegengenommen. Unsere Veranstaltungen finden Sie unter www.gesundheit-nds-hb.de/veranstaltungen. Die Anmeldung ist verbindlich. Reservierungen sind nicht möglich. Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die Teilnahme- und Stornobedingungen und erklären sich zur Zahlung der Teilnahmegebühr bereit. Nach erfolgreicher Anmeldung erhalten Sie im Anhang der Bestätigungsmail die Rechnung zur Begleichung der Teilnahmegebühr innerhalb von 10 Tagen. Spätestens 24 Stunden vor Veranstaltungsbeginn stehen Ihnen die Zugangsdaten in

Ihrem Buchungscenter (Link in der Bestätigungsmail) unter dem Punkt »Infos« zur Verfügung. Bis 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn ist eine kostenfreie Stornierung möglich. Folgen Sie hierfür bitte den Schritten in Ihrem Buchungscenter unter dem Punkt »Storno«. Bei späterer Absage, Nichtteilnahme oder technischen Problemen, die nicht in unserem Verantwortungsbereich liegen, erfolgt keine Rückerstattung. Die LVG & AFS behält sich beispielweise im Krankheitsfalle vor, Termine kurzfristig abzusagen und ggf. geeignete Ersatztermine anzubieten. Aus den vorgenannten Punkten ergeben sich keinerlei Rechtsansprüche.

BEI RÜCKFRAGEN

E-Mail: fokus@gesundheit-nds-hb.de