

Das Dach e.V.

Verein
für psychosoziale
Hilfen

Treff 

ANDERSSEIN & ÄNDERN

Einladung zur Fortsetzung der Veranstaltungsreihe

Mittwoch, 07. März 2018 ab 19.30 Uhr

in der Kontakt- und Beratungsstelle Treffpunkt

Herzlich dazu eingeladen sind alle Treffbesucher, Interessierten und Profis

Meine Angst und ich

Da hat sich eine wichtige Überlebensstrategie im Laufe des Lebens manchmal ver- selbstständigt. Ich habe Angst an Stellen, wo sie gar nicht hingehört. Über die alltäglichen Befürchtungen, die uns begleiten, möchten wir an diesem Abend sprechen.

- **Begrüßung und kurze Einführung**
 - **Mögliche Themen:**
 - **Gesunde Ängste sind eine Überlebensstrategie**
 - **Wie äußern sich die Angst?**
 - **Der Angst einen Namen geben**
 - **Jede Angst hat(te) eine wertvolle Funktion in meinem Leben**
 - **Zwischen gutem Zugang und Wegschieben – es gibt kein Patent für den Umgang mit Angst**
 - **Ich sitze hier noch immer – mit meiner Angst**
- **Diskussion**



*Der Abend wird moderiert von Betty Artl
und wird begleitet von Andreas Schwier*

Betty Artl ist Expertin aus eigener Erfahrung und kennt unterschiedlichste Hilfsmöglichkeiten aus eigener Perspektive. Sie ist zudem Leiterin einer Selbsthilfegruppe.

Andreas Schwier ist Sozialpädagoge und Fachsozialarbeiter für Klinische Sozialarbeit. Er arbeitet in der Kontakt- und Beratungsstelle Treffpunkt und leitet seit 1994 Erwachsenenbildungsveranstaltungen.

TREFFPUNKT

Kontakt- und Beratungsstelle für psychisch kranke Menschen

Elisabethstraße 12

32756 Detmold

Tel. 05231/35453 (Büro)

E-Mail: treffpunkt@das-dach-ev.de