



**07.04.2025**

**Vielfältige Formen der Angst - Wie können wir ihnen begegnen?**

**17.30 Uhr praktische Lehrküche mit Esther Bieling**

**(Anmeldung bei Esther per Mail [e.bieling@gmail.com](mailto:e.bieling@gmail.com) oder Telefon 07821/24751)**

**19.30 Uhr Gesundheitsvortrag mit Dr. med. Monica Dragomir**

**Veranstalter: Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten**

**Ort: Geroldsecker Vorstadt 10, 77933 Lahr**

**Livestream: [www.adventgemeinde-lahr.de](http://www.adventgemeinde-lahr.de)**



Angst ist in unserem Leben allgegenwärtig. In dem Vortrag wird es um die Frage gehen, wo mögliche Ursprünge verschiedener Angstformen liegen und wie die Auswirkungen von Ängsten auf verschiedene Lebensbereiche aussehen können, besonders in Bezug auf Bindungen und Beziehungen.

Wie kann unser Selbstbewusstsein und unsere persönliche Entwicklung davon profitieren, wenn wir uns unseren Ängsten stellen? Auch auf langfristige Angstausswirkungen von traumatischem Erleben wird eingegangen. Wie können wir beeinträchtigende Prägungen, Emotionen oder früh erlernte und automatisierte Gedankenschleifen und Verhaltensweisen verändern?

Dr. med. Monica Dragomir

Monica ist Fachärztin für Psychosomatik und psychotherapeutische Medizin mit einer eigenen Praxis in Freiburg. Sie ist verheiratet und hat zwei erwachsene Töchter.

