

# Ung med angst

Onsdag den 30. september 2020



KOLDING

*Angst er en normal grundfølelse de fleste mennesker kender til. En medfødt mekanisme der fungerer som overlevelsesfunktion. Imidlertid udvikler angst sig hos nogen til at blive så omfattende, at de dagligt oplever sig udfordret, og hvor hverdagen synes besværliggjort og indskrænket, ikke bare for den enkelte, men ofte for hele familien.*

Specialpsykolog **Jakob Lind Bern**, Børne- og Ungdomspsykiatrisk Ambulatorium i Vejle, fortæller om erfaringer fra arbejdet med unge med angst. Oplægget vil omhandle, hvad angst er, udviklende og vedligeholdende faktorer for angst samt forholdemåder til håndtering af angst. Personlig beretning ved en EN AF OS-ambassadør om at leve med angst.

Kl. 18.30 til 19 kan man besøge forskellige boder fra bl.a. Kolding Kommunes tilbud vedr. angst. Mød også foreninger såsom Angstforeningen, Bedre Psykiatri og SIND Ungdom. Boderne kan også besøges i pausen.

<b>Sted</b>	Kolding Sundhedscenter, Sygehusvej 6, 6000 Kolding
<b>Tid</b>	18.30 – 21.00
	Alle er velkomne, arrangementet er gratis
<b>Tilmelding</b>	PsykiInfo Region Syddanmark 99 44 45 46 eller <a href="http://www.psykiinfo.regionsyddanmark.dk">www.psykiinfo.regionsyddanmark.dk</a>
<b>Arrangør</b>	Kolding Kommune og PsykiInfo Region Syddanmark

