

# Wege aus der Angst

Schulungstag für Begleitende von  
Menschen mit Ängsten

Samstag, 20.09.2025



Christliches Lebenszentrum Langenburg



Ängste können das Leben von Betroffenen sehr belasten und einschränken.

Wie können wir Menschen, die uns ihre Ängste offenbaren und Rat bei uns suchen, gut begleiten und Hilfestellungen geben? Wie können sie lernen, mit ihren Ängsten umzugehen, und bei Bedarf Anlaufstellen finden, bei denen eine Bewältigung der Ängste und das Erkennen der dahinterliegenden Faktoren möglich wird.

An diesem Schulungstag erhältst du wertvolle Hintergrundinformationen zum Thema Angst und lernst hilfreiche Entspannungs- und Regulierungsmöglichkeiten zum Angstabbau kennen. Außerdem stellen wir dir therapeutische Verfahren vor, die einen Ausweg aus dem Kreislauf der Angst ermöglichen können.

Leitung	<b>Cornelius Möhding, Peter Weber</b>
Ort	<b>Lebenszentrum – Ziegelrain 4, 74595 Langenburg</b>
Dauer	<b>Samstag, 09:00 – 17:00 Uhr</b>
Preis pro Person	<b>52,- €   Frühbucherpreis bis 09.08.2025 62,- €   Normalpreis ab 10.08.2025</b>

Weitere Infos und  
Anmeldung unter [lz-langenburg.de/event/567](https://lz-langenburg.de/event/567)  
Anmeldeschluss **Sonntag, 14.09.2025**

