

## Verein zur Förderung der psychosozialen Dienste im Kreis Coesfeld e.V.

Der Verein wirbt um Verständnis für die Situation der Betroffenen. Er bietet Informationen über Hintergründe psychischer Erkrankungen und über Möglichkeiten der Hilfe an.

Zu den Vereinsmitgliedern zählen Bürgerinnen und Bürger, die unter einer psychischen Erkrankung leiden, Angehörige Betroffener sind oder sich für die Belange psychisch kranker Menschen einsetzen wollen, ohne selbst betroffen zu sein.

Weitere Mitglieder sind Wohlfahrtsverbände, kreisangehörige Städte und Gemeinden, der Kreis Coesfeld sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus helfenden Einrichtungen und Diensten.

Wir beteiligen uns mit den Tagen der seelischen Gesundheit an der bundesweiten Kampagne des Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit:

[www.seelischegesundheit.net](http://www.seelischegesundheit.net)



Der Verein zur Förderung der psychosozialen Dienste im Kreis Coesfeld e.V. ist ausschließlich und unmittelbar gemeinnützig tätig.

**Kontakt:** [seeGe-coe.de](http://seeGe-coe.de)  
Tilbeck 2  
48329 Havixbeck  
Tel. 02507 981-751  
[info@seeGe-coe.de](mailto:info@seeGe-coe.de)

**Hinweise für Ratsuchende enthält die KoDat.Coe**

<https://coe.de/kodatcoe>

mehr als 700 Angebotsbeschreibungen aus den Bereichen Bildung, Gesundheit, Jugend & Familie, Pflege und Soziales

## Aufnahmeantrag / Beitrittserklärung zum Verein seeGe\*

**Neue Mitglieder sind herzlich willkommen.**

Der Mitgliedsbeitrag beträgt 15.00 € jährlich. Es kann freiwillig ein höherer Beitrag entrichtet werden.

### Hiermit erkläre ich meinen Beitritt als Mitglied:

Vorname Name	<input type="text"/>
Straße	<input type="text"/>
PLZ Ort	<input type="text"/>
Telefon	<input type="text"/>
E-Mail	<input type="text"/>

Durch meine Unterschrift ermächtige ich den Verein **seeGe\*** einen jährlichen **Beitrag in Höhe von EUR** (satzungsgemäßer Mindestbetrag 15,00 EUR), bis auf schriftlichen Widerruf, zu Lasten meines Kontos abzubuchen:

<input type="text"/>	
Bank	<input type="text"/>
IBAN	<input type="text"/>

Ort	Datum	Unterschrift
-----	-------	--------------

\*Weitere Informationen zur Mitgliedschaft sind auf der Homepage des Vereins zur Förderung der psychosozialen Dienste im Kreis Coesfeld e.V. in der Rubrik „Mitglieder“ abrufbar:  
[seeGe-coe.de](http://seeGe-coe.de)

Tage der seelischen Gesundheit  
16. - 18. Oktober 2023

# Zusammen der Angst das Gewicht nehmen



**Verein zur Förderung der psychosozialen  
Dienste im Kreis Coesfeld e.V.**

Tilbeck 2, 48329 Havixbeck

[seeGe-coe.de](http://seeGe-coe.de)

Jeder weiß, was Angst ist. Wir leben gerade in einer Zeit, in der viele Menschen Ängste empfinden. Sie nehmen sie als etwas wahr, das sich auf sie setzt und sie buchstäblich erdrückt. Es ist nicht nur eine Krise da, sondern die Krisen türmen sich aufeinander: erst die Pandemie, dann der Angriffskrieg auf die Ukraine, die schon lange anhaltende Klimakrise, die Wirtschaftskrise...

Viele Menschen erfahren persönliche Krisensituationen, fühlen sich ohnmächtig. Es gibt Anzeichen dafür, dass in der Pandemie besonders bei Jugendlichen Gegenwarts- und Zukunftsängste zugenommen haben.

Normale Angst ist nützlich. Sie schützt uns davor, bestimmte Gefahren einzugehen. Aber wenn die Angst unseren Alltag bestimmt, wenn sie übermäßig wird und sich von einem notwendigen Anlass löst, dann sprechen wir von einer Angststörung. In diesem Jahr wollen wir darüber sprechen, wie man mit Ängsten umgehen kann, die in Krisenzeiten entstehen. Und wie man diesen Ängsten das Gewicht nehmen kann.

Die Veranstaltungen richten sich an alle Generationen. Sie tragen dazu bei, Berührungsängste abzubauen und Betroffene sowie deren Angehörige einzubinden. Unkompliziert und kostenfrei. Die Angebote wollen jeden motivieren, offen über seine Probleme zu reden, sich mit Fachleuten auszutauschen, sich Hilfe zu suchen und vor allem Präventions- und Beratungsangebote in der Nähe kennenzulernen.

Wir laden Sie herzlich ein!



Dipl.-Psych. Valentin Merschhemke  
Vorsitzender

## VERANSTALTUNGSPROGRAMM

### Tage der seelischen Gesundheit, 16. - 18. Oktober 2023

#### Montag, 16.10.2023, 19.00 Uhr

**Vortrag:** Ängste in der Krise  
**Referentin:** Kira Kattenbeck  
Psychologin M.Sc.,  
Psychologische Psychotherapeutin  
**Ort:** Dülmen  
Christophorus Klinik am Schlossgarten  
Tagesklinik  
Mühlenweg 86  
48249 Dülmen

#### Dienstag, 17.10.2023, 19.00 Uhr

**Vortrag:** (Prüfungs-)Ängste - wie sie entstehen  
und was dagegen hilft  
**Referent:** Dirk Zeuner  
Schulpsychologe,  
Leiter der Schulpsychologischen  
Beratungsstelle des Kreises Coesfeld  
**Ort:** Lüdinghausen  
Aula des Gymnasiums Canisianum  
Disselhook 6  
59348 Lüdinghausen



#### Info-Stände

Freitag, 13.10.2023  
9.00 - 12.30 Uhr,  
Marktstraße, in der Nähe  
des Wochenmarktes  
in Dülmen

Samstag, 14.10.2023  
12.00 - 17.00 Uhr,  
Markplatz Coesfeld,  
Infostand beim „Citylauf“

#### Mittwoch, 18.10.2023, 19.00 Uhr

**Podiumsdiskussion mit Impulsvortrag:**  
Ängste als Traumafolge bei Fluchterfahrungen

**Referent:** Arne Espeter  
Fachbereichsleiter Beratung & Jugendhilfe  
Caritasverband für den Kreis Coesfeld e.V.  
**Ort:** Coesfeld  
Caritas Haus Coesfeld  
Osterwicker Straße 12  
48653 Coesfeld

Alle Vorträge sind gebührenfrei.



### Zusammen der Angst das Gewicht nehmen