

# Virtuel Temaaften om angst

Oplever du, at dit barn har angstsymptomer?

Gribskov Kommune tilbyder gratis, virtuel temaaften for forældre og/eller pårørende til børn, der oplever angstsymptomer.

Angst kan være en helt normal og sund følelse, som forhindrer mennesker i at gøre ting, der er farlige. Men angst kan også være en svær, følelsesmæssig tilstand som op til 10 % børn eller unge oplever intenst i en periode, inden de er fyldt 18 år.

**Onsdag den 24. april kl. 17.30-19.30** kan forældre og/eller pårørende til børn med mange bekymringer deltage i en virtuel temaaften om angst. På temaaftenen vil en PPR-psykolog holde oplæg og besvare spørgsmål om de udfordringer, som ængstelighed kan medføre.

## Yderligere information

Temaaftenen foregår via Teams og varer ca. 2 timer inkl. pause.

Temaaftenen er online, offentlig og tilgængelig for alle forældre og/eller pårørende til børn med angstsymptomer.

Deltagelse er frivillig og du kan byde ind med spørgsmål eller råd til de andre deltagere eller blot lytte og modtage vejledning.

På den måde håber vi at imødekomme de udfordringer som angst kan frembringe hos jer familier og etablere et virtuelt sparringsrum blandt jer, der er berørte.

Psykolog Maria Wulff holder oplæg og stiller sin viden til rådighed for spørgsmål, sparring og inspiration. Maria arbejder i Center for Dagtilbud og Skoler og beskæftiger sig primært med læring og sociale børnefællesskaber.

Temaaftenen sætter fokus på at skelne mellem sund og usund angst, hvordan man kan hjælpe børn til at få bedre styr på angsten samt forældrestrategier for håndtering af de konflikter, der kan opstå når angsten blander sig.

Deltag i temaaftenen til forældre/pårørende til børn med angstsymptomer.

**Onsdag den 24. april kl.17.30-19.30** via nedenstående link:

[Klik her for at deltage](#)

Har du brug for yderligere information om tilbud se: [tilbud til børn med særlige behov](#) eller [arrangementer for børn og familier](#).

Vi glæder os meget til at se jer.

Center for Sociale Indsatser og PPR, Gribskov Kommune.