

Winter-Blues - Antriebslosigkeit, Müdigkeit, Stimmungstief und nervöse Unruhe

18.11.2026

Ort: Kastell Stegersbach
Sparkassenplatz 2
7551 Stegersbach

18:30 - 19:00	Registrierung und Begrüßung
19:00 - 20:00	MMAG Albert Dörner
20:00 - 21:00	Gemütlicher Ausklang

Kosten:	Mitglieder	0.... €
	Nichtmitglieder	... 0.... €

Inhalte wie folgt:

Der Herbst ist für viele die schönste Jahreszeit – draußen Wandern, angenehme Temperatur & Sonne, das Rascheln von Laub unter den Füßen.

Der Wermutstropfen: danach kommt der Winter, welcher für manche in unseren Breiten nicht ganz so angenehm ist: die Tage sind kurz, wenig Licht und kalt.

Stimmungstiefs und Antriebslosigkeit, Nervosität und Unruhe sind hier oft Beschwerden, die auftreten.

Wir beschäftigen uns an diesem Abend mit der Phytotherapie, also pflanzlichen Wirkstoffen in Arzneimitteln: Rosenwurz bei Stress, Passionsblume zum besseren Einschlafen und bei nervöser Unruhe und Lavendel bei ängstlicher Verstimmung sind wirksame Hilfsmittel besonders in einer für manche schwierigen Jahreszeit.

Wir freuen uns auf einen lehrreichen gemeinsamen Abend mit geselligem Ausklang.

Anmeldung möglich unter: www.arztassistentz.at/mitglieder/fortbildungen/fortbildungskalender

Bitte auf der Homepage unter dem Punkt "Für Dich" zuerst als Gast registrieren oder als Mitglied anmelden.

Erst danach ist eine Buchung möglich.

Ihr Platz gilt mit Einzahlung der Teilnahmegebühr als gesichert. Bis 14 Tage vor FB-Beginn kann eine Abmeldung in schriftlicher Form kostenlos vorgenommen werden. Danach ist eine kostenlose Stornierung nicht mehr möglich.

Rückfragen unter: bda.forum@arztassistentz.at

Für diese Veranstaltung wird **1 Fortbildungspunkt** für das BdA-FB-Diplom angerechnet

Die Teilnahme ist nach § 63 und § 104c GuKG auch für diplomierte DGKPs und Pflegefachassistentinnen gültig.