

Illustrationen: Sina Arth



# Ganz Gesund



- Keine Angst vorm Arztbesuch
- Gut vorbereitet ins Krankenhaus



Wo?

tagewerk.fuhlsbüttel  
Erdkampsweg 10  
22335 Hamburg



Wann?

1. Teil: 09.10.2025  
2. Teil: 27.11.2025  
3. Teil: 15.01.2026  
17:00 - 19:00 Uhr



Bitte anmelden bei:

Katharina Wilharm



0174 – 4913277



Katharina.Wilharm  
@eka.alsterdorf.de

METACOM Symbole © Annette Kitzinger

*Die Lokale Vernetzungsstelle Prävention wird unterstützt von der Behörde für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Familie und Integration (Sozialbehörde), der Techniker Krankenkasse (TK) und der Hamburgischen Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V. (HAG) im Rahmen der Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit.*



# Ganz Gesund

Viele Menschen haben Angst vor dem Arztbesuch.

Viele Menschen haben Angst,  
wenn sie ins Krankenhaus müssen.

Das kann Stress machen.

Im Kurs besprechen wir,  
wie Sie sich gut auf einen Arztbesuch vorbereiten können.

Im Kurs besprechen wir,  
wie sie sich gut auf einen Aufenthalt im Kranken-Haus  
vorbereiten können.

Nach ein paar Monaten sehen wir uns wieder.

Dann sprechen wir darüber

- Was hat gut geklappt.
- Was hat noch nicht so gut geklappt.

Der Kurs besteht aus insgesamt 3 Terminen.

Das Angebot ist kostenlos.

Bitte melden Sie sich an.

