

Sorgen, kreisende Gedanken und innere Unruhe – wie erkennen und unterstützen Sie Ihre Kunden?

Live-Online-Vortrag | Kostenfreie Abendveranstaltung

Stress, Sorgen, kreisende Gedanken – viele Menschen kennen das nur zu gut. Dauerhafte Belastung raubt den Schlaf, innere Unruhe hält nachts wach. Aktuelle Umfragen zufolge geht es etwa einem Drittel der Erwachsenen in Deutschland so.

Für Sie im Apothekenalltag bedeutet dies: Immer wieder begegnen Sie Kunden, die unruhig sind, innerlich angespannt wirken oder schlecht schlafen. Doch wie erkennen Sie diese Signale – und wie können Sie gezielt helfen? Denn häufig wünschen sich die Betroffenen eine kurzfristige Lösung und möchten den Schlaf verbessern – ohne die eigentlichen Ursachen anzugehen.

In diesem praxisorientierten Vortrag erfahren Sie, wie Sie Anzeichen von innerer Unruhe, Sorgen oder Schlafstörungen bei Ihren Kunden gezielt wahrnehmen. Sie lernen, welche Hilfestellungen und Empfehlungen die S3-Leitlinie „Insomnie bei Erwachsenen“ bietet und wo die Möglichkeiten einer leitliniengerechten Beratung in der Apotheke an ihre Grenzen stoßen. Darüber hinaus erhalten Sie wertvolle Hinweise zum sicheren Einsatz pflanzlicher Optionen.

Profitieren Sie von Impulsen, die Sie sofort in ihrem Apothekenalltag anwenden können, und helfen Sie Ihren Kunden wieder innere Ruhe zu finden und erholsam zu schlafen. Freuen Sie sich auf praxisnahe Tipps, die Ihre Beratung bereichern und für mehr Zufriedenheit bei Ihren Kunden sorgen.

Referent:

Beate Glombitza

Apothekerin, Bergisch Gladbach

Dauer:

von 20:00 bis 21:30 Uhr

Termin:

Donnerstag, 26.03.2026

System für die Übertragung:

Zoom

Teilnehmergebühr:

kostenfrei

Buchen unter:

www.h-a-v.de

Rubrik: Seminare

Oder **QR Code** scannen



Themenschwerpunkte:

- Ursachen innere Unruhe
- Unruhebedingte Schlafstörungen in der Selbstmedikation
- Symptome erkennen und richtig einordnen
- Vorhandene Empfehlungsoptionen richtig bewerten
- Evidenzbasierte Behandlungsoptionen
- Kundenwünsche erkennen und berücksichtigen

Organisation und Durchführung:

GVA GmbH

Strahlenbergerstraße 112

63067 Offenbach

T: 069 7920050

E: seminare@h-a-v.de