



**Melden Sie sich
jetzt an unter:**
loko@vivantes.de
Teilnahmeplätze
beschränkt!

LOKO – Lernen in offener Kooperation 2026

**Für Menschen mit psychiatrischer Krisenerfahrung und ihre Angehörigen
vielstimmig – transparent – selbstbestimmt**

Loko ist ein monatlicher Begegnungsraum für alle, die auf mögliche wiederkehrende Krisen besser vorbereitet sein wollen, auch An- und Zugehörige. Es stellen sich erfahrene Expert*innen vor, die Unterstützung im Alltag sowie in schweren Lebenssituationen anbieten können. So weit möglich werden die Veranstaltungen durch krisenerfahrene Personen geleitet. Für jedes Thema stehen außerdem professionelle Ansprechpartner*innen zur Verfügung, die Ihre persönlichen Fragen gerne beantworten.

Programm

5. März 2026

Eröffnungsworkshop Krisenplan
In Krisen handlungsfähig bleiben

2. April 2026

Von der Klinik ins Leben
Wegweiser im Versorgungsdschungel

7. Mai 2026

Peer-Begleitung und Recovery
Experten aus Erfahrung

4. Juni 2026

**Medikamente reduzieren Tapering und
Nebenwirkungsmanagement**

2. Juli 2026

offene Begegnungsräume
Neue Ideen und Kontakte

6. August 2026

**Behandlungsvereinbarungen Shared
decision making in der Behandlung**

10. September

Erste Hilfe, richtige Hilfe?
Anlaufstellen in Krisensituationen

1. Oktober 2026

Abschlussworkshop Krisenplan
In Krisen handlungsfähig bleiben

Zu den angegebenen Terminen
17:00 – 19:00 Uhr (inkl. Pause)

Veranstaltungsort
Vivantes Klinikum Am Urban
Tagesklinik (Haus 150, Klinkerbau)
Eingang über die Urbanstraße

Eine Teilnahme ist möglich, egal ob
Sie sich gerade in einer Behandlung
befinden oder nicht.



Weitere Informationen,
sowie Kontakt und
Anfahrt.

Lernen in offener Kooperation

Beim Lernen in offener Kooperation mit Tandempartner*innen geht es darum, sich gegenseitig den Rücken zu stärken und in einen Austausch über die eigenen Ansichten zu kommen. Oft sind die Ansichten bei Angehörigen und Betroffenen unterschiedlich. In der Gruppe kann aus hilfreichen sowie aus herausfordernden Erfahrungen etwas gelernt werden. Zusätzlich besteht das Angebot, wichtige Unterstützer*innen aus Vereinen, Behörden und der medizinischen Versorgung kennenzulernen.

Was ist Lernen im Tandem?

Um an der Gruppe teilzunehmen, bringen Sie bitte eine befreundete, angehörige, Sie unterstützende oder mit Ihnen in Partnerschaft lebende Person mit. Jeder Mensch, mit dem Sie regelmäßig Kontakt haben und mit dem Sie vertrauensvoll über Ihre Hoffnungen und Beschwerden sprechen können, ist geeignet. Auch berufliche oder ehrenamtliche Helfer*innen sind willkommen.

Warum als Tandem?

Wir empfehlen sehr, im Tandem am Loko-Abend teilzunehmen. Tandempartner*innen sollen sich gegenseitig den Rücken stärken, aber auch ihre eigenen Ansichten mitbringen. Sie können Loko aber sowohl als Betroffene als auch als Angehörige besuchen. In der Gruppe wird gemeinsam und bei den anderen Tandems lebendiges Wissen entdeckt.

Nehmen Sie aus der Gruppe mit, was Sie brauchen, ...

Wir stellen Ihnen Möglichkeiten der Selbst- und gegenseitigen Hilfe vor und bringen Sie vor Ort in Kontakt mit relevanten Unterstützer*innen aus Vereinen, Behörden und dem medizinischen Versorgungsnetzwerk.

... und konzentrieren Sie sich auf Ihre Stärken!

Nicht jeder Mensch benötigt oder will jedes Angebot. Wir stellen Ihnen verschiedene Ansätze vor und respektieren Ihre freie Wahl.

Mit Ihrer individuellen Erfahrung können Sie andere ermutigen, informieren und ultimativ stärken. Oder nutzen Sie die Gelegenheit, sich selbst motivieren zu lassen, passende Netzwerke zu finden und von erfahren-eren Tandems zu profitieren.

Vor, während oder nach einer Behandlung

Unabhängig davon, ob Sie medizinische Hilfe in Anspruch nehmen oder nicht, sind Sie willkommen. Besonders während einer Krise kann die Unterstützung durch andere starke Genesungsimpulse setzen. Wir begrüßen Sie auch nach einer Krankenhausbehandlung und begleiten Sie weiter.

Nothing About Us Without Us

Wir beziehen Sie mit in die weitere Gestaltung unserer Gruppe ein. Dies betrifft sowohl die Gestaltung der Gruppenthemen als auch die Moderationsverantwortung. Ihre eigenen Erfahrungen können für andere lehrreich sein. Sie haben deshalb die Gelegenheit, andere Tandems durch ihr Erfahrungswissen anzuregen und zu bereichern.

In der Gruppe kann ich ...

- ... verschiedene Angebote nach meinen Interessen kombinieren.
- ... verschiedene Netzwerke kennenlernen, in denen ich Hilfe und Anleitung zur Selbsthilfe finde.
- ... aktiv an der Prävention einer Krise arbeiten.
- ... mein Erfahrungswissen teilen.
- ... Sicherheit gewinnen.

Moderation

Die Loko-Abende werden von Psycholog*innen, Pflegefachkräften, medizinischen Mitarbeiter*innen, ehrenamtlichen Helfer*innen und Peer-Berater*innen für betroffene Menschen und Angehörige begleitet.

LOKO-Projektverantwortung

Sebastian Grosenick (Pflegeexperte Psychiatrie)
Dr. phil. Anja Lehmann (leitende Psychologin)

Unsere Kooperationspartner 2026



Mit Unterstützung der AG psychisch erkrankte Erwachsene, Bezirk Friedrichshain-Kreuzberg.

Kliniken für Psychiatrie, Psychotherapie
und Psychosomatik mit

Vivantes Klinikum Am Urban und
Vivantes Klinikum im Friedrichshain

Akademisches Lehrkrankenhaus der
Charité – Universitätsmedizin Berlin



Dieffenbachstraße 1
10967 Berlin

vivantes.de