

Psychoseseminar



M. Kleist, 2011

neuer Veranstaltungsort:
**Bezirksamt Marzahn-Hellersdorf
von Berlin**
Rathaus/Rathaussaal

Alice-Salomon-Platz 3
12627 Berlin

Anfahrt:

Bus: X 54, 195 - Haltestelle: U Hellersdorf
Tram: M 6, 18 - Haltestelle: U Hellersdorf
U-Bahn: U5 - Hellersdorf

Einmal im Monat treffen sich montags krisenerfahrene Menschen, Angehörige und Freunde, Nachbarn, hauptberufliche Helfer, bürgerschaftlich Engagierte und Studierende zum gleichberechtigten, dialogischen Erfahrungsaustausch. Eine 15-minütige Pause ist jeweils eingeplant.

Themen

14.09.2020, 17.30 – 19.15 Uhr

„Achtsamkeit und Entspannung - Wie finde ich meine innere Ruhe?“

12.10.2020, 17.30 – 19.15 Uhr

„Krisen – Wie kann ich mit schwierigen Situationen umgehen?“

09.11.2020, 17.30 – 19.15 Uhr

**„ Es ist normal verschieden zu sein“ – Verständnis und Behandlung von Psychosen
(Vorstellung der „Blauen Broschüre“)**

14.12.2020, 17.30 – 19.15 Uhr

„Home Treatment“ mobiles Krisenteam - Ziele und Behandlungsangebote

11.01.2021, 17.30 – 19.15 Uhr

**„Sportliche Aktivität – Wie beeinflusst Sport und Bewegung meine psychische
Gesundheit?“**

(Themensammlung für das I. Halbjahr 2021)

Bei Rückfragen:

Anja Thomsen, Lebensnähe gGmbH: 0178/6204016 o. thomsen@lebensnaehe.de

Ilona Radandt, Lebensnähe gGmbH: 0178/6204023 o. radandt@lebensnaehe.de