

Veranstaltungsort

Präsenz

Vivantes Klinikum Kaulsdorf
Haus 7a, 1. OG, Raum 01.016, Konferenzraum
Myslowitzer Straße 45, 12621 Berlin

10–13 Uhr

14–16 Uhr

Symposium*

Markt der
Möglichkeiten

Konferenz-
raum, Haus 7a

Workshops

standortweit

*Einwahldaten für das Symposium per Zoom:

<https://vivantes.zoom.us/j/66197418177?pwd=-VFXL2B8d7sOUPQdzzkXUxb8Lwax8Y.1>

Meeting-ID: 661 9741 8177

Kenncode: 9%*tbd

Organisation und Kontakt

Sandra Böttcher und Thomas Johnson
(Advanced Practice Nurses/Pflegeexpert*innen
Vivantes Klinikum Kaulsdorf)
Tel. 030 130 17 3369 oder 2765
sandra.boettcher@vivantes.de
thomas.johnson@vivantes.de



Akzeptanz für
psychische Erkrankungen



Wie komme ich zum Vivantes Klinikum Kaulsdorf?

S5 Kaulsdorf, 10 Gehminuten

Bus 195, 269 Myslowitzer Straße/Klinikum, 3 Gehminuten

Mit dem Pkw über die B1, Einfahrt Myslowitzer Straße

Auf dem Klinikgelände stehen nur begrenzt Parkplätze zur Verfügung.



Vivantes Klinikum Kaulsdorf

Akademisches Lehrkrankenhaus der Charité
– Universitätsmedizin Berlin
Myslowitzer Straße 45 | 12621 Berlin

vivantes.de/khd

Vivantes
Klinikum Kaulsdorf



EINLADUNG

Aktionstag seelische Gesundheit für im Gesundheitswesen tätige Personen

10. Oktober 2024, ab 10:00 Uhr
Haus 7a, 1. OG, Raum 01.016,
Konferenzraum und standortweit

Liebe Kolleg*innen,

im hektischen Alltag unseres Krankenhauses steht stets die Gesundheit unserer Patient*innen im Vordergrund. Doch auch unsere eigene Gesundheit ist von großer Bedeutung. Deshalb sollten wir unsere seelische und körperliche Verfassung immer im Blick behalten.

Um uns alle hierfür zu sensibilisieren und um Wege aufzuzeigen, wie wir uns mental stärken können, laden wir Sie herzlich zu unserem „Aktionstag seelische Gesundheit für im Gesundheitswesen tätige Personen“ ein.

Unsere Angebote an diesem Tag richten sich an alle Berufsgruppen.

Unser Ziel ist es, Sie bei Ihrer wichtigen Arbeit zu unterstützen und Ihnen in Vorträgen, Workshops und einem Informationsmarkt Werkzeuge an die Hand zu geben, die Ihre seelische Gesundheit fördern können. Denn nur wer gut für sich selbst sorgt, kann auch andere gut umsorgen.

Wir freuen uns auf einen inspirierenden und stärkenden Tag mit Ihnen!

Herzliche Grüße

Ihre Pflegedirektion und die Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik
Vivantes Klinikum Kaulsdorf

Programm Symposium

10:00–10:15 Uhr

Begrüßung und Eröffnung

Thomas Kobalz

Pflegedirektor Vivantes Klinikum Kaulsdorf

10:15–10:45 Uhr

Resilienz – Was verbirgt sich hinter dem Begriff der inneren Stärke?

Dr. Christoph Richter

Chefarzt Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik, Ärztlicher Direktor
Vivantes Klinikum Kaulsdorf

10:45–11:15 Uhr

Psychische Gefährdungen im Krankenhausalltag

Daniela Kunze

Teamleitung Arbeitspsychologischer Dienst
Vivantes

11:15–11:45 Uhr

Sekundär-Traumatisierung

Thorsten Rosenbäck

Koordinator Betriebliches Gesundheitsmanagement
Vivantes

11:45–12:15 Uhr

Suizidprävention bei Fachkräften im Gesundheitswesen

Markus Geißler

Leiter Berliner Fachstelle Suizidprävention

12:15–12:45 Uhr

Auch Helfer*innen haben Krisen – Arbeit und Angebote des Berliner Krisendienstes

Antje Beyrich

Berliner Krisendienst Region Ost

Workshops

Andacht und Meditation

**9:00–10:00 Uhr und 15:00–16:00 Uhr,
Raum der Stille, Haus 13, Raum 13.007**

Während einer kurzen Andacht, bei der meditative Texte vorgelesen werden, können Sie am Morgen oder Nachmittag zur Ruhe kommen.

Gesprächsangebot

Ganztägig, Couch, Cafeteria, Haus 10

Allen, denen nach einer kurzen Pause mit lockeren Gesprächen ist, möchten wir unsere Talk-Couch empfehlen. Unsere Seelsorger*innen werden für Sie da sein, um sich mit Ihnen über „Gott und die Welt, Herz und Seele sowie darüber, was es mit der Lebenskunst auf sich hat“ zu unterhalten.

[Thekla Knuth und Andreas Theuerl](#)
(Seelsorge Vivantes Klinikum Kaulsdorf)

Stärken

10:15–11:00 Uhr und 13:00–13:45 Uhr

Besprechungsraum A.3, Haus 1, 3. OG

Vertiefen Sie Ihr Wissen über Charakterstärken und verbessern Sie Ihre Wahrnehmung und den Einsatz von Stärken, mit um positive Veränderungen herbeizuführen. Lernen Sie, wie Sie auf diesem Wege Ihr Wohlbefinden steigern und Stressbelastungen begegnen können.

Achtsamkeit und Selbstmitgefühl

11:30–12:15 Uhr und 14:30–15:15 Uhr

Besprechungsraum A.3, Haus 1, 3. OG

Lernen Sie, wie Sie Ihr emotionales Wohlbefinden in schwierigen Lebenssituationen stärken, mit Achtsamkeit und Selbstmitgefühl Stress reduzieren und zugleich Ihr Selbstvertrauen und Ihre Lebensfreude steigern können.

[Hanna Tempelhagen \(Coach, The Mindful Spaces GmbH\)](#)

Rückenaktiv

12:00–13:00 Uhr und 13:00–14:00 Uhr,

Bewegungsraum, Tagesklinik Geriatrie, Haus 1, 3. OG

In einem einstündigen Workshop können Sie rückengerechte Patient*innentransfers erlernen. Zudem bekommen Sie allgemeine Tipps zum Zusammenhang zwischen Ihrer seelischen Gesundheit und Ihrem Rücken. Bringen Sie sich etwas zum Trinken und bequeme Kleidung mit.

Yoga

10:00–11:00 Uhr und 14:00–15:00 Uhr

Bewegungsraum, Tagesklinik Geriatrie, Haus 1, 3. OG

Für alle Mitarbeitenden, die Yoga kennenlernen oder einfach eine kurze Session in ihren beruflichen Alltag einbauen möchten. Bringen Sie sich etwas zum Trinken und bequeme Kleidung mit.

[Doris Stern und Pia Engel \(BGM, Rückencoaching und Yogalehrerin\)](#)