

Anmeldung

Wir bitten um eine kurze Anmeldung unter:
loko@vivantes.de

Die Teilnahmeplätze sind aufgrund hygienischer
Vorgaben begrenzt.

Veranstaltungsort und Termine

Wo?

Tagesklinik (Haus 150, Klinkerbau)

Wann?

Zu den angegebenen Terminen von 17:30–19:30 Uhr
(inkl. Pause)

Bitte bringen Sie einen tagesaktuellen COVID-Schnelltestnachweis mit. Alternativ können Sie 15 Min. früher erscheinen und vor Ort einen Test durchführen. Es besteht Maskenpflicht.

LOKO-Projektverantwortung

Sebastian Grosenick (Fachkrankenpfleger Psychiatrie)

Konzeptionelle Begleitung

Dr. phil. Dipl.-Psych. Anja Lehmann (Leitende Psychologin)
Emilio Velásquez (Stellvertretender Pflegedirektor)



Wie komme ich zum Vivantes Klinikum Am Urban?

U1 Prinzenstraße; **U8** Schönleinstraße; **U7** Südstern;
U7/U8 Hermannplatz, dann **Bus M41** bis Klinikum
Am Urban; **U6** Hallesches Tor, dann **Bus M41** bis
Klinikum Am Urban

Parkplätze stehen den Besucherinnen und Besuchern
vor dem Klinikum zur Verfügung.

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

www.vivantes.de/kau/psychiatrie

Vivantes
Klinikum Am Urban

2022

EINLADUNG

LOKO LERNEN IN OFFENER KOOPERATION

Für Menschen mit psychiatrischer Krisenerfahrung
und ihre Angehörigen

vorurteilsfrei – offen – selbstbestimmt

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 wird dabei lebendiges Wissen entdeckt. 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 nur als Tandem?

Der Austausch mit Tandempartner*innen und anderen Tandems kann dazu beitragen, sich gegenseitig besser zu verstehen und einen unterstützenden Umgang miteinander zu finden. Dies ist förderlich für das Wohlbefinden.

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 erfahreneren Tandems zu profitieren.

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.

... meine Vorstellungen an die Behandler*innen übergeben.

... Fragen stellen, die ich bisher nicht stellen konnte.

... mein Erfahrungswissen teilen.

... Sicherheit gewinnen.

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.

PROGRAMM

19. Mai 2022

**Behandlung zu Hause (Home Treatment):
Eine Maßnahme in der Krise**

23. Juni 2022

Psychotherapie: Wer profitiert davon?

28. Juli 2022

**Selbsthilfe von Betroffenen und Hilfe für
Angehörige**

11. August 2022

Medikamente absetzen: Wie und wann?

15. September 2022

**Krisen vorbeugen, Beschäftigungsmöglichkeiten,
komplementäre Angebote und
Leistungen**

20. Oktober 2022

Auseinandersetzung mit der Behandlung