

## GEMEINSAM SIND WIR STARK!

Seit 20 Jahren beraten und begleiten wir Familien mit psychischen Problemen in Ihrem Alltag. Wir bieten Hilfe und Entlastung durch Gespräch, Aufklärung und Information.

Als „Familien-Selbsthilfe Psychiatrie“ sind wir Ansprechpartner für Angehörige, Menschen mit psychischer Beeinträchtigung und Mitarbeiter des professionellen psychiatrischen Versorgungssystems im gleichberechtigten Gespräch.

Ein wesentlicher Bestandteil der Verbandsarbeit besteht darin, den Austausch zu fördern. Wir tragen die Erfahrung und das Wissen der Angehörigen an Entscheidungsträger und Multiplikatoren heran, weisen auf Defizite, Mängel und Ungerechtigkeiten hin und treten für deren Beseitigung ein.



Angehörige  
psychisch  
Kranker  
**Landesverband Berlin e.V.**  
**FAMILIEN-SELBSTHILFE**  
**PSYCHIATRIE**

**Mannheimer Str. 32**  
**10713 Berlin**

**Tel. (030) 86 39 57 01**  
**Fax (030) 86 39 57 02**

**info@apk-berlin.de**  
**www.apk-berlin.de**



Angehörige  
psychisch  
Kranker  
**Landesverband Berlin e.V.**  
**FAMILIEN-SELBSTHILFE**  
**PSYCHIATRIE**

## PSYCHOEDUKATION

Seminar für  
Angehörige psychisch Kranker  
zum Thema  
**Bipolare Störungen**

## PSYCHOEDUKATION

Im Umgang mit psychischen Erkrankungen hat die Psychoedukation einen hohen Stellenwert. Sie beinhaltet das Erarbeiten von krankheits- und behandlungsbezogenem Wissen.

Nur bei Familien, die ausreichend über die psychische Erkrankung informiert sind, kann das Krankheitsverständnis und der selbstverantwortliche Umgang mit der Krankheit, sowohl bei dem Erkrankten als auch bei den Angehörigen, gefördert und damit die Krankheitsbewältigung unterstützt werden.

Aufbauend auf den wichtigsten wissenschaftlichen Erkenntnisse wird das **gemeinsame Gespräch und der Erfahrungsaustausch** im Mittelpunkt stehen.

## BEDEUTUNG

- Umfassende Aufklärung über die Erkrankung
- Entlastung von Schuld und Versagensgefühlen
- Reduktion von Ängsten, die mit der Krankheit verbunden sind
- Gelassenerer Umgang mit Krisen
- Mut zur Selbsthilfe
- Zuversicht und Hoffnung

## SEMINARINHALTE

- Symptome, Ursache, Verlauf
- Behandlungsmöglichkeiten
- Angebote psychiatrischer Versorgung in Berlin
- Frühwarnzeichen, Krisenplan, Rückfallschutz
- Ressourcen und Bedeutung der Angehörigen
- Alltagsbewältigung und Umgang mit der Erkrankung

## SEMINAR

- kostenlose Teilnahme, unabhängig von Krankenkassen-Zugehörigkeit
- max. 14 Teilnehmer
- 8 Termine à 3h

### *Seminarleitung & Moderation*

*Frau G. Weißenborn, Dipl. Reha-Pädagogin  
Frau L. Degano-Kieser, Psychiaterin*

## TERMINE

**März - Mai 2015, 18 - 21 Uhr**

- März:            Donnerstag 12.03.15  
                  Donnerstag 19.03.15  
                  Donnerstag 26.03.15
- April:            Donnerstag 16.04.15  
                  Donnerstag 23.04.15  
                  Montag        27.04.15
- Mai:             Montag        04.05.15  
                  Montag        11.05.15

## ORT

**CoCo**, Berliner Str. 54, 10713 Berlin  
*Nähe U-Bhf. Fehrbelliner Platz (U3, U7),  
Blissestraße (U7)*

## ANMELDUNG

**erforderlich bis 10.03.2015**

beim **AK**-LV Berlin e.V.

- Telefon: (030) 86 39 57 01 (AB)
- Email: [info@apk-berlin.de](mailto:info@apk-berlin.de)  
*Betreff: Anmeldung Psychoedukation*

*Wir danken der AOK für die Förderung.*