



2024



EINLADUNG



LOKO
LERNEN IN OFFENER KOOPERATION

Für Menschen mit psychiatrischer Krisenerfahrung
und ihre Angehörigen

vielstimmig – transparent – selbstbestimmt

Lernen in offener Kooperation

Beim **L**ernen in **o**ffener **Ko**operation 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.

25. April 2024

Von der Klinik ins Leben

Wegweiser im Versorgungsdschungel



30. Mai 2024

Offene Begegnungsräume

für neue Ideen und Kontakte



27. Juni 2024

Erste Hilfe, richtige Hilfe?

mögliche Anlaufstellen in
Krisensituationen



25. Juli 2024

Medikamente reduzieren und absetzen

Chancen und Risiken

29. August 2024

Behandlungsvereinbarungen

Wahlfreiheiten in der Behandlung

26. September 2024

Workshop: In Krisen handlungsfähig bleiben

Krisenplan 1

31. Oktober 2024

Workshop: In Krisen handlungsfähig bleiben

Krisenplan 2

Organisatorisches

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

Die Teilnahmeplätze sind beschränkt.

Veranstaltungsort und Termine

Wo?

Tagesklinik (Haus 150, Klinkerbau)

Wann?

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

LOKO-Projektverantwortung

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

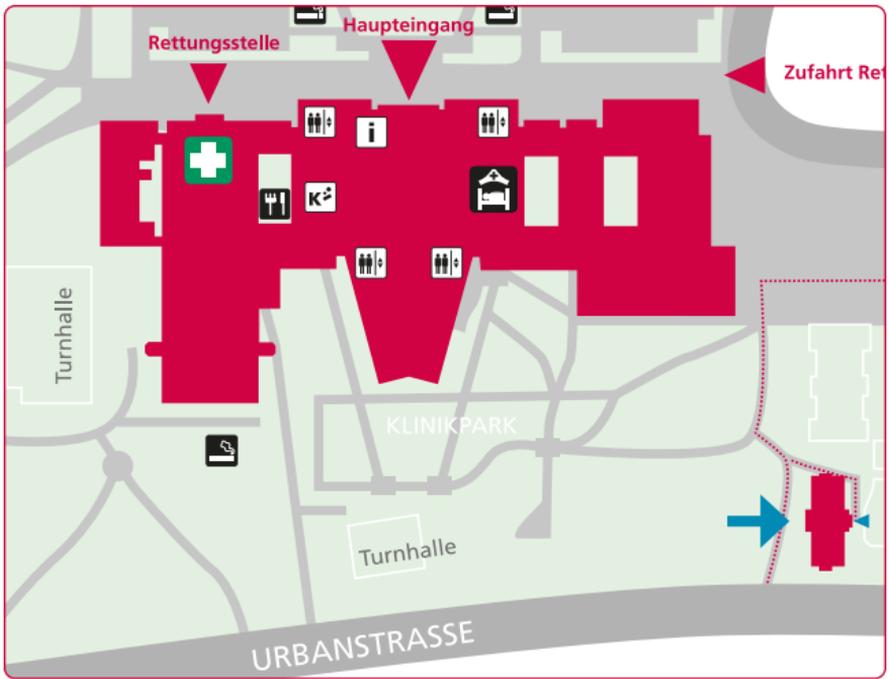
Konzeptionelle Begleitung

Emilio Velásquez (Stellvertretender Pflegedirektor)

Unsere Kooperationspartner 2024



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



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

**Bitte den Eingang auf das Gelände über die Urban-
 straße nutzen. Die Tagesklinik befindet sich rechts.**



Kliniken für Psychiatrie, Psychotherapie
 und Psychosomatik mit

FRITZ am Urban
 Frühinterventions- und
 Therapiezentrum

&

soulspace



**Vivantes Klinikum Am Urban und
 Vivantes Klinikum im Friedrichshain**
 Akademisches Lehrkrankenhaus der Charité
 – Universitätsmedizin Berlin
 Dieffenbachstraße 1
 10967 Berlin

vivantes.de/kau