



Berliner Krisendienst  
Region Ost



## FACHVERANSTALTUNG

im Rahmen der Woche  
der Seelischen Gesundheit 2015  
Freitag, 16.10.2015

### *Achtsam mit mir – achtsam mit Anderen*

- 09:00 Uhr **Begrüßung und Einführung**  
A. Ruf, Krisendienst Region Ost
- 09:10 Uhr **Interaktiver Eingangsvortrag:**  
*Achtsam - weil ich es mir wert bin.*  
*Die Grundlagen der Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)*  
Dr. R. Burian, KEH, Abteilung für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik
- 10:40 Uhr **Pause**
- 11:10 Uhr **Drei parallele Workshops**  
*Achtsamkeit in der Hospiz- und Trauerarbeit*  
K. Kurzke, Koordinatorin des Malteser Hospizdienstes  
*Bedeutung von Achtsamkeit im trialogischen Kontext*  
C. Liebers und TeilnehmerInnen des Psychoseseminars Marzahn-Hellersdorf, Lebensnähe e.V. und ASH  
*Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion*  
C. Bock, Achtsamkeitstrainerin, Vista gGmbH
- 12:30 Uhr **Erfahrungsaustausch und Berichte aus den Workshops im Plenum**
- 12:45 Uhr **Zusammenfassung, Verabschiedung**  
A. Ruf, Krisendienst Region Ost
- 12:55 Uhr **Trommel-Rhythmen**  
Die Schlagfertigen, Pinel gGmbH

### Veranstaltungsort:

10365 Berlin, Schottstraße 6  
Haus des evangelischen Kirchenkreises Lichtenberg – Oberspree,  
im Konferenzraum von La Cafeteria

Sie erreichen uns mit der U-Bahnlinie U5  
bis U-Bahnhof Magdalenenstraße, Ausgang Alfredstraße,  
dann ca. 350 m Fußweg bis zur Schottstraße 6.

Die Teilnahme ist kostenlos.  
Um eine Anmeldung unter  
[region.ost@berliner-krisendienst.de](mailto:region.ost@berliner-krisendienst.de)  
oder  
**030-39063710**  
bis zum 30.09.2015 wird gebeten.

**Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!**



Berliner Krisendienst Region Ost  
Irenenstraße 21a  
10317 Berlin-Lichtenberg

