



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
oder
030-39063710
bis zum 30.09.2015 wird gebeten.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!



Berliner Krisendienst
Region Ost

Berliner Krisendienst Region Ost
Irenenstraße 21a
10317 Berlin-Lichtenberg

