

Woche der Seelischen Gesundheit 2017

Sonnabend, 14.10.2017

# Ich krieg 'ne Krise – **ich weiß mir zu helfen!**



Wie Menschen  
mit Beeinträchtigungen  
mit Krisen umgehen

WAS HILFT,  
wenn es uns schlecht geht?

WER HILFT uns?

WAS können wir TUN,  
damit es wieder besser wird?



**Berliner Krisendienst**

Auch Menschen mit  
Beeinträchtigungen haben Krisen.  
Krisen sind schwierige Situationen.  
Darüber wollen wir reden und  
voneinander lernen.

Das Programm ist bunt:

- Gespräche
- Rollenspiele
- ein Markt der Ideen zum Ausprobieren
- Trommeln
- Entspannung in großer Runde

**Sonnabend, 14.10.2017,  
10–14 Uhr**

Rathaus Treptow  
Neue Krugallee 2–6, 12435 Berlin  
Großer Sitzungssaal

S-Bahn: S8, S85, S9; Bahnhof Plänterwald (barrierefrei)  
Bus: 166, 167, 26w5; Haltestelle Rathaus Treptow

**Um Anmeldung wird gebeten unter [b.fraenkel@berliner-krisendienst.de](mailto:b.fraenkel@berliner-krisendienst.de).**

Organisation: Berliner Krisendienst  
[www.berliner-krisendienst.de](http://www.berliner-krisendienst.de)

Unter Mitwirkung von Peer-Beratern und Klienten der  
Lebenshilfe sowie der Trommelgruppe der Starthilfe



**Berliner Krisendienst**