



EINLADUNG

Angehörigenworkshop

Liebe Angehörige,

von einer bipolaren Erkrankung ist die gesamte Familie betroffen. Sie als Angehörige*r fragen sich besorgt, wie die Symptomatik der Erkrankung zu verstehen ist, welche Risiken damit verbunden sind und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt.

Vor allem fragen Sie sich, was Sie selbst tun können, um zu helfen. Sie benötigen Unterstützung im Umgang mit den verschiedenen Episoden der bipolaren Störung. Gleichzeitig geht es auch darum, die eigenen Grenzen zu ziehen und die Selbstfürsorge nicht zu vernachlässigen. Eine Balance zwischen Sorgen und Kümern um Angehörige und Selbstfürsorge zu finden, ist dabei besonders wichtig.

Unsere Veranstaltung am 29. November 2023 soll Sie dabei unterstützen. Im Rahmen von zwei Workshops erhalten Sie Informationen und Strategien zum Umgang mit depressiven und manischen Episoden. Hier werden wir auch auf die Nützlichkeit von Krisenplänen eingehen. In einem dritten Workshop geht es um Ihre Möglichkeiten und Grenzen als Angehörige. Wir wollen Sie dabei unterstützen, mit den eigenen Kräften hauszuhalten und auf die Selbstfürsorge zu achten.

Wir freuen uns auf Sie!

Mit herzlichen Grüßen,
Ihre Prof. Dr. S. Krüger, Dr. R. Pietsch, Dr. Y. Zeisig und
das Bipolar-Team des Ambulatoriums Seelische Gesundheit
Standort Waldstraße

WANN? 29. November 2023,
15:00 – 17:30 Uhr

WO? Ambulatorium
Seelische Gesundheit,
Konferenzraum
(Raum 80)

bipolaris
Manie & Depression Selbsthilfevereinigung
Berlin-Brandenburg e. V.



Programm

15:00 Uhr

Begrüßung und Einführungsvortrag

15:15 Uhr

Workshops (jeweils ca. 40 Minuten)

- Umgang mit depressiven Patient*innen
- Umgang mit manischen Patient*innen
- Selbstfürsorge für Angehörige

17:15 Uhr

Abschluss und Ausklang

Referentinnen

Dr. Yvonne Zeisig

Psychologische Psychotherapeutin
Leitende Psychotherapeutin des Departments für seelische Gesundheit, Vivantes Humboldt-Klinikum

Sabrina Lux

Psychologische Psychotherapeutin
Psychologische Leitung der Tagesklinik für Bipolare Störungen am Department für seelische Gesundheit, Vivantes Humboldt-Klinikum

Bettina Schapitz-Hevecke

Fachkrankenschwester für Psychosomatik und Psychotherapie in der Tagesklinik für Bipolare Störungen am Department für seelische Gesundheit, Vivantes Humboldt-Klinikum



Wie komme ich zur Waldstraße 86–90, 13403 Berlin?

Bus 322 Waldstraße/Gewerbegebiet

S25 Eichborndamm und Karl-Bonhoeffer-Nervenklinik

U8 Karl-Bonhoeffer-Nervenklinik

Vivantes Humboldt-Klinikum

Ambulatorium Seelische Gesundheit

Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik – Tagesklinik

Waldstraße 86 – 90 | 13403 Berlin

vivantes.de/huk



Folgen Sie uns auf:



[instagram.com/vivantes.berlin](https://www.instagram.com/vivantes.berlin)

[facebook.com/vivantes](https://www.facebook.com/vivantes)

twitter.com/vivantes