



Titelgrafiken: © AKS / Fotolia.com (2) - Karte: © 2013 www.openstreetmap.org

↘ Kosten

Im Gesamtbetrag sind enthalten:

- 2 Übernachtungen im DZ
- Verpflegung von Freitag 13.00 bis Sonntag 15.00 Uhr
- Pausencatering
- Seminargebühren

Bei Anmeldung und Bezahlung
bis **28.2.2013:**

144,00 € DGBS-Mitglieder
162,00 € Nichtmitglieder

ab **1.3.2013:**

160,00 € DGBS-Mitglieder
180,00 € Nichtmitglieder

Aufpreis für Übernachtung im EZ: 5 € / Nacht

Bitte benutzen Sie für die Anmeldung das beiliegende Formular und senden Sie dieses vollständig ausgefüllt an

DGBS e.V.
Postfach 800130
21001 Hamburg

Fax. 040 - 85 40 88 84
E-Mail: info@dgbs.de

Bitte überweisen Sie die Teilnahmegebühr spätestens bis zum 15. April 2013 auf das Konto der DGBS, Stichwort Intensivseminar für Angehörige

Konto 0005031826, BLZ 20090602
Deutsche Apotheker- und Ärztebank, Hamburg

↘ Veranstalter

Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen e.V. (DGBS)

www.dgbs.de

Geschäftsstelle Hamburg
E-Mail info@dgbs.de
Telefon 0700 - 333 444 54 (12 ct./min. aus dem dt. Festnetz)

Weitere Informationen:

Barbara Wagenblast
Angehörigenvertreterin der DGBS
Telefon 07731 - 794 869

Bitte beachten Sie folgende Bedingungen:

- Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, es gilt die Reihenfolge der Anmeldungen.
- Nach Eingang der Teilnahmegebühr erhalten Sie eine Bestätigung.
- Bei Stornierung nach dem 15. April werden 50% der Teilnahmegebühr einbehalten.
- Bei kurzfristiger Absage durch den Veranstalter aufgrund zu geringer Teilnehmerzahl werden sämtliche Teilnahmegebühren umgehend zurück erstattet.
- **Haftung**
Für Verluste, Unfälle oder Schäden, gleich welchen Ursprungs, an Personen und Sachgegenständen haftet der Veranstalter nicht.
- Teilnehmer nehmen auf eigene Verantwortung an dem Seminar teil.
- Gerichtsstand bei Streitigkeiten ist Hamburg.

↘ Veranstaltungsort

Evangelische Tagungsstätte Hofgeismar
Gesundbrunnen 8-11
34362 Hofgeismar

Telefon: 05671 / 881-0
E-Mail: tagungsstaette.hofgeismar@ekkw.de
Internet: www.tagungsstaette-hofgeismar.de

↘ Referenten

Fachliche Gesamtleitung:
Frau Gyongyver Sielaff, Dipl.-Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin, Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf
und weitere Referenten

↘ Moderation

Barbara Wagenblast, 2. stellvertr. Vorsitzende der DGBS,
Angehörigenvertreterin
und weitere erfahrene Angehörige

↘ Teilnehmer

ausschließlich Angehörige, Freunde und Vertrauenspersonen von bipolar Erkrankten. Sie sollten bereits Grundkenntnisse über das Krankheitsbild haben, sei es durch Besuch eines früheren DGBS-Seminars, einer Selbsthilfegruppe, der DGBS-Tagungen oder durch Selbststudium.

3. – 5. MAI 2013

**Intensivseminar für
Angehörige von
bipolar Erkrankten**

**Ev. Tagungsstätte Hofgeismar
bei Kassel**

Mit freundlicher Unterstützung der



MANIE & DEPRESSION

Der alltägliche Spagat zwischen „Helfen“ und „eigene Grenzen setzen“

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Angehörige!

Von einer Bipolaren Störung sind in Deutschland mehr als zwei Millionen Menschen betroffen. Doch nicht nur sie leiden unter der Krankheit, sondern auch ihre Angehörigen. Der alltägliche Spagat zwischen „Helfen“ und „eigene Grenzen setzen“ ist erfahrungsgemäß ein lebenslanger Kraftakt.

Aus diesem Grund bietet die DGBS seit vielen Jahren Seminare für Angehörige an, die inzwischen von über 400 Teilnehmern besucht wurden.

In diesem Seminar bietet sich nun die Möglichkeit, in Kleingruppen wichtige Themen intensiv zu bearbeiten. Auch werden wir uns zeitweise bezüglich der jeweiligen Angehörigenbeziehung aufteilen.

Wir werden nach Möglichkeiten der emotionalen Bewältigung suchen und dem Auffinden eigener Ressourcen Zeit widmen.

Wir achten auf ein ausgewogenes Angebot zwischen Informationsvermittlung, Gruppenarbeit und Austauschmöglichkeit zwischen den Teilnehmern.

Das wunderbare Ambiente der Tagungsstätte bietet uns Möglichkeiten, die theoretischen Impulse von Angeboten des „Kraftschöpfens“ gleich vor Ort praktisch auszuprobieren.

Wir freuen uns, wenn wir Sie in Hofgeismar begrüßen dürfen.

Im Namen des gesamten Teams

Barbara Wagenblast

Programm Intensivseminar für Angehörige von bipolar Erkrankten

Freitag, 3. Mai 2013

ab 13.00 Uhr Eintreffen
Imbiss

14.30 Uhr Begrüßung

Vortrag: Rechte von Angehörigen und Patienten
Referent NN

Vortrag: Vorsorge

- Krisenpass
- Vorsorgevollmacht
- Vereinbarung Patient/Ang.
- Behandlungsvereinbarung

Referentin B. Wagenblast

Kaffeepause

Austausch / Diskussion

Kleingruppen

Ergebnisse der Gruppenarbeit im Plenum

18.30 Uhr *Abendessen*

Verschiedene Angebote zur Erholung und zum Ausprobieren

- Gespräche
- Singen
- Tanzen
- Laufen / Walken
- DVD-Filme mit bipolaren Themen

Samstag, 4. Mai 2013

bis 9.00 Uhr *Frühstück*

Referentin aller Vorträge: G. Sielaff

Vortrag: Wenn die ganze Familie Achterbahn fährt,
wie geht es den Kindern, Partnern, Eltern,
Freunden?

Kleingruppen

Kaffeepause

Vortrag: In der Achterbahn der Gefühle
mitgefangen

Mittagessen

Vortrag: Immer reden oder nur noch schweigen,
Kommunikation in Familien

Kleingruppen

Kaffeepause

Vortrag: Selbstbewusst und informiert,
Umgang mit Behandlern und Institutionen

Kleingruppen

Auswertung aller Erfahrungen

17.00 Uhr Angebote zur Entspannung

18.30 Uhr *Abendessen*

Gemütliches Beisammensein im Bierkeller

Sonntag, 5. Mai 2013

bis 9.00 Uhr *Frühstück*

Vortrag: Grenzen erkennen - Kräfte bündeln,
Angehörige zwischen Mitgefühl und
Überforderung

Kleingruppen

Kaffeepause

Berichte der Gruppen im Plenum:
Wie habe ich es geschafft, diese Situationen zu
meistern? Was hat mir geholfen?

Mittagessen

Vortrag über Selbsthilfegruppen
H. Giesler, R. Gielen

Informationen über diverse Angebote der Deutschen
Gesellschaft für Bipolare Störungen e.V. (DGBS)
J. Stolpp

Feedback und Abschluss

14.30 *Abschiedskaffee*

Kurzfristige
Programmänderungen
vorbehalten