

## Gruppen außerhalb der KIS-Standorte

- **CoDA – Co-Dependents Anonymous – english meeting**  
Treffen: Freitag | 18.00 - 19.15 Uhr | Kiezladen Zusammenhalt, Dunckerstraße 14, 10437 Berlin
- **Jung und Abstinenz in Berlin**  
Anlaufpunkt für junge Suchtkranke, die Interesse an Theater und Kultur haben.  
Treffen: Donnerstag 16.30 Uhr | Zentrum danziger50, 10435 Berlin, Seminarraum im Dach  
www.jaberlin.weebly.com
- **Tara – kreative Frauen – Malgruppe für Frauen mit Krebserkrankungen**  
Treffen: 1. und 3. Mittwoch | 16:00 – 19:00 Uhr | Kunstwerkstätten Prenzlauer Berg, Danziger Str. 101, 10405 Berlin | bitte anmelden
- **Überlebenskünstlerinnen**  
Offene Selbsthilfegruppe für Frauen, deren Kindheit durch die Suchterkrankung der Eltern geprägt war.  
Treffen: i.d.R. monatlich an einem Freitag | 17.00 Uhr [genaue Termine bitte erfragen](#) | Frauenladen Paula in Weißensee, Langhansstraße 141, 13086 Berlin

## Selbsthilfegruppen in Gründung

- **Angehörige von Depressionserkrankten**
- **Kontaktabbruch zur Familie**

Weitere Informationen erhalten Sie beim KIS Team.

## Veranstaltungen der KIS

- **Unterstützungsangebote für Menschen mit psychischen Erkrankungen**  
Neben ärztlicher, therapeutischer Versorgung und der Selbsthilfe gibt es noch vielfältige Unterstützungsmöglichkeiten für Menschen mit psychischen Erkrankungen und ihre Angehörigen.  
  
Wir möchten Ihnen einige davon gerne vorstellen und laden Sie zu vier informativen Veranstaltungen ein:  
  
**Wann:** jeweils um 18.00 Uhr  
**Anmelden:** 030 - 499 8709 10 oder [kis@hvd-bb.de](mailto:kis@hvd-bb.de)
- **25. September: Zugangswege in die Psychotherapie**  
Dipl.Psych. Imke Wilkens
- **16. Oktober: Tagesklinken – Wie erfolgt die Aufnahme und was passiert dort?**  
Frau Trotzky, Tagesklinik Pankow – Alexianer
- **23. Oktober: Albatros gGmbH stellt zwei Projekte vor: Kontakt- und Beratungsstelle Pankow und die Tagesstätte Weißensee**  
Dr. Flögel, KBS Pankow  
Frau Blaschek und Herrn Graef, Beschäftigungstagesstätte Pankow
- **06. November: Sozialpsychiatrischer Dienst Pankow – Aufgaben und Hilfsangebote des SpD**  
Dr. med, dipl. Psych. Detlev E. Gagel

- **Leben mit der Hochsensibilität**  
Ein guter Umgang mit Reizüberflutung sowie das Kennenlernen und Einschätzen der eigenen Ressourcen sind für Hochsensible essenziell. An diesem Abend haben Sie die Gelegenheit zahlreiche praktische Tipps von der erfolgreichen Autorin Dr. Suzann Kirschner-Brouns zu erhalten und mit anderen Gleichgesinnten persönliche Erfahrungen auszutauschen.  
**Wann:** Mittwoch, 27.9. und 11.10. | 18.00 Uhr  
**Wer:** Dr. Suzann Kirschner-Brouns

- **Depression im Alter – erkennen und behandeln**  
Depressionen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen des höheren Lebensalters, jedoch bleiben sie oftmals unerkannt. Informationen über Symptome, Formen, Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten. Für Betroffene sowie Angehörige!  
**Wann:** Donnerstag, 12.10. | 15.00 - 16.30 Uhr  
**Anmeldung:** 030-499 87 09 11 oder [pflgeengagement@stz-pankow.de](mailto:pflgeengagement@stz-pankow.de)  
In Zusammenarbeit mit der Kontaktstelle PflegeEngagement Pankow  
**Wer:** Dr. med. Rene Köckemann, Oberarzt, Klinik für seelische Gesundheit im Alter und Verhaltensmedizin

- **Selbstfürsorge und Selbstbehauptung bei Depressionen, Ängsten und Stimmungsschwankungen – ein Kurs für Frauen**  
Was überfordert mich? Was ist heilsam für mich? Diese zentralen Fragen werden in diesem Workshop individuell beleuchtet und in Selbstwahrnehmungsübungen vertieft.  
**Kosten:** Die Teilnehmergebühren werden von der KIS übernommen!  
**Wann:** Montag, 13.11. u. 27.11. | 18.00 - 21.00 Uhr  
**Wer:** Rike Schulz, Dipl. Päd, systemische Therapeutin, Wendo-Trainerin

Einen Flyer mit genauen Informationen zu den einzelnen Terminen erhalten Sie gern bei der KIS. Für alle Angebote bitten wir um **Anmeldung**. Sofern nicht anders ausgewiesen, finden alle Veranstaltungen im **Stadtteilzentrum Pankow** statt.

## Selbsthilfe entdecken

Das zentrale Anliegen der KIS – **Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe** ist es, interessierte Menschen über Möglichkeiten und Angebote der Selbsthilfe zu informieren und sie in ihrem Engagement auf dem Weg zu mehr Lebensqualität zu unterstützen.

KIS ist eine von zwölf regionalen Selbsthilfekontaktstellen in Berlin. Wir machen uns stark für die Selbsthilfe im **Großbezirk Pankow**, beraten Einzelpersonen, begleiten die Gründung und den Aufbau von Gruppen, unterstützen bestehende Selbsthilfegruppen und vermitteln Kontakte zwischen professionellen Helfer\_innen und Selbsthilfegruppen.

Dazu bieten wir Gruppenräume an zwei Standorten an, die Bestandteil des **Stadtteilzentrums am Teutoburger Platz** im Prenzlauer Berg und des **Stadtteilzentrums Pankow** sind. In Pankow befindet sich auch unser Büro. An diesem Standort führen wir regelmäßig **Informationsveranstaltungen** zu gesundheitlichen und psychosozialen Themen durch.



KIS ist ein Projekt des Humanistischen Verbandes Deutschlands Berlin-Brandenburg e.V. und Mitglied bei selko e.V., dem Dachverband der Berliner Selbsthilfekontaktstellen. KIS wird gefördert von der Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales und von der Arbeitsgemeinschaft der Berliner Krankenkassen und Kassenverbände.



Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales



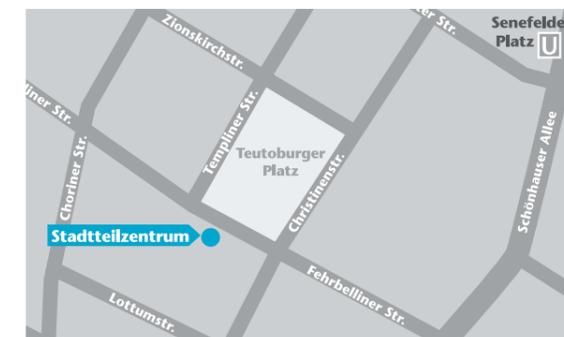
### Büro und Gruppenräume im Stadtteilzentrum Pankow

Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin  
Katarina Schneider und Jacqueline Pitro  
Sprechzeiten:  
Montag und Mittwoch 15.00 – 18.00 Uhr  
Donnerstag 10.00 – 13.00 Uhr  
Tel: 030 - 499 8709 10  
[kis@hvd-bb.de](mailto:kis@hvd-bb.de), [www.kisberlin.de](http://www.kisberlin.de)



### KIS-Gruppenraum im Stadtteilzentrum am Teutoburger Platz

Fehrbelliner Straße 92, 10119 Berlin



Selbsthilfe-  
gruppen und  
Veranstaltungen  
in der KIS  
Juli bis Dezember 2017