

# Dialog zum Umgang mit Emotionen

## Austausch Betroffene, Angehörige und Fachleute

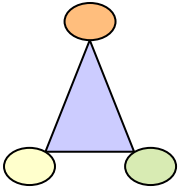
Wie gehen Menschen mit psychischer Erschütterung/ emotionaler Instabilität, mit ihren intensiven Emotionen um?

Wie gehen die Angehörigen damit um? Und wie mit ihren eigenen Emotionen?

Was ist die Meinung der Fachleute?

**Start am 7. Januar 2021, UPD Bern Murtenstrasse 21**

**Zeit 19.00 – 20.45 Uhr**



**Was will der Trialog?** Betroffene, Angehörige und Fachleute haben unterschiedliche Perspektiven auf eine Erkrankung, deren Behandlung, Schwierigkeiten und Chancen. Mit dem Trialog soll die Möglichkeit der Begegnungen und des gleichberechtigten Austausches geschaffen werden. Ziel ist es, durch den Erfahrungsaustausch voneinander zu lernen.

**Wie läuft der Trialog ab?** Der Trialog ist eine Veranstaltungsreihe über ein Semester. Die Treffen finden am ersten Donnerstag im Monat statt. Jeder Abend widmet sich einem anderen Thema. Die Themen werden am ersten Abend festgelegt.

**Wo und Wann?** Der Trialog findet jeden ersten Donnerstag im Monat statt, jeweils um 19.00 – 20.45 Uhr an der Murtenstrasse 21, UPD Bern.

**Daten:** 7. Jan./ 4. Feb./ 4. März/ 1. Apr./ 6. Mai/ 3. Juni/ 2. Sept./ 7. Okt./ 4. Nov. 2021

### **Anmeldung und Auskunft**

Eine Anmeldung ist erwünscht: Frau Momo Christen, Tel: 079 699 44 89, momo.christen@bluewin.ch  
Frau Daniela Iff, Tel: 078 662 18 76, daniela.iff@bluewin.ch