

## PRESSEMITTEILUNG

### Psyche Inklusiv: Was hält uns (psychisch) gesund? am Donnerstag, den 13.07.2023 in Rostock

Die Veranstaltung „Psyche Inklusiv“ ist gerichtet an Menschen mit psychischen Erkrankungen, Angehörige sowie Freunde von Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen und Interessierte, die sich über die Lebenswelten von psychisch Erkrankten informieren wollen.

Am Donnerstag, den 13.07.2023, widmen wir uns dem Thema „Was hält uns (psychisch) gesund?“. Dabei gehen wir darauf ein, was Menschen in akuten Krankheitsphasen, aber auch in Zeiten stabiler Phasen unterstützend und präventiv beitragen können. Das Publikum wird aktiv an der Thematik beteiligt.

Diese Veranstaltung gehört zum „sensiblen Raum“, in dem persönliche Erfahrungen ausgetauscht werden. Teilnehmende stimmen einer würde- und respektvollen sowie gewalt- und diskriminierungsarmen Umgangsweise vor, während und nach der Veranstaltung zu.

Wer organisiert diese Veranstaltung?

Diese Veranstaltungsreihe wird inhaltlich vom Verein EX-IN Mecklenburg-Vorpommern e. V. organisiert. Der Verein Soziale Bildung e. V. stellt im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Politischer Donnerstag“ Räumlichkeiten und Technik zur Verfügung.

EX-IN, vom englischen Experienced Involvement, bedeutet Beteiligung von Erfahrenen, genauer gesagt Krisenerfahrene, Erfahrene von psychischen Beeinträchtigungen und Erkrankungen helfen und begleiten andere erkrankte Menschen. Dazu wurde eine Weiterbildung für Psychiatrie-Erfahrene Menschen entwickelt. In der EX-IN-Weiterbildung beschäftigen sich die Teilnehmer\*innen damit, wie ihre Krise ausgelöst wurde, wie sie sie erlebten und was sie von innen und außen unterstützt hat. Zudem lernen sie, wie sie andere in Krisenzeiten begleiten und unterstützen können.

Wir freuen uns auf ein breit aufgestelltes Publikum, das durch dieses gemeinsame Erlebnis den Erfahrungs- und Wissensschatz erweitern will.

Veranstaltungsort: Peter-Weiss-Haus in der Doberaner Straße 21, 18057 Rostock  
13.7.2023 um 19:00 Uhr

Ihr EX-IN Mecklenburg – Vorpommern e. V.

Ansprechpartner:

Christian Kaiser, Genesungsbegleiter und Projektmitarbeiter „Genesungsbegleitung in M-V“

Mail: [christian.kaiser@ex-in-mv.de](mailto:christian.kaiser@ex-in-mv.de) oder [genesungsbegleitung@ex-in-mv.de](mailto:genesungsbegleitung@ex-in-mv.de)