

# PSYCHE INKLUSIV am 5. Oktober 2023

Im Rahmen der  
Wochen der seelischen Gesundheit  
und als Teil der Veranstaltungsreihe  
Politischer Donnerstag der Sobi e.V.



# THEMA

# Der Angst das Gewicht nehmen



Doberaner Str. 21  
18057 Rostock

Kartenraum  
19-21:30 Uhr



**EX-IN** Experten durch Erfahrung<sup>®</sup>  
in der Psychiatrie  
EX-IN Mecklenburg-Vorpommern e.V.

EX-IN ist die englische Abkürzung für „Experienced Involvement“ und bedeutet "Beteiligung Erfahrener mit psychischen Erkrankungen und Behinderungen" im sozialen Bereich und in der Arbeitswelt.

## Programm

**19 Uhr**

**Vorstellung des "sensiblen Raums"**  
**Wünsche und Anregungen für die Veranstaltung**  
**Persönliche Vorstellung der Referenten**  
Nicole Heyden und Michelle Storch

**19:15 Uhr**

**Präsentation »Der Angst das Gewicht nehmen« und**  
**Publikumsgespräch zum Thema**  
Christian Kaiser und Somajjah Ahmadi

**19:45 Uhr**

**Pause**

**20:00 Uhr**

**"Von Herz zu Herzen - Deine Stimme, Dein Weg"**  
Angebot zum Mitmachen von Birgit Kunz

**20:30 Uhr**

**Pause**

**20:40 Uhr**

**"Der Erfahrungszirkel" zum Thema**  
Somajjah Ahmadi und Robert Illner

**20:50 Uhr**

**Austausch und Gesprächsrunde**  
Nicole Heyden

**21:10 Uhr**

**Feedbackrunde und**  
**Verabschiedung**



**Veranstaltungsreihe: PSYCHE INKLUSIV**  
**Thema: "Der Angst das Gewicht nehmen"**

Referenten: Christian Kaiser, Somajjah Ahmadi, Robert Illner, Birgit Kunz  
Moderation: Nicole Heyden, Christian Kaiser & Michelle Storch



**Raum für gewalt- und diskrimierungsarme Umgangsweisen**

Alle Veranstaltungen gehören zum "sensiblen Raum", in dem persönliche Erfahrungen ausgetauscht werden. Teilnehmende stimmen einer würde- und respektvollen sowie gewalt- und diskrimierungsarmen Umgangsweise vor, während und nach den Veranstaltungen zu.