

## Pressemitteilung

26. November 2009

### **Expertenchat: „Wenn die Seele schlapp macht – Krisen als Chance“**

*Am Dienstag, 15. November, beantwortet Diplom-Pädagoge und Krisenberater Ekkehard Stein von 20:00 bis 21:30 Uhr online Fragen zum Thema „Krisen als Chance“ – im Expertenchat der BERGISCHEN. Das Angebot ist für alle Interessenten offen.*

**Solingen.** Krise – Verzweiflung? Panik? Das muss nicht sein. Krisen haben auch positive Seiten: Beispielsweise können sie den Weg zu neuen Erkenntnissen oder einer veränderten Lebenseinstellung bereiten oder ungekannte Fähigkeiten hervorbringen. Der griechische Ursprung des Worts – krisis – beschreibt diese „schwierige Situation“ und diesen „Wendepunkt“. Aber wie ergreifen Betroffene eine solche Chance, wenn ihre Situation ausweglos erscheint?

Der nächste **Expertenchat der BERGISCHEN** gibt Antworten zu diesem Thema. Wer in einer Krise steckt, Unterstützung benötigt oder wissen möchte, wie er aus seinen Schwierigkeiten Kraft und Nutzen schöpfen könnte, dem steht

**am 15. Dezember von 20:00 bis 21:30 Uhr**

der diplomierte Pädagoge Ekkehard Stein zur Verfügung. Mit den Schwerpunkten Diagnose und Beratung arbeitet Stein in der Beratungsstelle Evangelischer Gemeindedienst – Innere Mission Bielefeld e.V. Zudem ist er Onlineberater bei der Krisenberatung im Netz – Hilfe in Lebenskrisen und für Suizidgefährdete. Unter anderem ist er in der psychodynamisch-imaginativen Traumatherapie qualifiziert.

Das Chat-Angebot mit unserem Experten ist anonym, kostenlos und vertraulich. Um mitzuchatten (oder einfach mitzulesen), müssen sich Interessenten weder registrieren noch technische Vorkehrungen treffen. Sie erreichen den Chat über das Online-Portal der BERGISCHEN: [www.bergische.portal-gesundheitonline.de](http://www.bergische.portal-gesundheitonline.de).

#### **Für Rückfragen aus den Redaktionen:**

**DIE BERGISCHE** Krankenkasse  
Tonia Sorrentino  
Heresbachstr. 29  
42719 Solingen

Tel.: 0212 2262-146  
Fax: 0212 2262-5146

E-Mail: [tonia.sorrentino@die-bergische-kk.de](mailto:tonia.sorrentino@die-bergische-kk.de)

Zeichenzahl: 1.481 (ohne Leerzeichen)

**Zur Veröffentlichung freigegeben bis einschließlich  
15. November 2009**