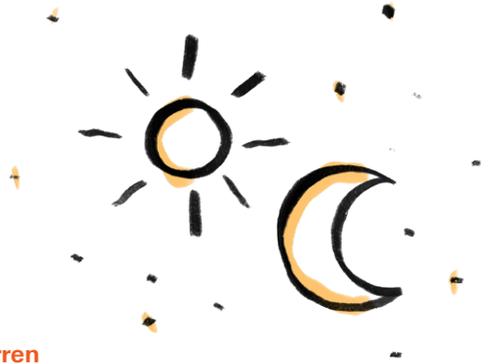


«Einführung in die kognitive Verhaltenstherapie der Insomnie (KVT-I)» Workshop am 17. & 18. November 2023

Eine Veranstaltung des interdisziplinären
Schlaf- und Chronomedizinischen Zentrums
der Basler Universitätskliniken am Standort
der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel.





Sehr geehrte Damen und Herren Liebe Kolleginnen und Kollegen

Ich freue mich, Sie auch in diesem Jahr wieder zu unserem bewährten Kurs «Einführung in die kognitive Verhaltenstherapie der Insomnie (KVT-I)» einzuladen.

Chronische Insomnie ist sowohl in der hausärztlichen als auch der fachpsychiatrischen und psychologischen Praxis ein häufiges Störungsbild. KVT-I ist gemäss internationaler Leitlinien Therapie der Wahl und auch bei komorbider Insomnie wirksam. Der Kurs vermittelt praxisnah Grundlagenfertigkeiten von KVT-I. Unsere Expert*innen gehen auch ein auf chronobiologische und spezielle Aspekte bei pädiatrischen Patient*innen sowie auf psychiatrische Komorbidität und Psychopharmakotherapie. «Akzeptanz- und Commitment-Therapie» (ACT), als Erweiterung der klassischen KVT, findet an den UPK breite Anwendung und lässt sich ebenfalls für die Therapie der Insomnie nutzen.

Es ist uns ein grosses Anliegen, mit diesem Workshop einen Beitrag zur Weiterentwicklung der Behandlungsmöglichkeiten von Insomnie zu leisten.

Mit freundlichen Grüssen

Dr. med. Helen Slawik

Oberärztin der UPK Basel und Co-Leiterin
des Zentrums für Schlaf- und Chrono-
medizin der Basler Universitätskliniken

Ihre Dozentinnen und Dozenten



Dr. rer. nat. Christine Blume

Klinische Psychologin und wissenschaftliche Mitarbeiterin, Zentrum für Chronobiologie, UPK Basel

Prof. Dr. med. Annette Brühl

Chefärztin, Zentrum für Affektive, Stress- und Schlafstörungen & Zentrum für Alterspsychiatrie, Professorin für Affektive Störungen, UPK Basel

Prof. Dr. sc. nat. Christian Cajochen

Leiter Zentrum für Chronobiologie, Transfakultäre Forschungsplattform der Universität Basel, UPK Basel

PD Dr. med. Alexandre Datta

Leitender Arzt, Leiter Epileptologie und Elektroencephalographie (EEG), Co-Leiter Zentrum für Schlafmedizin der Basler Universitätskliniken, UKBB

Dr. med. Dr. sc. med. Corrado Garbaza

Arzt, Zentrum für Affektive, Stress- und Schlafstörungen, und Wissenschaftlicher Mitarbeiter, Zentrum für Chronobiologie, UPK Basel

Dr. rer. nat. Anne Guhn

Leitende Psychologin, Zentrum für Affektive, Stress- und Schlafstörungen, UPK Basel

Dr. phil. Carolin Reichert

Klinische Psychologin und wissenschaftliche Mitarbeiterin, Zentrum für Chronobiologie, UPK Basel

Prof. Dr. rer. soc. Dieter Riemann

Leiter Abteilung Klinische Psychologie und Psychophysiologie, Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Freiburg i. Br., Deutschland

Dr. med. Jan Sarlon

Oberarzt, Zentrum für Affektive, Stress- und Schlafstörungen, UPK Basel

Dr. med. Helen Slawik

Oberärztin der UPK Basel und Co-Leiterin des Zentrums für Schlaf- und Chronomedizin der Basler Universitätskliniken

Programm

Freitag, 17. November 2023

9 bis 17 Uhr

- 9.00 Uhr **Begrüßung und Einführung**
Dr. med. Helen Slawik
- 9.15 Uhr **«Aktuelle Leitlinien zur Diagnostik und Therapie der Insomnie»**
Dr. med. Helen Slawik
- 10.45 Uhr **Pause**
- 11.00 Uhr **«Das aktuelle kognitiv-verhaltenstherapeutische Pathogenesekonzept der Insomnie»**
Prof. Dr. phil. Dieter Riemann
- 12.30 Uhr **Mittagspause**
- 13.30 Uhr **«Verhaltenstherapeutische Techniken der Insomniebehandlung»**
Dr. rer. nat. Christine Blume
- 15.00 Uhr **Pause**
- 15.30 Uhr **«Insomniebehandlung bei Kindern und Jugendlichen»**
PD Dr. med. Alexandre Datta
- 17.00 Uhr **Ende**



Programm

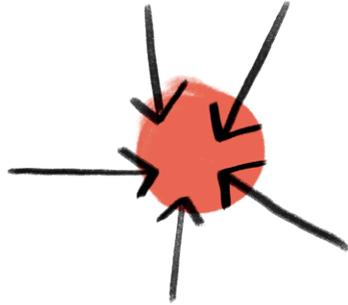
Samstag, 18. November 2023

9 bis 17 Uhr



9.00 Uhr	«Gesunder Schlaf und Chronobiologie» Prof. Dr. sc. nat. Christian Cajochen
10.00 Uhr	Pause
10.20 Uhr	«Chronotherapie bei Schichtarbeit, extremen Chronotypen und affektiven Störungen» Dr. med. Dr. sc. med. Corrado Garbazza
11.20 Uhr	Pause
11.30 Uhr	«Psychiatrische Differentialdiagnostik und Psychopharmakotherapie bei Insomnie» Dr. med. Jan Sarlon
12.30 Uhr	Mittagspause
13.30 Uhr	«Kognitive Techniken der Insomniebehandlung und Entspannungsverfahren» Dr. rer. nat. Anne Guhn
15.00 Uhr	Pause
15.30 Uhr	«Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT): Bausteine und Anwendungsmöglichkeiten bei Insomnie» Dr. phil. Carolin Reichert
16.45 Uhr	Zusammenfassung & Schlussworte Prof. Dr. med. Annette Brühl
17.00 Uhr	Ende

Wichtige Informationen



Ziel des Kurses

Praxisnahe Vermittlung von Grundlagenfertigkeiten im Bereich der KVT-I.

Zielgruppe

Ärzt*innen verschiedener Fachgebiete sowie Psycholog*innen in allen Ausbildungs-, Weiter- und Fortbildungsstufen.

Datum der Veranstaltung
17. & 18. November 2023

Ort der Veranstaltung
UPK Basel
Gebäude F, Raum FF.0.05
Wilhelm Klein-Strasse 27
4002 Basel

**2-Tageskurs in
Präsenz auf Deutsch**

Kosten

Kosten CHF 480.– für die Teilnahme am Zweitageskurs und Handouts. Volle Rückerstattung bei Ausfall der Veranstaltung, bei Rücktritt von der Teilnahme bis einen Monat vorher wird eine Bearbeitungsgebühr von CHF 50.- einbehalten.

Anmeldung & Kontakt

Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel (UPK)
Christine Haselbach, Sekretariat ZASS
+41 61 325 50 97
schlaf@upk.ch

Die Registrierung erfolgt nach Anmeldung und Überweisung der Teilnahmegebühr.



Wichtige Informationen

Teilnehmeranzahl

Mindestens 20, maximal 40 Personen

Anrechnung/Credits

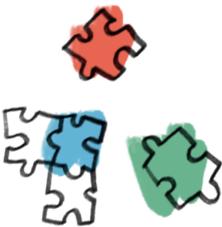
- › Der Kurs ist von der European CBT-I Academy anerkannt (Zertifikat European CBT-I practitioner, foundation level)
- › Als Fortbildungspunkte werden 12 Credits der SGPP vergeben
- › Der Kurs ist für den Fähigkeitsausweis Schlafmedizin anrechenbar (12 Credits der SGSSC)

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln

- › Mit dem Bus Nr. 36: Haltestelle «Im Wasenboden» oder «Luzernerring»
- › Mit dem Bus Nr. 50: Haltestelle «Friedrich Miescher-Strasse»
- › Mit dem Tram Nr. 3: Haltestelle «Felix Platter-Spital»
- › Mit der S-Bahn, Trinationale Linie TER: Haltestelle «Basel St. Johann»
- › Mit dem Auto: Autobahnausfahrt «Euro Airport».

Begrenzte, kostenpflichtige Parkmöglichkeiten vor dem Hauptgebäude der UPK, Wilhelm Klein-Strasse 27 oder neben der mesa, Friedrich Miescher-Strasse.

Eine ausführliche Wegführung finden Sie unter:
www.upk.ch/anfahrt



**Universitäre
Psychiatrische Kliniken
Basel**

Wilhelm Klein-Strasse 27
4002 Basel

Telefon +41 61 325 51 11
info@upk.ch
www.upk.ch