



# SELBSTHILFE

Die ALTERNATIVE zur Psychiatrie:

**LPE** *Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V.*

Herner Straße 406, 44 807 Bochum, Haltestelle Rensingstraße, ab November 2018  
Tel. 0234 / 640 5102 oder 0234 / 68 70 5552

[www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de](http://www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de)

## Offene Cafés

jeden Montag 15 Uhr bis 17.30 Uhr & jeden Freitag 14 bis 17 Uhr

## Selbsthilfegesprächsgruppe für Psychiatrie-Erfahrene

jeden Montag 17.30 Uhr bis 19.30 Uhr

## Gruppe für Junge (18-35) Psychiatrie-Erfahrene

jeden Dienstag 17.30 Uhr bis 19.30 Uhr

**Kunsttreff:** jeden Mittwoch 16 Uhr bis 18 Uhr

## Selbsthilfegruppe „Abtauchen“

**Versenkung:** Achtsamkeit, Tee, Reis, Meditation  
jeden Donnerstag 17.15 Uhr bis 19 Uhr

**Aktiventreffen** jeden 1. Mittwoch im Monat 18 Uhr

**Psychopharmaka Beratung** jeden Dienstag 10 - 13 Uhr & 14 - 17 Uhr 0234 / 640 5102

**Selbsthilfeberatung** des LPE NRW e.V. unter Tel. 0212 / 53 641

jeden Montag 14 Uhr 30 bis 17 Uhr & 19 Uhr bis 21 Uhr 30

## Stand Juni 2019

Gefördert durch die **Stiftung Wohlfahrtspflege  
NRW.**

