



SELBSTHILFE

Die ALTERNATIVE zur Psychiatrie:

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

Herner Straße 406, 44 807 Bochum, Haltestelle Rensingstraße

Tel. 0234 / 640 5102 oder 0234 / 70 890 520

www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de

Offene Cafés

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

Selbsthilfegesprächsgruppe für Psychiatrie-Erfahrene

jeden Montag 17.15 bis 18.45 Uhr

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

2.-5. Dienstag online von 17.30 bis 19.30 Uhr, 1. Dienstag hier

Gartengruppe Mittwoch ab 14 Uhr Treffen, ab 15 Uhr im Garten

Donnerstags Selbsthilfegarten-Tag Eltern und Kinder

jeden 1. Di im Monat Frauen/Inter*/Trans*-Café, Tel.: 01773462452

Achtsamkeitsgruppe: jeden Donnerstag ab 18.30 Uhr

Aktiventreffen/Plenum jeden 1. Mittwoch im Monat 18 Uhr

Hilfe bei PC-, Mail- und Internetproblemen: jeden Freitag 16 – 17 Uhr

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

Selbsthilfeberatung des LPE NRW Tel. 0221 / 964 768 75 jeden Mittwoch 16 bis 19 Uhr

Stand Juli 2022

Gefördert durch das [Land NRW](#).

