

SELBSTBESTIMMUNG & SELBSTVERTRETUNG !



Selbsthilfetag

**Samstag, 31. August 2024
von 10.30 bis 16.45 Uhr**

**Ev. Hochschule Rheinland-
Westfalen-Lippe,
Immanuel-Kant-Str. 18-20
44803 Bochum**

4 Haltestellen vom Bochumer Hbf

Eintritt, Kaffee und Kuchen frei!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!

Programm:

Moderation: Matthias Seibt (Bochum)

10.30 Begrüßung, Grußwort, Organisatorisches

Vorträge mit Diskussion:

10.50 Martin Lindheimer (Wuppertal) – Selbsthilfegruppen - Gemeinsam stark sein!

11.50 Vorstellung der Arbeitsgruppen

12.15 Mitgliederversammlung des LPE NRW

12.45 Mittagspause (Mittagessen muss selbst organisiert werden)

14.00 – 15.30 Parallele Arbeitsgruppen:

- 1) Martin Lindheimer (Wuppertal) – Der Aufbau einer Selbsthilfegruppe
- 2) Shrank Dernbach (Herne) – Augusto Boals Theater der Unterdrückten
- 3) Sabine Wolfrum (Essen) – Unser Engagement in der Besuchskommission
- 4) Tobias Thulke (Köln) – Stimmen Hören und Selbstbestimmung
- 5) Nadine Kuchenbrod (Bochum) – Im Hier und Jetzt durch Tanz
- 6) Heike Osten-Weber (Bonn) - Selbstverantwortung und Genesung
- 7) Matthias Seibt (Bochum) – Nutzen und Schaden von Psychopharmaka

15.30 Kaffeetrinken

16.10 Rückmeldung aus den Workshops

16.30 Schlusswort und Verabschiedung

Info: Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V., Anmeldung wäre nett bei
Vorstand@psychiatrie-erfahrene-nrw.de, 0234 / 640 50 84 hier Mitfahrgelegenheiten
(Auto und Bahn); alternativ 0234 / 70 890 520.

Fahrtkostenerstattung für (Gruppen von) Bedürftige/n billigste Möglichkeit, höchstens
Quer durchs Land-Ticket der Bahn AG. Nur auf vorherigen Antrag möglich.

Anfahrt: Ab Bochum Hbf Straba 302,305 odr 310 Ri Laer, Langendreer oder Witten bis H Mettestrasse.

Abfahrt: Um 16.47 RE16 Ri Hagen und Siegen, um 16.55 RE1 Ri Düsseldorf, Köln, Aachen, um 17.03
RE1 Ri Hamm. In Hamm Anschluss Ri Bielefeld und Münster.