

Selbsthilfe im Fokus

In dem Seminar wird **fundiertes Basis-Wissen zum Thema Selbsthilfe** vermittelt.

Die Referentin Martina Heland-Graef hat 30 Jahre als Krankenschwester in der Psychiatrie gearbeitet. Ihre Erfahrungen dort und ihr eigener Weg sich Selbsthilfe-Kontakte zu erschließen, werden thematisiert, um geeignete Methoden zur Suche und Anwendung der Selbsthilfe aufzuzeigen.

Sie geht auf die Theorie der Selbsthilfe ein, behandelt aber auch persönliche Fragen wie z.B. erfolgreiche Kontaktaufnahme der Selbsthilfe-Gruppen am Wohnort oder im Netz.

Selbst Mitglied des Bundesverbandes Psychiatrie Erfahrener, liegt ihr Schwerpunkt und politisches Engagement in der psychiatrischen Selbsthilfe.

Wer sich über Selbsthilfe nach psychischer Erkrankung informieren will oder eigene Erfahrungen beisteuern möchte, sollte sich rechtzeitig zum Seminar anmelden.



Samstag, 7. Juli 2018
von 10 – 17 Uhr

Ort: LPE-Anlaufstelle Westfalen, Wittener Str. 87 Bochum
Ca. 10 Minuten Fußweg vom Hauptbahnhof Bochum

Teilnahme, Snacks und Getränke sind kostenfrei. Teilnahme ist nur **nach Anmeldung bis zum 1.7.20162018** beim LPE NRW Doris Thelen unter Tel. 0241/9976831 oder per E-Mail an doris.thelen@psychiatrie-erfahrene-nrw.de möglich! Bitte per email anmelden. Für eine verbindliche Anmeldung sind vorab 10 € Anmeldegebühr, das sogenannte Reuegeld, auf das LPE NRW Konto zu überweisen, diese 10 € gibt es während des Seminars zurück – sonst nicht. Bankverbindung des LPE NRW: Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE98370205000008374900 BIC: BFSWDE33XXX

Die TeilnehmerInnenzahl ist auf 12 Menschen begrenzt. Ein Fahrtkostenzuschuss für Bedürftige -billigste Möglichkeit- kann nur bei der Anmeldung schriftlich beantragt werden.