

Worüber Psychiater nicht reden

Selbsthilfetag

**Samstag 28. März 2020
von 11.00 bis 17.20 Uhr**

**Im Bürgerzentrum Köln-Ehrenfeld
Venloer Str. 429**

Eintritt, Kaffee und Kuchen frei!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!



| | |
|-----------------|---|
| Programm | Moderation: Claus Wefing |
| 11.00 | Begrüßung und Organisatorisches Grußbotschaft des Behindertenbeauftragten der Stadt Köln, Herrn Dr. Bell |
| 11.15 | Vortrag: Ulrike Flüge: Absetzen – Ausschleichen – Reduzieren |
| 11.35 | Diskussion zum Vortrag |
| 11.45 | Vortrag: Margret Osterfeld: Menschenrechte und die Psychiatrie |
| 12:05 | Diskussion zum Vortrag |
| 12.15 | Vortrag: Dr. Angelika Filius: Das Leben geht weiter ... als man denkt |
| 12.35 | Diskussion zum Vortrag |
| 12:45 | Vorstellung der Arbeitsgruppen |
| 12:55 | Mitgliederversammlung Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW |
| 13.20 | Mittagspause Mittagessen muss selbst organisiert werden. |

14.10

- 1.) Horst Gottschalk (Leverkusen)
- 2.) Sandra Errami (Bonn)
- 3.) Milena Franke (Köln)
- 4.) Gabor Kovacs (Bochum)
- 5.) Petra Fabrizio (Leverkusen)
- 6.) Claus Wefing (Barntrup)

Workshops

- Recovery
- Trauma als Neuanfang
- Das Absetz-Syndrom
- Achtsamkeit in stressigen Zeiten
- Malen für die Seele
- Treffen und Austausch der AG Spiritualität des BPE

| | |
|-------|--------------------------------|
| 15:30 | Kaffeetrinken |
| 16:20 | Rückmeldung aus den Workshops |
| 16:35 | Schlusswort und Verabschiedung |

Info: Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V., Anmeldung wäre nett bei Sandy Drögehorn, Tel.: 0173-8853265, Email: s.droegehorn@gmail.com. Wer organisiert Mitfahrgelegenheiten (Auto und Bahn); Fahrtkostenerstattung für (Gruppen von) Bedürftige/n billigste Möglichkeit, höchstens NRW Gruppenticket „SchönerTagTicket NRW“ für 46,- Euro. **Nur auf vorherigen Antrag möglich.**

Anfahrt: DB Bahnhof Köln-Ehrenfeld oder U-Bahn 3+4 / Straba 13+18 Haltestelle "Venloer Straße/Gürtel" 5 Minuten Fußweg.

Abfahrt: Um 17.37h geht der RE Ri. Ruhrgebiet/Hamm. Anschluss in Hamm Ri. Bielefeld und Paderborn. Um 18.05h geht der RE nach Siegen, in Köln Umstieg Ri. Münster.

Gefördert durch die Krankenkassen des Landes NRW