



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

<https://chat.whatsapp.com/DUzVpaD6rMpDKmIJpG0pVs>

Offene Cafés

jeden Montag & jeden Freitag 14 bis 17 Uhr

Selbsthilfegesprächsgruppe für Psychiatrie-Erfahrene

jeden Montag 17.15 bis 18.45 Uhr

Gruppe für Junge (18-27 Jahre) Psychiatrie-Erfahrene

jd. Dienstag 18-19.30 Uhr an der Ruhr-Uni Bochum

Instagram@junge_selbsthilfe_lpe

bitte vorher anmelden

Aktiventreffen/Plenum jeden 1. Mittwoch im Monat 13 Uhr (neue Uhrzeit)

Achtsamkeitsgruppe: und Hilfe bei PC-, Mail- und Internetproblemen:

etwa alle 14 Tage am Wochenende

Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) des BPE

0234 / 70 890 520 und 0234 / 640 5102, kontakt@eutb-bpe.de

Mo - Fr etwa 9 bis 15 Uhr, siehe www.eutb-bpe.de

Psychiatrische Willenserklärung, <https://psywill.de>, 0234 / 58 44 26 43 kontakt@psywill.de

Stand März 2026

Gefördert durch das [Land NRW](#).