

Psychiatriekritisch und unabhängig von der Psychopharmaka-Industrie

Zeitung für Psychiatrie-Erfahrene in Deutschland

LAUT BRIEF RUND SPRECHER

Bpø

Jahrestagung

Gedenktag Psychiatrie-Toter

Kulturnetzwerk

Heft 8

ISSN (Print) 2702-7511
ISSN (Online) 2702-752X

Ehrenvorsitzende : Dorothea Buck 2019
Ruth Fricke 2021



Inhalt - LautBriefRundSprecher

Impressum	2
Vorstand	2
Editorial	3
Stellungnahme BPE	4
Gedenktag Psychiatrie-Toter	5
Jahrestagung Kassel	6
Tätigkeitsbericht BPE	8
Geschäftsstellenbericht	9
Selbsthilfe	10
Stellenausschreibung	13
Interview Nachgefragt	14
Selbsthilfetag OWL	15
Interview Kulturnetzwerk	16
Programm Jahrestagung	18
Nachricht	22
Poesie	22
Stellenausschreibung	23
Info & Beratung NRW	24
Aktuelles BPE	25
Beratung	26
Vereinsnachrichten	27
BPE AG's	28

Impressum:

Herausgeber: Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener (BPE) e.V. Geschäftsstelle: Herner Straße 406, 44807 Bochum im Internet unter: www.bpe-online.de

Redaktion dieses Heftes: Anne Murnau, Reinhild Böhme, Juli, Tobias Thulke, gajjjsa, Jan Michaelis (jami, v.i.S.d.P.)

Titelbild und Rückseite: jami **Bearbeitung:** gajjjsa

Fotos, Bilder: S.3 privat, S.4 + S.7 + S.9 + S.12 + S.17 unten + S.21 + S.23 jami, S.5 + S.10 + S.22 Juli, S.13 T. Thulke, S.14 gajjjsa, S.16 + S.17 oben Silvia Hoffmann, S.18 Rainer Leigraf, S.19 privat, S. 27 T. Riesner

Layout: Juli

Kontakt zur Redaktion: BPE-LautBriefRundSprecher-Redaktion, c/o BPE-Geschäftsstelle, Herner Straße 406, 44807 Bochum; Tel.: 0234 68 70 55 52; (Mo.+Do. 10 – 13 Uhr), E-Mail: lautbriefrundsprecher@bpe-online.de

Redaktionsschluss: nächstes Heft: 1.11.2022

Erscheinungsweise: viermal im Jahr

Auflage: 1700 Stück

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Auf Wunsch werden Beiträge ohne oder mit falschem Namen veröffentlicht. Die Redaktion behält sich vor, eingereichte Beiträge redaktionell zu bearbeiten.

Geschäftsführender Vorstand

vorstand@bpe-online.de

• Jurand Daszkowski

Carl- Petersen Str. 24a,
20535 Hamburg

Tel: 040-822 96 133

jurand.daszkowski@bpe-online.de

• Felix Freiherr von Kirchbach

Tel: 0234/6405102 Mi 11-14 Uhr
(EX-IT-Beratung)

felix.vonKirchbach@bpe-online.de

• Karla Keiner

c/o Spättreff-Wohnzimmer
Sandgasse 7, 35578 Wetzlar
Tel. 0157/54142596

karla.keiner@bpe-online.de

• Sabine Wieg

c/o BPE e.V.
Hernerstr. 406, 44807 Bochum
sabine.wieg@bpe-online.de

• Matthias Seibt

c/o BPE e.V.
Hernerstr. 406, 44807 Bochum
matthias.seibt@psychiatrie-erfahrener-nrw.de

• Sandy Drögehorn

LPE NRW e.V.

Anlaufstelle Rheinland

Graf-Adolf-Str. 77, 51065 Köln

sandydroegehorn@bpe-online.de

• Silvia Hoffmann

silviahoffmann@bpe-online.de

Erweiterter Vorstand

• Baden-Württemberg: N.N.

• **Bayern: N.N.** Geschäftsstelle
BayPE eV Glückstr. 2,

86153 Augsburg

E-Mail: kontakt@baype.info

• **Berlin: N.N.** c/o BOP&P e.V.

Naumannstr. 48 10829 Berlin

• Brandenburg:

Christine Pürschel

Hans-Eisler-Str. 54, 10409 Berlin

E-Mail: tine.puerschel@berlin.de

• Bremen: Detlef Tintelott

Carl-Severing-Str. 63,

28329 Bremen

Tel.: 0421/40 98 93 47 (Büro)

detlef.tintelott.bremen@gmail.com

• Hamburg: Hinrich Niebuhr

c/o LPE e.V. Hamburg

Wichmannstr. 4, Haus 2,

22607 Hamburg

Tel. 040/85502674 (Büro)

hinrich.niebuhr@lpe-hamburg.de

• Hessen: N.N.

• Mecklenburg- Vorpommern:

Astrid Braune (nur beratend)

Am Krullgraben 5,

19294 Grebs OT Menkendorf,

Tel: 0151 63 333 937.

• Niedersachsen: Isabela Ohde

• Nordrhein-Westfalen: N.N.

LPE NRW e.V. Hernerstr. 406,
44807 Bochum

• Rheinland-Pfalz: N.N.

• Saarland: N.N.

• Sachsen-Anhalt: N.N.

• Sachsen: Karla Kundisch

E-Mail: selbsthilfedrei@yahoo.de

• Schleswig-Holstein: N.N.

• Thüringen: Anne Wend

Thüringer Landesverband Psychiatrie-Erfahrener

Ammertalweg 7

99086 Erfurt

Tel: (Büro) 0361/2658433

Stand: 16.08.22

Editorial



Liebe Mitglieder des BPE e. V., liebe PEs, liebe Leser, unsere achte Nummer mit der neuen Redaktion liegt Euch vor. Wir sind auf unser Heft stolz und hoffen, dass Du als Leser dich von den Themen und den Emotionen angesprochen fühlst. Manchmal kommt man sich ja vor, wie auf der Titanic durch die ganzen Nachrichten aber auch die persönlichen Geschichten, die man erfährt. In Kassel habe ich die Titanic tatsächlich gefunden.

Aber es ist ein weiter Weg bis Kassel. Und ob ich erneut die Titanic aufsuchen werde? Wer weiß. Was ich sicher weiß: Wir haben ein Heft für alle Mitglieder in der bunten Republik zusammengestellt. Danke an Gastautorinnen aus Berlin und Brandenburg. Bitte beteiligt Euch weiterhin, in diesem Heft sind neue freie Mitarbeiterinnen mit Texten und Bildern vertreten. Darüber freue ich mich sehr.

Die Redaktion will eine attraktive Zeitschrift herausgeben. Dazu bringen wir unsere Expertise ein. Mit dem LautBriefRundSprecher ist die redaktionelle Arbeit jetzt fest in einem Gremium verankert und keine One-Man-Show. Unsere Redaktion besteht im Moment aus zwei Frauen und drei Männern, aber wir können gerne noch weitere Redaktionsmitglieder aufnehmen, hier sollte man aber schon sich durch freie Mitarbeit empfehlen. Also kommt auf uns zu mit euren Textbeiträgen, euren Karikaturen, euren Fotos, eurer Malerei. Wir freuen uns auf eure Beiträge. Wenn ihr dann das Heft durchblättert, verfliegt der Titanic-Effekt, denn Selbsthilfe ist etwas gegen die Untergangsszenarios. In diesem Sinne bitte ich Euch alle, das Heft zu genießen und die Impulse darin thematisch und inhaltlich aufzunehmen, damit wir unsere Themen diskutieren und setzen. Und uns nicht gegenseitig bekämpfen, sondern uns gegenseitig stark machen und vertrauensvoll miteinander umgehen.

Wenn wir uns dann in Kassel sehen und uns womöglich doch auf der Titanic begegnen, dann um einen Kaffee zu trinken, einen Tee oder einen Döner zu essen. Mit einem Augenzwinkern. Euer

Jan Michaelis V.i.S.d. P.R.

Stellungnahme zum Fall Michael Winterhoff

Wir verurteilen die Diagnose- und Behandlungsweise von Kinderpsychiater Dr. Michael Winterhoff aufs schärfste!

Es ist uns unverständlich, wie Winterhoff so lange praktizieren konnte und immer noch Einrichtungen mit ihm kooperieren. Durch die Medien wurde Winterhoff eine große Bühne geboten, auf der er seine fragwürdigen Thesen verbreiten konnte.

Es ist äußerst bedenklich, dass die Idee von "frühkindlichem Narzissmus" einen gesellschaftlichen Nerv getroffen hat und er auf diese Weise Popularität erlangen konnte.

Seine Positionen wie auch seine öffentlichkeitswirksame "Expertenmeinung" passen zur Strategie der Pharmaindustrie. Wir verfolgen mit Fassungslosigkeit, dass der Absatzmarkt von „Psychopharmaka“ auf Kinder ausgeweitet wird.

So schlimm die Vorfälle um Winterhoff auch sind, es ist uns wichtig zu betonen: Der Fall Winterhoff ist keineswegs ein Einzelfall! Das "System Winterhoff" zeigt lediglich die Spitze des Eisberges eines komplexen psychiatrischen Systems, welches sehr geschickt Entmündigung und Gewaltanwendung hinter einem Mantel der vorgegebenen medizinischen Professionalität verbirgt.

Symbiose

Es ist erschreckend, dass es überhaupt möglich ist Kindern bereits in einem Alter von drei Jahren starke „Psychopharmaka“ zu verabreichen. Dass Neuroleptika schwere Nebenwirkungen haben und die Lebensspanne bei regelmäßiger Einnahme im Durchschnitt um 25 Jahre reduzieren ist spätestens seit Aderholds Publikation "Mortalität durch Neuroleptika" einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich. Trotzdem folgen auf eine kritische Publikation eine Vielzahl von Artikeln, welche das psychiatrische System als seriös und unumgänglich bewerben. Selten wird davon berichtet, dass die Einnahme von "Psychopharmaka" massive ungewünschte Wirkungen, Langzeiteffekte und Spätfolgen nach sich ziehen. Es ist davon auszugehen, dass die von Herrn Winterhoff behandelten Kinder lange Zeit mit den Folgen der Behandlung zu kämpfen haben werden. Sowohl wegen der direkten Wirkungen und Nebenwirkungen der "Psychopharmaka," als auch der Lebenszeit und -qualität, die ihnen dadurch genommen wurde. Außerdem, wie es in der ARD Doku "Warum unsere Kinder keine Tyrannen sind" von mehreren Betroffenen geschildert wurde, wegen der herabwürdigenden Herangehensweise und der sexuellen Gewalt, die von Winterhoff ausgingen. Betroffenen zu vermitteln sie seien nichts wert, sie zu entmündigen und Schulgefühle zu vermitteln ist keinesfalls nur ein Kennzeichen des "System Winterhoff." Innerhalb des psychiatrischen Systems wird viel mit informellem Zwang gearbeitet. Schuldgefühle werden dazu genutzt die Betroffenen von fortdauernder Einnahme hoher Dosen "Psychopharmaka" zu überzeugen und so deren



"Compliance*" zu stärken.

(Compliance= engl: "Einnahmetreue, Regelkonformität"; Krankheitseinsicht und daraus resultierende dauerhafte Einnahme von "Psychopharmaka")

Winterhoffs Erziehungsmethoden erinnern stark an schwarze Pädagogik und die autoritäre Erziehung des Nationalsozialismus – das Kind als wertvolles Gegenüber zu betrachten und auf Gefühle, Verhalten und Bedürfnisse von Kindern einzugehen lehnt Winterhoff kategorisch ab. Seinem Weltbild nach sei dies eine "Eltern-Kind-Symbiose" und führe zu "frühkindlichem Narzissmus".

Diese Diskriminierung von Kindern und Jugendlichen scheint gesellschaftlich akzeptiert zu sein und stereotypen Vorstellungen zu entsprechen. In Talkshows sind plakative Thesen willkommen, was sicherlich zu Winterhoffs Popularität beigetragen hat.

Kindern und Jugendliche, die in Heimen/Jugendhilfeeinrichtungen leben werden hinlänglich als "schwierig" und "störend" betrachtet. Sie werden mehr als "Täter*innen" wahrgenommen, die zurechtgewiesen und ruhiggestellt werden müssen. Tatsächlich haben diese Kinder/Jugendliche selbst bereits Traumata erlitten und/oder kommen aus einer Familiensituation, in der sie nicht länger leben können. Ihre Gefühle und Verhalten sind eine (sinnvolle/verständliche) Reaktion auf das erlebte und werden nicht eingesetzt, um andere zu "tyrannisieren".

Der Fall Winterhoff ist nicht durch das alleinige Fehlverhalten einer einzelnen Person (Winterhoff) zu erklären. Die Einrichtungen, die mit Winterhoff zusammenarbeiteten, ermöglichten ihm erst den großflächigen

Einsatz seiner Behandlungsmethoden. Verantwortlich dafür, dass nicht früher eingegriffen werden konnte sind auch Jugendämter, Heime und nicht zuletzt Gerichte. Laut Betroffenenberichten klagten Eltern erfolglos gegen die Behandlung mit Psychopharmaka. Die Drohung Eltern das Sorgerecht zu entziehen, wenn sie psychiatrischer Behandlung nicht zustimmen, ist kein Einzelfall. Auch in den Beratungsangeboten des BPE gab es bereits mehrere Schilderungen über dieses Vorgehensmuster von Gerichten. Von Einzelfällen kann nicht die Rede sein!

In der Gesellschaft genießen Ärzt*innen nach wie vor ein hohes Ansehen und werden als Autoritätspersonen wahrgenommen. Auch die starke Hierarchie in Krankenhäusern u.ä. begünstigt die Machtposition von Ärzt*innen und erschwert es deren Behandlungsvorgaben zu widersprechen.

Wir schätzen den Einsatz der Heim-Mitarbeitenden die sich gegen das "System Winterhoff" auflehnten und für die betroffenen Kinder einsetzen.

Der Fall Winterhoff muss umgehend gründlich untersucht und aufgeklärt werden!

Damit ist es aber nicht getan:

Die gesamte Gesellschaft muss ihre Vorstellungen von Kindern, Jugendlichen und dem Hilfesystem revidieren.

Unsere Gedanken sind bei den überlebenden Kindern und Jugendlichen – wir hoffen, dass sie jetzt ein Umfeld finden, das ihre Bedürfnisse anerkennt und ihnen die Unterstützung bietet, die sie brauchen.

Für den Vorstand des BPE

von Milena Franke & Felix von Kirchbach

Zur Vertiefung:

<https://www1.wdr.de/daserste/monitor/sendungen/fall-winterhoff-100.html>

<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/127363/Ermittlungen-gegen-umstrittenen-Bonner-Kinderpsychiater-Winterhoff>

<https://www.youtube.com/watch?v=qyZ9UMmPoBk>

<https://www.sueddeutsche.de/politik/winterhoff-kinderpsychiater-staatsanwaltschaft-1.5558312>

<https://bpe-online.de/mortalitaet-und-neuroleptika-alternative-wege-zur-traditionellen-psychiatrie/>

<https://www.madinamerica.com/2020/11/increasing-numbers-children-prescribed-multiple-psychiatric-medications>

Ankündigung Gedenktag Psychiatrie-Toter



Am Sonntag, den 2. Oktober, findet der diesjährige Gedenktag Psychiatrie-Toter statt. Planungen hierfür laufen momentan für Bochum und Bremen. Wir freuen uns, wenn sich weitere Menschen finden, die zu diesem Anlass kleinere und größere Protestaktionen bei sich vor Ort stattfinden lassen, um auf die schädliche und tödliche Realität von Psychiatrien aufmerksam zu machen.

Im Bochumer Büro sind wieder Flyer, Plakate und Aufkleber zum Gedenktag vorrätig, die wir Euch zusenden können. Bitte sagt uns auch Bescheid, wenn Ihr etwas an diesem Tag plant, so dass wir alle Veranstaltungen zusammen ankündigen können.

Ihr erreicht uns per E-Mail an: psychiatrietoetet@yahoo.com.

Juli

Einladung zur Mitgliederversammlung des BPE

Mitgliederversammlung des BPE

am Samstag, den 8. Oktober 2022 um 17 Uhr in der Jugendherberge Kassel,

Schenkendorfstraße 18, 34119 Kassel.

Für die Mitgliederversammlung, die im Rahmen unserer Jahrestagung stattfindet, sind folgende **Tagesordnungspunkte** vorgesehen:

Mitgliederversammlung des BPE

1. Begrüßung
2. Wahl der Versammlungsleitung und der Protokollanten
3. Regularien (Genehmigung der Tagesordnung und der Geschäftsordnung, Wahl der Zählkommission)
4. Bericht des Vorstands
5. Bericht der Geschäftsstelle / EUTB-Beratungsstelle
6. Kassenbericht 2021
7. Bericht der Kassenprüfer
8. Aussprache zu den Berichten
9. Genehmigung der Kassenberichte und Entlastung des Vorstands
10. Wahl von Mitgliedern des erweiterten Vorstands aus Ländern ohne Landesorganisation oder aus Ländern mit mehreren Bewerbern
11. Beschlussfassung über den Haushaltsplan 2022
12. Antragsberatung
 - a) Satzungsanträge
 - b) sonstige Anträge
13. künftige Arbeitsschwerpunkte
14. Verschiedenes

Antrag an die Mitgliederversammlung

Ich bin Mitglied und stelle für die nächste Mitgliederversammlung folgende Anträge:

1. Die Mitgliederversammlung soll zeitlich so gelegt werden, dass es den meisten Mitgliedern von ihrer Kondition her möglich ist, auch noch bei den Abstimmungen dabei zu sein.

Bemerkung: bei der letzten Veranstaltung konnten

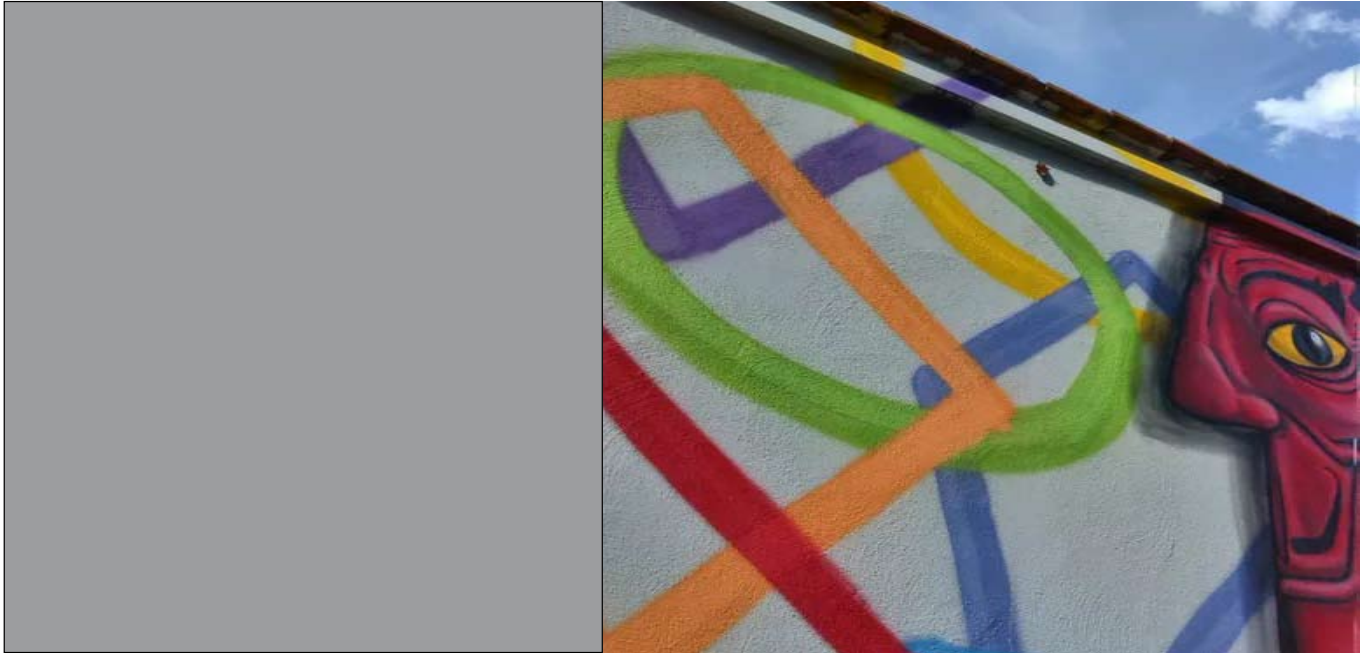
anscheinend relativ viele stimmberechtigte Mitglieder wegen Überforderung nicht mehr an den Abstimmungen teilnehmen. So etwas ist mit Barrierefreiheit nicht zu vereinbaren.

Ute Schäpe, Amberg

Der geschäftsführende Vorstand schlägt vor diese Anträge unter TOP 3 Regularien zu behandeln.

Bitte beachten:

der Zeitschrift liegen Flyer und Anmeldeformular für die Jahrestagung in Kassel bei.



Antrag an die Mitgliederversammlung

Antrag zum TOP 3 Regularien

Die Mitgliederversammlung möge folgende Geschäftsordnung für die BPE-Mitgliederversammlung beschließen:

- 1) Die Redezeit für Wortbeiträge beträgt maximal 90 Sekunden.
- 2) Ausgenommen von dieser Regelung sind die jeweiligen Antragsteller und bei den Berichten des Vorstands und der Geschäftsstelle diejenigen, die für die Berichte verantwortlich sind. Diese haben jeweils zu Beginn und zum Abschluss der Debatte Gelegenheit zur ausführlichen Stellungnahme.
- 3) Die Mitgliederversammlung endet in jedem Fall um 24.00 Uhr.

4) Rederecht in der BPE-MV haben alle anwesenden ordentlichen BPE-Mitglieder und Fördermitglieder. Ein Antragsrecht für Sach- und Personalanträge haben nur die ordentlichen BPE-Mitglieder.

5) Geschäftsordnungsanträge, z.B. auf Schluss der Debatte, werden dadurch angezeigt, dass die Antragsteller beide Hände erheben. Diese Antragsteller kommen außerhalb der Rednerliste sofort zu Wort. Über diese Anträge ist nach Verlassen der Rednerliste und erfolgter Gegenrede direkt abzustimmen. Die Gegenrede kann auch ohne Begründung „formal“ erfolgen. Erfolgt keine Gegenrede zum gestellten Geschäftsordnungsantrag, so gilt der Antrag ohne Abstimmung als angenommen.

Antragsteller: Der Geschäftsführende Vorstand des BPE

Antrag auf Satzungsänderung

§ 9 Mitgliederversammlung

1-4 unverändert

5. Die Mitgliederversammlung kann auch im Wege der elektronischen Kommunikation (z.B. per Telefon oder Videokonferenz) oder in einer gemischten Versammlung aus Anwesenden und Videokonferenz/anderen Medien/Telefon durchgeführt werden. Ob die Mitgliederversammlung in einer Sitzung oder im Wege der elektronischen Kommunikation oder in einer gemischten Versammlung aus Anwesenden und Videokonferenz/anderen Medien/Telefon durchgeführt wird, entscheidet der Vorstand.

§11 Vorstand

1-7 unverändert

8. Der Vorstand kann auch im Wege der elektronischen Kommunikation (z.B. per Telefon oder Videokonferenz) oder in einer gemischten Versammlung aus Anwesenden und Videokonferenz/anderen Medien/Telefon durchgeführt werden. Ob die Mitgliederversammlung in einer Sitzung oder im Wege der elektronischen Kommunikation oder in einer gemischten Versammlung aus Anwesenden und Videokonferenz/anderen Medien/Telefon durchgeführt wird, entscheidet der Vorstand.

Antragstellerin: Silvia Hoffmann

Tätigkeitsbericht des BPE für 2021

- Es fanden alle 14 Tage am Montagmorgen Telefonkonferenzen des Vorstands und zwei Vorstandssitzungen statt. Der Gesamtvorstand tagte 1x in Berlin und 3x per Videokonferenz. Er dient u.A. als Informations- und Erfahrungsaustausch mit den Landesverbänden.
- In Bochum hat der BPE gemeinsame Büroräume mit dem LPE NRW und der Weglaufhaus Initiative Ruhrgebiet. Die gemeinsame Bürofläche beträgt 203 qm.
- Der BPE betreibt eine Geschäftsstelle in Bochum.
- Der BPE hatte eine hauptamtliche Angestellte in Teilzeit (50%) zur Leitung, Organisation und Vertretung der Geschäftsstelle, zur Unterstützung des geschäftsführenden Vorstandes sowie zur Mitgliederverwaltung, Post und Öffentlichkeitsarbeit. Eine Minijobberin bearbeitete den Bereich Buchhaltung und Abrechnung der Projekte. Sie führt die Verbandskasse (gesamte Buchhaltung und Jahresabschluss), verwaltet (Beantragung, Abrechnung und Budgetkontrolle) die Pauschal- und Projektförderung. Weitere Bürotätigkeiten sind die Steuerung der externen Lohnbuchhaltung, U1-Abwesenheitsmeldungen, BGW-Korrespondenz.
- In der seit August 2018 laufenden EUTB-Teilhaberberatung in Bochum waren auf zwei vollen Stellen insgesamt vier psychiatrie-erfahrene Personen als Peer-Berater/innen tätig.
- Etwa 200 ehrenamtliche Mitarbeiter/innen machten im wesentlichen Selbsthilfegruppen über das Bundesgebiet verstreut. Einige der Ehrenamtler/innen beschäftigten sich auch mit inhaltlichen Themen.
- Im Rahmen des Erstkontaktes zum BPE wurden jeweils am Montag und Donnerstag von 10 bis 13 Uhr telefonische Beratung mit Betroffenen, Interessenten und Angehörigen von PE durchgeführt. Zusätzlich fand Emailberatung statt. Es wurden Beratungsanfragen schriftlich bearbeitet, die Sprachbox regelmäßig abgehört und zurückgerufen,
- sowie auf Anfrage eine Vielzahl von Informationsmaterial versendet.
- Dienstag 10-13 und 14-17 Uhr fand die Psychopharmaka-Beratung aus Betroffenenperspektive statt.
- Mittwoch von 11-14 Uhr fand bezahlt aus der Pauschalförderung die Beratung „Ex-It Beenden psychiatrischer Abhängigkeiten“ statt.
- Die Redaktion des Rundbriefs ist ein 8-köpfiges Team aus NRW. Die Erscheinungsweise ist alle 3 Monate. Der Lautbriefrundsprecher, wie er sich seit Sommer 2020 nennt, erfreut sich großer Beliebtheit und wird auch als pdf-Dokument an zahlreiche Leser/innen kostenlos verschickt. Die gedruckte Auflage beträgt 1700 Exemplare. Der Rundbrief erscheint seit Verbandsgründung im Oktober 1992.
- Im Oktober fand wie jedes Jahr eine Tagung, dieses Mal in Berlin, statt, an der sowohl Mitglieder als auch interessierte Bürger teilnahmen. Die Teilnehmerzahl betrug 120 Personen. Thema war „Selbsthilfe und Selbstvertretung – Gestern – Heute – Morgen“. Die Tagung wurde dieses Jahr komplett selbst organisiert.
- Wir veranstalteten in 2021 wegen Corona nur drei Seminare. In 2022 und 2023 sollen statt dessen sechs statt der üblichen vier Seminare stattfinden.
- Das im Juli 2018 gestartete, von der BarmerGEK geförderte Projekt „Mit Suizidgedanken leben: Suizidalität und Selbsthilfe“ stieß weiterhin auf große Nachfrage. Die Telefonzeiten finden Freitagabend und Sonntagnachmittag statt. Zur Jahresmitte wurde das Projekt in die Pauschalförderung aufgenommen.
- Die im August 2018 begonnene Ergänzende Unabhängige Teilhaberberatung (2 Vollzeitstellen) erlebte eine stetig wachsende Anzahl von Beratungsanfragen. Die Vernetzung am Standort Bochum und in der Region NRW mit anderen Beratungsstellen der Behinderten-Selbsthilfe wurde fortgesetzt.
- Alle Beratungen und die Jahrestagung waren öffentlich. Alle Angebote waren für Psychiatrie-Erfahrene und alle Anderen kostenlos.
- Auch in 2021 haben wir weiter für unser wichtigstes politisches Ziel gekämpft: Das dauerhafte Verbot der Zwangsbehandlung. Mit der befreundeten Arbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrene haben wir eine Petition gegen Zwangspsychiatrie gestartet.
- Wir kämpfen seit einigen Jahren dafür, dass es eine Todesfallstatistik gibt, wie viele Menschen bei ihrem Psychiatrieaufenthalt zu Tode kommen und wie viele bis zu zwölf Monate nach der Entlassung.
- Zum Gedenktag der Psychiatrie-Toten am 2. Oktober fanden in Bremen, Bochum und Frankfurt Aktionen statt.
- Unsere Selbsthilfepapiere und Flyer haben wir im großen Umfang verteilt.
- Es wurden intensiv in verschiedenen politischen, organisatorischen und fachspezifischen Organen, Organisationen und Ausschüssen z.B.: Besuchskommission, DGSP, Psychosoziale Arbeitsgemeinschaften, DGPPN, Dachverband Gemeindepsychiatrie, Aktion Psychisch Kranke e.V., Überörtliche Arbeitsgemeinschaft für das Betreuungswesen (ÜAG), Beschwerderat der PSAG, die Sichtweisen und Erfahrungen des BPE eingebracht und diskutiert.

- Einige von uns besuchten Fortbildungen.
- Der BPE ist auf Facebook und Twitter vertreten und hat eine Webseite. Es gibt einen Telegramkanal zum Austausch über Selbsthilfe und Psychiatrie.
- Es gibt 1x die Woche eine virtuelle Selbsthilfegruppe.

Das Kulturnetzwerk des BPE wurde neu gegründet. Es hat eine Webseite, einen Telegramkanal und ist auf Instagram.

- Zur Lösung interner Konflikte wurde eine AG Streitschlichtung gegründet.

Für den Vorstand des BPE

Bochum, den 1. Juni 2022 (Matthias Seibt)



Geschäftsstellenbericht 2022

Zu meinen Aufgabengebieten gehören die Unterstützung des geschäftsführenden Vorstandes, Mitgliederverwaltung, Post und Öffentlichkeitsarbeit. Ich nehme regelmäßig an den Telefonkonferenzen des geschäftsführenden Vorstands teil und schreibe Protokoll. Im Januar habe ich an der Vorstandssitzung in Bochum teilgenommen.

Über die Geschäftsstelle läuft der gesamte BPE-Schriftverkehr und dieser wird entweder sofort bearbeitet oder an die Vorstandsmitglieder verteilt. Einzelne Arbeiten des Vorstandes werden an die Geschäftsstelle delegiert. Es werden Neuanträge, Austritte, Adressänderungen bearbeitet und alle Fragen bezüglich der Mitgliedschaft und der Verbandsarbeit beantwortet. Die Mitgliederdatenbank wird auf dem neusten Stand gehalten. Ich bin für die Berechnungen der Beitragsrückführungen zuständig. Die Geschäftsstelle stellt auch Informationen ins Internet, lädt Protokolle und andere Inhalte in die Cloud hoch und beantwortet Presseanfragen, bewirbt Veranstaltungen des BPE und kümmert sich mit um eine wirksame Außendarstellung des Verbandes. Die Etiketten für den Lautbriefrundsprecher werden von mir erstellt und die Zeitung wird auch per Email versendet. Außerdem sende ich

Infomaterial. Die Selbsthilfegruppenliste wird von mir gepflegt und die Daten von empfehlenswerten Anwälten und Psychiatern werden von mir gesammelt. Für die Buchhaltung bin ich nur noch als Ersatzfrau zuständig. Für die Bankgeschäfte im Zusammenhang mit den Mitgliedbeiträgen bin ich zuständig. Wöchentlich werden weit über hundert Emails und etwa 30 Briefe bearbeitet.

Die Mitgliedsbeiträge per Lastschriften wurden in diesem Jahr wieder Anfang März eingezogen. Im Juli wurden über 150 Zahlungserinnerungen per Brief oder per Email wegen der ausstehenden Mitgliedsbeiträge verschickt. Noch immer haben 57 Mitglieder den Jahresbeitrag für dieses Jahr nicht überwiesen, obwohl der Betrag bereits im Januar fällig war. Das Mahnwesen verursacht unnötige Ausgaben und kostet viel Zeit.

An 2 Tagen bin ich im Geschäftsstellenbüro und die restliche Zeit der Halbtagsstelle arbeite ich im Homeoffice. Ferner arbeite ich noch ehrenamtlich in der Redaktion des Lautbriefrundsprechers mit.

Es grüßt Euch herzlich Anne Murnau



Bittersüße Melancholie

Es war nach einer sehr arbeitsintensiven Woche. Ich hatte bei einer Reiterfreizeit für Teenie-Mädels in der Küche mitgearbeitet. Zusammen mit einer meiner besten Freundinnen, wir hatten das schon öfter zusammen gemacht und waren ein tolles Team. Auch im zusammen Blödeln waren wir richtig gut. Und noch eine andere gestandene Hausfrau gehörte zum Küchenpersonal.

Drei Damen in der Küche für insgesamt 24 Teilnehmerinnen und Mitarbeiter – wir haben uns nicht tot gemacht.

Dann war ich wieder zu Hause – und hatte schon Angst vor der Landung...

Außer meinem Kater wartet dort ja niemand auf mich.

Es kam zur Bauchlandung – allerdings nicht ganz so hart wie die Male zuvor.

Der Unterschied war: Ich habe es nicht Depri genannt. Ich habe es einfach akzeptiert und mein Tief umarmt.

Und ich habe in mein Tagebuch einen Brief geschrieben an meine Melancholie:

Da bist du also, geliebte, wohl vertraute Einsamkeit, bittersüße Melancholie. Es wäre ja auch unnormal, würde immer alles auf Hochtouren laufen, wer soll das auf Dauer aushalten, bleibt immer nur auf einer Seite oben? Das Leben lebt von Gegensätzen, von auf und ab, hell und dunkel, Licht und Schatten, Tag und Nacht. Und das eine ist nicht gut und das andere nicht böse.

Lass dich umarmen, geliebte Schwermut, die Gefühlen Tiefe verleiht und mich vor der Oberflächlichkeit bewahrt. Lass dich schmecken, riechen, fühlen. Ich will mich nicht wehren gegen dich, das würde mich zu viel Kraft kosten und die brauche ich um hindurchzutauchen.

Janchen! (so rede ich mit meinem inneren Kind), du brauchst dich nicht anzustrengen, um irgendwas zu machen, was gerade nicht geht. Es ist okay und du bist okay. Willkommen bei dir!

ChrisRud

Für alle Vergessenen und Unvergessenen, die wir alle nie vergessen werden

1.

Ich glaube, sie hieß Sigrid. Den Nachnamen weiß ich nicht mehr, denn ich kannte sie eigentlich kaum, ich würde ihn hier natürlich auch gar nicht schreiben. Ich weiß nur noch, dass sich mein Bruder beim Sommerfest die ganze Zeit mit ihr angeregt unterhalten hat und dass sie mit zwei Freundinnen von mir gut befreundet war. Ich träumte, dass wir in der Kirche einen Abschiedsgottesdienst für sie feierten. Die Melodie habe ich noch im Ohr, ich könnte sie jetzt noch singen. Aber es war eine Sprache, die ich nicht kannte, vielleicht Polnisch oder Tschechisch. Sie war noch nicht alt, sie muss so zwischen vierzig und fünfzig gewesen sein, als sie starb. Eines plötzlichen Todes. So heißt es meistens, wenn in diesem Haus vom Betreuten Wohnen wieder ein Bild auf dem kleinen Tisch zwischen Küche und Wohnzimmer steht wie auf einem kleinen Altar mit zwei Kerzen. Eines plötzlichen und unerklärlichen Todes sind die meisten gestorben und ich sehe das dann ganz zufällig, jetzt meist nur noch in dem kleinen Büchlein in der Kapelle, in der ich mit einer Freundin immer Musik mache; da stehen auch Gedanken zu jedem Toten drin und man kann dazu etwas schreiben. Immer Musik machte, muss es ja jetzt eigentlich heißen. Jetzt, zu Coronazeiten, wir wollen natürlich wieder Musik machen nach Corona und wir hoffen alle, dass es bald vorbei ist, glauben aber wohl alle nicht so ganz fest daran. Zumindest nicht daran, dass das so schnell geht. Aber es geschah sehr sehr häufig, dass da ein Bild stand und dass da jemand in dem Andenkenbuch vermerkt war, viel zu häufig. Wenn wir das mitbekamen, erschrecken wir immer alle sehr; ich sagte dann meistens, das kommt sicher von den Medikamenten. Da steht ja „plötzlicher Tod“ oft als mögliche Nebenwirkung frech in dem Beipackzettel. Jedenfalls sind und waren wir immer sehr bestürzt darüber, dass schon wieder jemand

aus unserem Kreis gestorben ist – in einem relativ jungen Alter – und wieder mal einen plötzlichen und unerwarteten Tod. „Vielleicht ist ja doch etwas dran“, pflege ich dann oft zu sagen, „dass man bei langjähriger Einnahme von Neuroleptika zehn bis 20 Jahre früher stirbt“. Eine Teilnehmerin unserer Schreibgruppe ist im Alter von 22 Jahren gestorben, plötzlich und unerwartet. Ich weiß noch, dass die Pfarrerin in der Kirche uns darüber aufgeklärt hat, dass es kein Selbstmord war, sondern eine Lungenembolie. Ich saß in der Kirche auf der rechten Seite links am Rand und ich erinnere mich noch daran, wie ich zusammenzuckte, als mit einem Höllenlärm der Sarg neben mir in die Kirche und zum Altar gerollt wurde. Das war für mich der schrecklichste Augenblick dieser sehr festlichen aber doch sehr traurigen Beerdigung. „Das kann aber auch von den Medikamenten kommen“, rutschte mir dann nach der Trauerfeier raus, „das kann man auch oft unter den Nebenwirkungen lesen. Bei meinem Neuroleptikum steht es jedenfalls drin.“

2.

Stand drauf, muss ich jetzt sagen, denn ich nehme seit längerer Zeit überhaupt keine Neuroleptika mehr. Ich habe sie auf Anraten und mit der Unterstützung meines Freundes ausgeschlichen innerhalb von fünf Jahren. Der Anlass war ein drohendes Nierenversagen wegen der jahrelangen Einnahme des Lithiums, was eine junge Hautärztin bei einer Blutkontrolle fast zufällig herausgefunden hatte. Da ich schon damals seit 16 Jahren nicht mehr in einer psychiatrischen Klinik gewesen war, schlug mein Psychiater ein ersatzloses und schnelles Ausschleichen des Lithiums vor, weil diese Medikamente alle auf die Nieren gehen. Ich durfte damals aber im Notfall Tavor nehmen, weil das angeblich mehr auf die Leber geht. Da ich mich dann plötzlich wieder lebendig fühl-

te und sogar das Geigenspielen sogar ohne viel Üben besser klappte als in Zeiten qualvollen Übens ohne Ergebnisse, beschloss ich, das Neuroleptikum auch auszuschleichen, was dann etwas länger dauerte. – Wie gesagt, insgesamt fünf Jahre, aber ich bin jetzt sehr froh darüber, denn das Geigespielen macht mir wieder richtig Spaß. Vom Üben bleibt auch wieder etwas hängen und ich habe vor, neben unserer Kammermusik auch wieder in einem Orchester und auch bei den Konzerten wieder mitzuspielen, da ich seit dem Ausschleichen keinen einzigen Panikanfall und auch sonst keine Ängste mehr hatte. Ja, jetzt kann ich wieder richtig Geige spielen, weil ich nicht mehr so abgestumpft und gefühlsamputiert bin wie damals mit all den Medikamenten. Außerdem habe ich meine in der Psychiatrie erlernte und für das Überleben der Psychiatrie notwendige Unterwürfigkeitshaltung verloren. Das ist aber alles andere als einfach. Denn es hilft mir nur im Umgang mit Leuten, die ich neu kennenlernen und die nichts von meiner Psychiatrieerfahrung wissen; sozusagen könnte ich damit vielleicht in der Welt der sogenannten Normalen leben oder sogar besser leben. (Was natürlich trotzdem genauso anstrengend ist wie es in meinem Arbeitsleben immer war, dieses dauernde Verheimlichenmüssen eines großen Teil meines Lebens, man fühlt sich wie ein Spion, der immer mit einer Legende leben muss). Aber wegen meiner Unvorsichtigkeit, das meinen ebenfalls als psychisch krank stigmatisierten Freunden mitzuteilen, dass ich keine Neuroleptika mehr nehme, werde ich von denen, die selbst Medikamente nehmen (und glauben, sie ewig nehmen zu müssen), jetzt oft so schlimm ausgegrenzt wie nie zuvor. Sie sind eben auch an meine bequeme Unterwürfigkeitshaltung so gewöhnt, dass sie es für krank halten, wenn ich mal widerspreche, lache oder weine oder Bedürfnisse anmelde.

3.

Mein Arbeitgeber (es war zwar nur eine geringfügige Arbeit als Betreuungsassistentin), aber ich brauchte diese Arbeit, um meine aufstockende Grundsicherung aufzubessern, hat mir ohne Angaben von Gründen gekündigt, weil er versehentlich die Krankschreibung für die Krankenkasse, auf der die Diagnose steht, zugeschickt bekommen hat. Jetzt, zu Corona-Zeiten, werden sich weder ver.di noch irgendein Arbeitsgericht der Welt für die permanente Diskriminierung und Ausgrenzung psychisch kranker Menschen aus der Arbeitswelt interessieren. Ebenso wenig, wie für deren Ausbeutung in so genannten Behindertenwerkstätten und 1-Euro-Jobs. Es ist mir auch unverständlich, wie Pharmakonzerne Medikamente entwickeln können, auf deren Beipackzetteln als Nebenwirkungen solche Dinge wie plötzlicher, unerwarteter Tod, verstärkte Suizidgedanken, Suizid, Lungenembolie, Ängste etc. stehen

und noch weniger, wie Psychiater solche Medikamente (guten Gewissens?) verschreiben können. Ich habe zu Ostern Kopien von Scheuerschnitten mit den vier Bremer Stadtmusikanten verschickt, weil ich meine, „etwas Besseres als den Tod finden wir allemal.“ Ob nun krank oder gesund, ob stigmatisiert oder nicht, denn diese Einteilung in (psychisch) gesunde und kranke Menschen ist überholt und von dem Modell, dass alle Menschen wechselnd viele gesunde und kranke Anteile haben, abgelöst worden. Es wurde auch wirklich Zeit, denn es ist leider nicht nur so, dass die Neuroleptika die Lebenserwartung erheblich verkürzen (und das Gehirnvolumen verringern) sondern, und das ist mir so wichtig, dass ich es jetzt nochmal wiederhole, auch die kürzer uns noch verbleibende Lebensspanne sehr verschlechtern. Als kleines Beispiel sei hier noch erwähnt, dass ich, bevor ich in die Klinik gezwungen und zur Einnahme von Neuroleptika bedrängt wurde (natürlich ohne die gesetz-

lich vorgeschriebene Erwähnung der potentiellen Nebenwirkungen und irgendwelcher alternativer Behandlungsmethoden), ein lebensfroher und furchtloser Mensch war. Denn wie gesagt verstärken bzw. erzeugen diese Medikamente, allen voraus die Neuroleptika, erst diese ganzen Ängste und Angstzustände, gegen die sie doch eigentlich wirken sollten und führen in einen Teufelskreis aus immer mehr und immer wieder neuen Medikamenten, weil diese Zustände immer unerträglicher werden. Und ich wage zu behaupten, dass ich jetzt wieder ein angstfreier und lebensfroher Mensch geworden bin, ohne Neuroleptika und trotz Corona. Und ganz zum Schluss möchte ich noch etwas positives erwähnen, was mir mein Freund angesichts der fast 25 Jahre, in der mein Gehirnvolumen durch die Einnahme von Neuroleptika ja geschrumpft ist, gesagt hat: „Aber du setzt den Rest effektiv ein.“

Claudia Siebold



Stellenausschreibung Anlaufstelle Rheinland



Der Landesverband Psychiatrieerfahrener NRW e.V. ist eine gemeinnützige Selbsthilfeorganisation und Interessenvertretung von Menschen, die Erfahrung mit seelischen Krisen bzw. Psychiatrie-Erfahrung haben. In unserer Anlaufstelle Rheinland in Köln-Mülheim bieten wir Selbsthilfegruppen, offene Angebote sowie Beratung und Begleitung auf Augenhöhe an.

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir **eine Krankheitsvertretung der Anlaufstelle (m/w/d) für mindestens vier Monate** mit 19,5 Stunden/Woche. Eventuell wandelt sich die Krankheitsvertretung in eine unbefristete Arbeit um.

Ihr Aufgabenbereich:

- Leitung der Anlaufstelle für Psychiatrie-Erfahrene
- Koordinationstätigkeiten
- Öffentlichkeits- und Netzwerkarbeit
- Beratungen persönlich und telefonisch
- Pflege unserer Social Media Plattformen

Ihre Voraussetzungen:

- Bereitschaft sich in einen neuen Themenbereich einzuarbeiten
- Organisationsfähigkeit
- Einfühlungsvermögen und Kontaktfreudigkeit
- Sicherer Umgang mit MS Office
- Teamfähigkeit
- Eigene Psychiatrie-Erfahrung wäre schön

Unser Angebot:

- Flexible Arbeitszeiten
- abwechslungsreiches Aufgabengebiet
- Raum für das Einbringen eigener Ideen und Kreativität
- Weiterbildung zum Peer-Berater/Ex-In Genesungsbegleiter
- Bezahlung nach TVL, Gruppe 9

Bewerbungen an Vorstand@psychiatrie-erfahrene-nrw.de. Fragen beantwortet Herr Seibt unter 0157 / 531 96 958. Wir freuen uns auf Sie!

Nachgefragt!

Wir nehmen uns Zeit für Psychiatrie-Erfahrene an der Basis. Vereinsmitglied oder auch noch nicht.
Eine Interviewreihe kreuz und quer durch Deutschland.

Das siebte Interview führt uns nach Nordrhein-Westfalen:



Stelle Dich doch bitte kurz vor!

Ich bin Thomas Eissele, bin 55 Jahre alt und wohne in NRW. 2019 bin ich von einem Vorort von Stuttgart nach NRW gezogen. In BaWü gab es keine unabhängige Selbsthilfe und der LPE in BaWü ist sehr systemfreundlich. Die Leute, um die es geht, kamen damals unter die Räder.

Ich arbeite im Weglaufhaus, wo eine reine Betroffenen Arbeit mich wieder zu einem normalen Menschen machte. Aufgrund meiner Körperbehinderung kenne ich auch die klassische Behindertenarbeit, wo Leute das Sagen haben, die eine Behinderung oder eine psychische Erkrankung gar nicht richtig einschätzen können. Ich wurde im Weglaufhaus das erste mal in meinem Leben normal behandelt. Wenn ich an meine alte Tagesstätte denke, glaube ich, dass die Möglichkeit der Genesung oft bewusst verhindert wird.

Wie kam es zu Deinem ersten Aufenthalt in einer Psychiatrie?

Ich war von 1995 bis 1998 in einer Sekte. Meine Behinderung machte mir das Leben aber auch vorher ziemlich schwer. Ich arbeitete in einer in Anführungszeichen besseren Behindertenwerkstatt mit einem normalen Arbeitsverhältnis. 1998 kam ich zum ersten mal in eine Tagesklinik. Meine damalige Firma bot dann Arbeitsplätze für Nichtbehinderte an, diese Arbeitsplätze wurden dann von der Sekte in Beschlag genommen.

Der neue Abteilungsleiter konnte ungehindert mit meiner Therapeutin sprechen, ohne mein Einverständnis. Dies führte dazu, dass ich ein paar Jahre später meinen Arbeitsplatz verlor.

Was ist Deine Kritik am psychiatrischen System?

Dass bei Leuten mit einer Diagnose, jedes Verhalten und jede Äußerung als krankhaft gesehen werden. Dass Angehörige hinter dem Rücken der Betroffenen beraten werden. Dass nicht gefragt wird, in was für einer Situation der Betroffene in der Familie ist. In der Tagesstätte, wo ich früher war, wurden oft Streitigkeiten, die ich mit der Leitung hatte dem Arzt gemeldet. Die Selbsthilfe wurde bewusst verhindert. Ich wurde einmal von der Tagesstättenleiterin gemobbt, weil ich in eine 12 Schritte Gruppe ging. In der Sekte wo ich vorher war, wurde uns auch das Stimmen hören beigebracht. Als ich das dem SPDI (Sozialpsychiatrischem Dienst) erzählte, bekam ich Medikamente. Dies wurde mir aber erst viel später klar.

Was ich auch sehr sehr bedaure und mir sehr weh tut, ist, dass zu uns ins Weglaufhaus oft Leute kommen, die eigentlich nur spionieren und es dann dem SPDI erzählen.

Was sind Deine Selbsthilfemöglichkeiten vor Ort?

Sehr gut!

Wie stehst Du zum Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V. und Deinem Landesverband?

Der BPE ist eine sehr gute Organisation, die wirklich unabhängig ist. Leider ist nicht allen Leuten klar, wie wichtig eine unabhängige Selbsthilfe ist, vor allem wenn man mitbekommt, was in den Medien oft über Psychiatrie-Erfahrene berichtet wird. Was ich mir wünschen würde, ist, dass man zwischen Amokläufern und Psychiatrie-Erfahrenen unterscheidet, da könnte unser Vorstand mal aktiv werden.

Nachgefragt: Was vermisst Du an Deiner alten Heimat?

Das klingt jetzt etwas komisch, aber ich vermisse den Stuttgarter Hbf und andere Eisenbahnattraktionen. Dann den kurzen Weg in den Schwarzwald.

Ich danke Dir für das Interview!

Tobias Thulke

Interview-Teilnehmer gesucht!

Wir freuen uns über Psychiatrie-Erfahrene, die an einem Interview in dieser Reihe interessiert sind. Nachname und Foto müssen nicht veröffentlicht werden! Schreibt einfach an lautbriefrundsprecher@bpe-online.de oder ruft Tobias an unter Tel. 0163 54 33 517.

Krisen meistern

OWL Selbsthilfetag

Samstag, 12.11.2022

von 11.00 bis 17.00 Uhr

Die Klinker Tagesstätten
(nicht Klinker Treff!!!)

Bitte Wegbeschreibung beachten.

Eintritt, Kaffee und Kuchen frei.

Moderation: Claus Wefing, OWL

Programm:

11:00 Uhr Begrüßung: Politikerin angefragt Maria Klein- Schmeink MdB B90
Grüne, Mitglied im Gesundheitsausschuss

11:15 Organisatorisches und Anfragen an die Bundespolitik

11:30 **Vorstellung Ruth Fricke Stiftung** von Martina Heland-Gräf

11:45 Fragen zur Ruth Fricke Stiftung

12:00 **Vortrag: Mirko Ološtjak-Brahms Krisen meistern**

12:20 Diskussion zum Vortrag

12:30 **Vorstellung Krisen und Erwachen, wir werden Erwachsen**

12:45 Diskussion zum Vortrag

13:00 Vorstellung der Arbeitsgruppen

13:15 Mittagspause (Mittagessen muss selbst organisiert werden)

14.15 – 16.00 **Parallele Arbeitsgruppen:**

1.) **Mirko Ološtjak-Brahms, Freiburg, Vertiefung Vortrag Krisen meistern**

2.) **J. Daszkowski, Hamb. Teilhabe von Menschen mit Psychiatrie Erfahrungen**

3.) **Christoph Donath, OWL Genesungsbegleitung in der Altenhilfe**

4.) **Claus Wefing OWL Vertiefung Vortrag und Praxis**

16:15 Kaffeetrinken

16:30 Rückmeldung aus den Workshops

16:55 Schlusswort und Verabschiedung

Info: Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V., Anmeldung wäre nett bei **05263/4069994** oder info@krisenunderwachen.de hier Mitfahrgelegenheiten (Auto und Bahn); Fahrtkostenerstattung für (Gruppen von) Bedürftige/n billigste Möglichkeit, höchstens NRW bis 5 Personen Ticket der Bahn AG. Nur auf vorherigen Antrag möglich. Anfahrt: Herford Bahnhof, Ausgang über die Fußgänger Ampel. Dann rechts halten über die Kurfürstenstr. und in 50m die nächste Einfahrt nach unten gehen.

Es gelten bei Corona die Bestimmungen des Kreis Herford und des Land NRW, sowie der Bundesrepublik Deutschland. Bitte Corona Regeln beachten.



Bpø KulturNetzwerk

Stelle Dich und das Kulturnetzwerk doch bitte kurz vor!

Ich bin Silvia Hoffmann, Baujahr 1966. Ich wollte mich nie wegen meiner Betroffenheit engagieren. Ich wollte immer nur ein Teil dieser Gesellschaft/Gemeinschaft sein, ABER ich kam nie irgendwo an. Das war weder zufriedenstellend noch heilsam, also brach ich vor 9 Jahren auf, meinen eigenen „kreativen/engagierten“ Weg zu trampeln. Ich stellte in der Stadt (ich lebe in Brandenburg und engagiere mich in Fürstenwalde), bei Ärzten und in Geschäften als Kleinst-Galerien Vitrinen auf und zeigte was ich und andere so Kreatives werkeln. Ich traf dann eben immer auf die ähnlichen, kreativen und betroffenen Menschen. So trampelte ich weiter diesen Weg, wir wurden eine Interessengemeinschaft und gründeten dann 2019 einen Verein. Aber wir waren immer wenige und nicht dauerhaft verlässlich, also suchte ich weiter Gleichgesinnte und fand den BPE e.V. Anfang 2021. Ich fand auf der Homepage das Kulturnetzwerk, aber Ruth Fricke konnte das nicht mehr machen und irgendwie lag alles brach ... So kam es, dass ich mich da engagieren wollte und mir wurde es in vertrauensvolle Hände gegeben. Als hätte es auf mich gewartet.

Was umfasst, von Deinem Verständnis her, der Begriff „Kultur“?

Kultur ist alles was nicht Natur ist *lächel* - Vom Menschen gemacht! Ich mag „einfache“ Ein-sichten. Meine Einstellung führt gelegentlich zu Missverständnissen, denn das Kulturnetzwerk ist für mich nicht ausschließlich Kreativität im Sinn von Malerei, Fotografie, etc. Mir geht es konkret um Teilhabe von Betroffenen und die sollte individuell „richtig“ sein. Ich möchte allen zurufen „probiert Euch aus“ ich/wir geben Euch gerne diesen Raum. Wer sich spielt, kann nicht scheitern, nur in Freude lernen. Der Begriff „Kultur ver-rückt“ bringt auf den Punkt, wofür ich mich engagiere. Ich habe mich schwer einordnen wollen und können, deshalb war ich stets draußen, das hat mir eine besondere Lebensperspektive gelehrt. Ich finde genau das braucht ein Kulturnetzwerk im Betroffenenverband, ein ver-rücktes Bild von Möglichkeiten, einen Ort fantastisch zu sein wie man ist. Ich bin gespannt, was daraus wird.

Welche Probleme haben Kulturschaffende mit Psychiatrie-Erfahrung häufig?

Meine Rückfrage wäre: Gibt es denn Probleme? Meine Perspektive ist ja gerne naiv und spielerisch, wenn es

Probleme gibt, überwinde sie oder mach was anderes. Das Leben und seine Aufgaben lehrt uns, fordert uns heraus Lösungen zu finden, fördert unsere Kreativität. Änderst du deine Perspektive, ändern sich deine Lebens-Umstände. Ich behaupte: Kreativität macht handlungsfähiger in allen Lebensbereichen, deshalb müssen wir sie fördern oder herauslocken.

Wie kommuniziert das Netzwerk im Moment untereinander?

Angefangen haben wir im Telegram Kanal, da alle Kanäle des BPE bei Telegram sind (<https://t.me/BPEKulturnetzwerk>). Der Telegram Kanal ist quasi eine schöne Eingangstür, um zu gucken, wer wir sind und was wir machen. Wer dann mehr Gesellschaft, Gemeinschaft und Austausch möchte kann ins Forum einsteigen. Vorteilhaft im Forum ist, dass die Themen übersichtlich sind und die Informationen nicht im Fluss des Telegram Kanals verschwinden. Das Forum befindet sich noch in einem ruhigen, spielerischen Aufbau, teilweise öffentlich teilweise nicht öffentlich. Öffentlich ist zum Beispiel die Bundesland Übersicht, wo man Angebote, engagierte Menschen und Themen von Psychiatrie-Erfahrenen finden kann. Neuerdings kann man im Forum eine Bildergalerie anlegen und seine Kreativen Werke mit anderen teilen. Politisch ist das Forum noch gar nicht aktiv. Die meisten verbinden mit dem Kulturnetzwerk noch eher kreative Arbeiten. Im Forum befinden sich unsere zurückliegenden Online Themen, ein fortlaufend wachsender Rückblick, wieder nachlesbar oder eben jederzeit individuell zu entdecken. Ich find's toll! Gesellschaftlich, zum Beispiel in Form von Hilfsangeboten, ist das Forum noch in den Startlöchern: <https://www.bpe-kulturnetzwerk.de/>

Wie funktioniert Dein Forum? Welche Erfahrungen hast Du bereits mit dem Forum gemacht?

Das Format ist in die Jahre gekommen und wurde irgendwie vergessen, habe ich den Eindruck. Wir leben heute, online, eher auf diesen schnellen Leinwänden oder starren Info-HP's, da fehlt mir die Möglichkeit eines tiefen Gesprächs. Als zurückgezogene Person ist die Möglichkeit online mit zu machen enorm wichtig, wir können froh sein, so mein Empfinden, dass wir diese Möglichkeiten heute haben. Für mich war es einst Absprungbrett, um mich dann später vor Ort zu engagieren. Auch heute, in meinen Rückzugszeiten, ist das Online Angebot für mich wichtig. Deshalb fördere ich dieses im besonderen Maße. Wenn ich/du/wir nicht in der Lage sind, uns vor Ort aufzuraffen oder vor Ort gar



nichts ist, finden wir uns in jedem Fall im Forum wieder und können zeitlos reagieren, weil wir jetzt die eigenen Kapazitäten dafür haben. Das Forum soll MUT machen zum WIR und/oder Verbindungen schaffen, die sonst räumlich nie zu Stande kämen, weil der Weg zueinander nie gefunden worden wäre.

Welche Termine sind, zusätzlich zur Jahrestagung in Kassel, geplant?

Das BPe-Kulturnetzwerk veranstaltet im Herbst, Winter und Frühjahr thematische Onlineveranstaltungen. Im September geht's wieder los, das Thema steht noch nicht fest. Unsere Termine findet ihr vor allem im Newsletter, den ihr auf der HP www.bpe-online.de abonnieren könnt.

Im Forum:

Vorträge/Referate/Lesungen/etc.
-öffentlich-
Ein- und Rückblicke unserer Veranstaltungen

<https://www.bpe-kulturnetzwerk.de/>

www.bpe-online.de

Ich bedanke mich für das Interview und wünsche Dir viel Erfolg und Spaß mit dem Kulturnetzwerk!

Ich bedanke mich für das Interview und wünsche Dir viel Erfolg und Spaß mit dem Kulturnetzwerk!

Tobias Thulke



Programm der BPE – Jahrestagung 2022

vom 07. bis 09. Oktober

in der Jugendherberge Kassel (Schenkendorfstraße 18, 34119 Kassel)

Vortrag 1: Berichte aus den Regionen

In den 45 Minuten der „Berichte aus den Regionen“ darf sich jede(r) frei melden und vortragen. Egal wo sie/er wohnt und egal mit welcher message. Der Programmpunkt wurde so in den letzten Jahren nicht veranstaltet - jetzt ist er wieder da! Dieser Programmpunkt ist für das bundesweite Zusammengehörigkeitsgefühl des BPE immens wichtig!

Vortrag 2: Potpourris an Interviews zur Geschichte des BPE

Tobias Thulke (Köln):

Zeitzeugen stellen sich vor und berichten. Möchtest Du Dich interviewen lassen oder kennst du eine Person, die den BPE schon lange kennt? Dann melde Dich bitte bei mir:

- E-Mail: Tobias.T.PE@gmx.de
- Telefon: 0163 5433517

Konkret verrate ich natürlich noch nichts und freue mich auf Kassel.

Vortrag 3: (Meine) 30 Jahre BPE

Matthias Seibt (Bochum):

Mit meinem Vortrag schneide ich folgende Themen an:

- die ersten vier Jahre
- Diskussion über Annahme von Pharmageld
- Diskussion über Aufnahme von Forensik-Patienten
- Diskussion über Haltung zu Zwangsunterbringung und Zwangsbehandlung
- erreichte Erfolge
- Geldbeschaffung Pro und Contra
- nicht Erreichtes bzw. Misserfolge
- Ausblick

Kulturprogramm Teil 1:

Enrico: Querflöte mit Begleitung durch Musik von CD



Hallo liebe Leserinnen und Leser des LBRS, ich heiße Enrico, bin 52 Jahre jung und möchte gerne eine schöne musikalische halbe Stunde mit Euch verbringen. Ich freue mich sehr, dass ich den ersten Teil des Kulturprogramms auf der Jahreshauptversammlung in Kassel bestreiten darf. Ich spiele Pop-Songs wie Yesterday, I just call to say I love you und Honesty für Euch, begleitet von Musik aus der Konserve. Ich liebe gute Musik, wie Jazz, anspruchsvolle Popmusik, Klassik, Gospel, Latin, Funk, Rock.

Kulturprogramm Teil2:

Schahla (Aachen): Orientalischer Bauchtanz



Schon als Kind wusste ich eigentlich, dass ich Tanzen und auf der Bühne stehen wollte. Ich bin 1960 geboren und damals gab es die schönen TV Show's und Revue's mit Marika Röck und das Fernsehballett. Es war ein langer Weg, bis ich mich in den 90ern als Künstlerin selbstständig machte. Ich besuchte viele Kurse in verschiedenen Techniken, absolvierte den Übungsleiterschein und machte 2001 bis 2003 eine Ausbildung als Tanzpädagogin. Ich begann auch Kurse für Frauen und Kinder zu geben. Heute sehe ich den Tanz nach 30jähriger Erfahrung als Heilmethode für Körper, Geist und Seele, um Blockaden in den Energiebahnen (Meridianen) aufzulösen. Viele Projekte habe ich gestartet: eigene Show's, Basare, Kindergeburtstage, Frauenveranstaltungen, Mittelaltermärkte, Kurse und Reisen zu Festivals in den Orient Tunesien, Türkei und Marokko. Und ich freue mich auf der BPE-Jahrestagung in Kassel beim Kulturprogramm dabei zu sein. Alles Gute bis dahin
Eure Schahla

AG 1: Einfach Kreativ – BPE - Kultur- netzwerk Treff

Referentinnen: Silvia Hoffmann (Brandenburg) und Karla Keiner (Hessen)

Ich hatte die Idee, am ganzen WE in Kassel, einen kreativen Raum zur Verfügung zu stellen, zum Zeigen, zum Machen, zum Treffen, eine bunte, vielfältige Mischung. Es wird übersichtshalber als AG aufgeführt, was ja auch ganz praktisch ist, so haben auch wir eine gewisse Kernzeit. Ich habe einen sehr guten Draht zu Karla Keiner, wir haben ähnliche Anliegen, deshalb habe ich sie gefragt, ob sie Lust hat, als erfahrenes BPE Mitglied, mitzumachen. Nun gestalten wir das gemeinsam ... wir ergänzen uns sehr gut. Es wird spannend! Wenn ich auf der Straße unterwegs bin ist es immer so das ein -und auspacken, auf -und abbauen fließend ineinander übergehen, ich werde nie fertig oder es kommt immer was dazwischen, deshalb ist das auch in Kassel so geplant. Als kreativer Mensch liebe ich Unabhängigkeit, Freiheitlichkeit und ich lasse meinem Gegenüber sehr gerne den Raum alles selbst zu interpretieren und zu nutzen, bis zu einem gewissen Punkt. So befinden wir uns auch bis Kassel in fließender Vorbereitung, es können immer noch Menschen dazu kommen, mit Gedanken, Anliegen, Interessen. So verändert sich dann auch bis dahin unser Angebot ... Ich freue mich darauf, auch wenn ich die eine oder andere persönliche Schwierigkeit überwinden muss, bin ich guter Dinge, dass alles gut wird wie es wird. Wenn wir uns sehen treffen wir uns, in Kassel! Silvia

AG 2: Über Psychosen schreiben – gibt es eine Psychiatrie-Erfahrenen- Literatur?

Referentin: Dr. Susanne Konrad (Frankfurt am Main)

Kreatives Schreiben ist heilsam für die Seele. Aber manchmal möchte man mehr, möchte Erlebtes und Erlittenes in gute Erzählungen, ja, Romane umsetzen, die auch andere interessieren. Wie macht man das? Es gibt viele Bücher, die Psychiatrie-Erfahrung thematisieren. Gibt es eine besondere Schreibe aus Betroffenenansicht? Was macht einen solchen Text interessant? Kann man Psychiatrie-Erfahrenen-Literatur gar als Genre verstehen, wie etwa Migranteliteratur? Antworten auf diese Fragen suchen wir gemeinsam. Am Vormittag möchte ich kurze und knackige Auszüge aus der bestehenden Literatur zum Thema psychische Andersheit, Psychiatrie etc. vorstellen und wir nähern uns den Besonderheiten an. Für den Nachmittag ist eine praktische Schreibübung mit Schreiben vor Ort, Vorlesen und Feedback

geplant. In meinen Büchern habe auch ich eigene Erfahrungen literarisch ausgestaltet, verändert, variiert. So etwas werden wir ausprobieren und uns darüber austauschen.

Ich werde versuchen, beide Blöcke in sich abgeschlossen zu machen, so dass die Teilnahme am Theorie- und am Praxisworkshop auch getrennt möglich ist.

Dr. Susanne Konrad, Literaturwissenschaftlerin, Kulturaktivistin in Frankfurt am Main und Autorin zahlreicher Bücher und Beiträge; Leiterin von Schreibwerkstätten. Zuletzt erschienen: *Kreativ und mutig. Der Weg zum eigenen Buch trotz psychischer Belastungen*. Anthem Verlag, 2022. Lesetipp zum Workshop: *Camilles Schatten*. Roman. Brandes & Apsel, 2005.

AG 3: Bewegung und Psyche (Neuere Forschungen über den Einfluss von Bewegung auf Gehirn und Psyche)

Referentin: U. Schäpe (Amberg)

Es scheint immer mehr Forschung zu geben über den Einfluss von Bewegung auf den Körper und was uns besonders interessieren dürfte, auf Gehirn und Psyche.

Auch was die Ernährung angeht wird viel geforscht insbesondere über den Weg über die Darmbakterien. In erster Linie findet Forschung zum Einfluss auf Depressionen statt, gefolgt von Angst- und Panikstörungen. Zu Psychosen findet anscheinend keine solche Forschung statt. Hier sollten sich die Betroffenen engagieren.

Ich habe zur Bewegung 2 griffige Slogans gefunden:

Bewegung stärkt die Gehirngesundheit!

Muskeln machen schlau!

Empfohlen werden 150 – 300 Min. moderate Bewegung (man soll noch sprechen können) pro Woche und 2 x wöchentlich Krafttraining (auch mit über 90 Jahren noch förderlich).

Bewegung fördert die Gehirndurchblutung und kann anscheinend auch Gehirnareale wachsen lassen. Ausdauertraining (min. 30 -40 Min.) verlängert die Enden der Chromosomen, die sich bei jeder Zellteilung verkürzen, reduziert deshalb anscheinend den Alterungsprozess. Muskeltraining bildet einen Schutz um diese Enden. Bei Studien im Seniorenbereich wurde durch Sport eine positive Auswirkung auf geistige Fähigkeiten festgestellt. Anfänge von Demenz konnten reduziert werden. Muskeln bilden angeblich Vorstufen von Botenstoffen für das Gehirn, außerdem werden die Knochen stabiler, was im Alter wichtig ist. Auf nicht allzu schwere Depressionen, Angst- und

Panikstörungen wirken sich Bewegung und Krafttraining positiv aus. Bei Psychosen hofft man, das Bewegung gegen die häufigen Stoffwechselentgleisungen hilft.

AG 4: Teilhabe Psychiatrie-Erfahrener - unsere Rechte und ihre Umsetzung

Referent: Jurand Daszkowski (Hamburg)

Menschen mit psychosozialen Beeinträchtigungen, beziehungsweise mit (längeren) Psychiatrie-Erfahrungen gehören zum Personenkreis der in der UN-Behindertenrechtskonvention beschrieben wird und denen, die in der UN-BRK formulierte Rechte, unmittelbar betreffen.

Es geht in der UN-BRK um Rechts- und Handlungsfähigkeit und um gleichberechtigte Teilhabe betroffener Menschen in verschiedenen Bereichen. Formell haben wir als Betroffene viele Rechte, aber sie existieren oft nur auf dem Papier und werden in der Realität nicht, oder nur unzureichend umgesetzt.

Ich möchte in der AG nach einer kurzen Vorstellung die wichtigsten Lebensbereiche vom Betroffenen kurz auflisten: gesundheitliche und soziale Versorgung/Hilfen, Arbeit, Wohnen, Selbsthilfe und politische und gesellschaftliche Partizipation. Mit den AG Teilnehmer/innen möchte ich über ihre Erfahrungen diskutieren, insbesondere was wurde schon erreicht und in welchen Bereichen es die meisten Mängel und Missstände noch gibt.

Weiterhin beabsichtige ich mich mit der AG darüber auszutauschen, was wir jetzt tun könnten um unsere Rechte besser durchzusetzen und diesbezüglich entsprechende Forderungen an die Politik entwerfen.

AG 5: Ernährung und seelische Gesundheit Makronährstoffe

Referent: Matthias Latteyer (Hamburg)

Diesmal stehen Makronährstoffe und Ihre Bedeutung für die seelische Gesundheit im Fokus. Wir betrachten dabei die Problematik von Psychopharmaka und Rauschmitteln, die durch Wechselreaktionen die Aufnahme von Nährstoffen erschweren und wie wir zahlreiche chronische Krankheiten durch achtsame Ernährung verhindern können. Wir werden einige simple Rezepte, sowie Zubereitungsmöglichkeiten austauschen, die den verschiedenen Ernährungstypen gerecht werden und warum eine ausgewogene Ernährung die Lebensfreude fördert. Ich möchte Euch zu dieser AG einladen und freue mich auf einen regen Erfahrungsaustausch.



AG 6: Junge Psychiatrie-Erfahrene tauschen sich aus

Referent: Luan Engels (Bochum)

In einer kleinen Runde wird sich zu der Frage ausgetauscht, was Psychiatrie für die einzelnen Personen im Leben bedeutet, welche Auswirkungen die Psychiatrie-Erfahrung hat und wie die Personen damit umgehen. Schwerpunkt sollen dabei die Auswirkungen auf Hobbys und Freizeit, aber auch Berufs- und Lebensplanung sein. Im zweiten Teil können eigene Fragestellungen diskutiert werden, die am Anfang gesammelt werden. Möglich wären zum Beispiel Themen rund um Psychopharmaka, Selbsthilfe, soziale Beziehungen, etc. Die Kommunikation soll auf Augenhöhe und auf Vertrauensbasis stattfinden. Was in der Gruppe besprochen wird, bleibt auch in der Gruppe. Über eine rege Teilnahme so wie Anregungen und Ideen freue ich mich sehr.

AG 8: Geisteskrank? Dank einer schlaun Patientenverfügung deine eigene Entscheidung!

Referent: Rene Talbot (Berlin)

Seit dem 1.9.2009 ist das neue Patientenverfügungsgesetz § 1901 a BGB in Kraft. Es wird darin explizit erwähnt, dass auch jeder medizinischen Untersuchung zugestimmt werden muss, bzw. diese rechtlich bin-

dend durch deine entsprechende, einseitig vom der Betroffenen vorher unterzeichnete Verfügung untersagt werden kann. Damit kann insbesondere mit der dafür entworfenen PatVerfü® jede Untersuchung auf eine angeblich existierende Geistes"krankheit" rechtswirksam untersagt werden. So kann das eigene „Nein“ zu einer solchen Untersuchung wirksam durchgesetzt werden.

Ohne die Feststellung einer solchen angeblichen „Krankheit“ durch einen diagnostizierenden Arzt kann aber keines der psychiatrischen Sondergesetze zum Einsperren und Zwangsbehandeln oder eine Zwangsbetreuung mehr angewendet werden. Alle psychiatrischen Zwangsmaßnahmen werden für so Geschützte unwirksam, die Macht der Zwangspsychiatrie ist gebrochen. Was für Risiken und Nebenwirkungen bei der PatVerfü zu beachtet sind, und was man tun muss, wenn man sich z.B. in der Psychiatrie ausruhen will, aber auf einmal mit einer Zwangseinweisung bedroht wird, soll in der AG besprochen werden. Insbesondere ist die AG auch für die gedacht, die bereit sind, sich in einer PatVerfü als Vorsorgebevollmächtigte eintragen zu lassen, welche Aufgaben damit verbunden sind und ob, und wenn ja, welche Risiken man dabei eingeht.

Für die AG 7 und AG 9 sind keine Kurzvorstellungen fristgerecht eingegangen.

Mouhamed D. von der Dortmunder Polizei getötet



Am 9. August 2022 wurde der 16-jährige unbegleitete Geflüchtete Mouhamed D. im Hof seiner Wohngruppe von der Dortmunder Polizei erschossen. Die dort arbeitenden Betreuer*innen riefen die Polizei, da Mouhamed mit einem Messer herumhantiert und suizidale Absichten geäußert haben soll. Mouhamed war erst 4 Monate in Deutschland und erst sieben Tage in Dortmund. Am Tag wurde er wohl aus einer psychiatrischen Einrichtung entlassen.

Elf Polizisten waren an dem Polizeieinsatz beteiligt, sie setzten Taser, sowie Reizgas ein. Als beides nicht half die Situation zu „entschärfen“, schoss ein Polizist sechs Mal mit einem Maschinengewehr auf Mouhamed. Getroffen wurde er fünf Mal, in Bauch, Kiefer, Unterarm und zwei Mal in die Schulter. Er verstarb im Krankenhaus. Mouhamed Rest in Power! Mit Entsetzen und Fassungslosigkeit. Juli für die LBRS Redaktion

Erwachen

Ich bin Morgens aufgewacht und fühlte mich großartig. Die Sonne strahlte, die Vögel sangen, und mir war leicht. So leicht, als könnte ich fliegen.

Nun, dachte ich, das ist wohl eine Manie. So eine Manie ist an sich nichts Schlechtes. Schlecht ist nur, wenn sie in die Psychose übergeht. Ich müsste mit jemandem reden. Aber, wer redet noch mit Manikern?

Ich habe das Gefühl, das große Ding in der psychiatrischen Versorgung ist jetzt die Depression. Leute wie ich kommen da gar nicht mehr vor. Die Psychose hat keine Lobby, hat sie nie gehabt.

Der Depressive, dagegen, ist Premiumkranker.

Mir bleibt der Weg ins Krankenhaus. Prävention gibt es nicht. Und dort eingesperrt sein, Medikamente. Kenne ich alles!

Na gut, heute geht es mir wunderbar. Heute bin ich gerne nicht depressiv. Auch wenn man sich um Depressive so viel kümmert. Ich finde mich gut so. Besser, doch nicht mit jemandem reden. Die wollen alle behandeln. Das will ich nicht. Kein Leidensdruck. Kein schwarz und weiß. Alles bunt.

Beim Depressiven grau. Er leidet. Da ist es schon gut, wenn das Augenmerk auf ihm liegt. Aber ich will nicht vergessen werden. Wir Maniker sollen nicht vergessen werden.

Es gibt all die Veranstaltungen zur Depression. Keine Einzige zur Psychose. Gibt's uns gar nicht? Bilden wir uns unsere Existenz nur ein?

Ich habe das Gefühl, wir spielen keine Rolle mehr. Das muss sich ändern. Wir müssen laut werden. Wer könnte das besser als ein Maniker!?

Ich stelle mich dahin, und tue es. Ich kann es, denn ich bin nur manisch, noch nicht psychotisch. Ich nutze meine Zeit. Wer weiß, wie lange es gut geht? Bis ich Hilfe brauche und sie einfordern muss.

Nicht nur die Depressiven sind wichtig!

Martin Stoffel

Stellenausschreibung Anlaufstelle Rheinland

LPE NRW e.V.



Der Landesverband Psychiatrieerfahrener NRW e.V. ist eine gemeinnützige Selbsthilfeorganisation und Interessenvertretung von Menschen, die Erfahrung mit seelischen Krisen bzw. Psychiatrie-Erfahrung haben. In unserer Anlaufstelle Rheinland in Köln-Mülheim bieten wir Selbsthilfegruppen, offene Angebote sowie Beratung und Begleitung auf Augenhöhe an.

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir **eine*n Koordinator*in (m/w/d) für das Projekt „Interkulturelle Öffnung“** mit 19,5 Stunden/Woche vorerst befristet bis zum 31.12.2022. Ein Anschlussprojekt wird beantragt.

Ihr Aufgabenbereich:

- Durchführung unserer interkulturellen Selbsthilfeangebote
- Koordinationstätigkeiten
- Öffentlichkeits- und Netzwerkarbeit
- Projektabrechnung, in Absprache mit Anlaufstellenleitung
- Pflege unserer Social Media Plattformen

Ihre Voraussetzungen:

- Bereitschaft sich in einen neuen Themenbereich einzuarbeiten
- Organisationsfähigkeit
- Einfühlungsvermögen und Kontaktfreudigkeit
- Sicherer Umgang mit MS Office
- Teamfähigkeit
- Eigene Psychiatrie-Erfahrung wäre schön

Unser Angebot:

- Flexible Arbeitszeiten
- abwechslungsreiches Aufgabengebiet
- Raum für das Einbringen eigener Ideen und Kreativität
- Weiterbildung zum Peer-Berater/Ex-In Genesungsbegleiter
- Bezahlung nach TVL, Gruppe 9

Bewerbungen an Vorstand@psychiatrie-erfahrene-nrw.de. Fragen beantwortet Herr Seibt unter 0157 / 531 96 958. Wir freuen uns auf Sie!



LANDESVBAND PSYCHIATRIE-ERFAHRENER NRW e.V.

☐ **Pressekontakt** vorstand@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

☐ **Kasse LPE NRW e.V.**
Sandy Drögehorn
s.droegehorn@gmail.com

☐ **Selbsthilfe bei Psychosen, Psychopharmakaberatung, Rechte Psychiatrie-Erfahrener**
Tel. 0234/ 640 5102
Di 10-13 Uhr N.N.
Di 14-17 Uhr N.N.

Anlaufstelle Rheinland

des LPE NRW e.V., 51065 Köln, Graf-Adolf-Str. 77

Telefon: Mi, Fr 16 -19 Uhr unter 0221-964 768 75. Birte Kaufmann, kaufmannbirte1@gmail.com, www.anlaufstelle-rheinland.de

☐ **Offenes Café:**

Mo, Mi, Fr 16-19 Uhr mit Beratung und Sa u So 14-tägig 14-17 Uhr (wöchentlich wechselnd)

☐ **Selbsthilfegruppe „Lebenswert“**

1. & 3. Do im Monat 18.30-20 Uhr

☐ **Selbsthilfegruppe „Seelische Gesundheit“ (telefonisch)**

2. & 4. Do im Monat 19 Uhr

☐ **JPEK: Junge Psychiatrie-Erfahrene Köln** (18 bis 35 Jahre):
1. & 3. Di 18.00-20.00 Uhr

☐ **PATverfü-Beratung**
zu den Telefonzeiten der Anlaufstelle

☐ **SHG-Gruppe „Stimmen hören“**
jeden 1. & 3. Do 18-20 Uhr

Bei den folgenden Angeboten bitte mit Anmeldung in der Anlaufstelle Rheinland:

☐ **Brettspielgruppe**
jeden 1. Mi im Monat 18 - 21 Uhr

☐ **Handarbeitsgruppe**

jeden 2. So 14-17 Uhr,

☐ **Schreibgruppe** „Schreib's Dir von der Seele“

jeden 2. Fr 18-20.00 Uhr,

☐ **interkulturelles Kochen**

jeden Mi 15-18 Uhr,

☐ **interkulturelle Kreativgruppe**

jeden 1. & 3. Mo 14-15.30 Uhr

Anlaufstelle Westfalen

des LPE NRW e.V. + Weglaufhaus, 44807 Bochum, Herner Straße 406

Tel. 0234 - 640 5102 oder 0234 - 68 70 5552 www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de

☐ **Offene Cafés**

jeden Montag 15 - 17 Uhr & jeden Freitag 14 - 17 Uhr.

☐ **Selbsthilfegesprächsgruppe Psychiatrie-Erfahrener**

jeden Montag 17.15 - 18.45 Uhr

☐ **Selbsthilfegruppe für junge Psychiatrie-Erfahrene (18-35 Jahre)** jeden Dienstag 17.30 - 19 Uhr Kontakt: f.onstein-SHG@gmx.net (**online, einmal im Monat als Präsenztreffen**)

☐ **Selbsthilfegarten**

Kontakt: wirselbsthilfegartenbochum@web.de, Tel: 0177/3462452

jeden ersten Dienstag im Monat 14 Uhr Flinta* Gartencafe (Treffpunkt Weglaufhaus)

jeden Mittwoch 14 Uhr Garten-
gruppe (Treffpunkt Weglaufhaus)

jeden Donnerstag Eltern mit Kids Gartentag

☐ **Abtauchen** mit Gabor jeden Donnerstag 18.30 - open end

☐ **Internet für Alle** jeden Freitag ab 17 Uhr und nach Vereinbarung mit Gabor

☐ **Aktiventreffen** jeden ersten Mittwoch im Monat ab 18 Uhr (**wieder in Präsenz**)

☐ **Psychopharmaka Beratung**

jeden Dienstag 10 - 13 Uhr & 14 - 17 Uhr unter:
Tel. 0234 / 640 5102

☐ **Selbsthilfeberatung des LPE NRW e.V.**, jeden Montag 14.30 - 17 Uhr & 19 - 21 Uhr unter Tel. 0212 / 53641

Ab dem 22.11.21 benötigen auch Geimpfte und Genesene einen maximal 3 Tage alten Corona-Test, um die Anlaufstelle zu betreten



Nachrichten vom BPE

LautBriefRundSprecher online

Seit Ausgabe 6 veröffentlicht die LBRS-Redaktion jede Ausgabe auch online. Nun verfügbar: funktionales Lesen, Kommentieren & Teilen.

Erreichbar unter: www.lbrs-online.de und www.lbrs-online.de per Smartphone oder Desktop-PC/Notebook.

BPE Newsletter

In unserem Newsletter informieren wir monatlich über aktuelle Aktivitäten des BPE und aus den Landesverbänden. Anmeldung unter: [https://bpe-](https://bpe-online.de/anmeldung-fuer-den-newsletter)

[online.de/anmeldung-fuer-den-newsletter](https://bpe-online.de/anmeldung-fuer-den-newsletter). Kontakt zur Redaktion: newsletter@bpe-online.de.

BPE Online Selbsthilfegruppe

Jeden Montag, von 18 Uhr bis 20 Uhr, lädt Enrico herzlich zur BPE Online- Selbsthilfegruppe ein. Diese bietet einen geschützten Raum, für den Austausch von persönlichen Erfahrungen, Problematiken im Alltag, Psychopharmaka und Psychiatrie.

Wir möchten uns hier gemeinsam selbst helfen und inspirieren lassen.

Interessierte können sich sehr gerne bei Enrico melden per E-Mail selbsthilfegruppen@bpe-online.de

Aufgaben des Vorstandes

Jurand Daszkowski

□ Vertretung des BPE in politischen Gremien

Karla Keiner

□ Vertretung des BPE in politischen Gremien
□ Personalverantwortung
□ Öffentlichkeitsarbeit
□ Mitgliederbetreuung

Felix Freiherr von Kirchbach

□ Öffentlichkeitsarbeit
□ Mad-Studies
□ Presseanfragen (mit Matthias und eigentlich allen anderen)
□ Stellungnahmen
□ Ansprechpartner für junge Psychiatrie-Erfahrene

□ Schwerpunkte:

-Psychopharmaka reduzieren und absetzen
-Suizidalität
-psychiatrische Diagnosen überwinden /eigene Worte finden
-gesetzliche Betreuung
-PatVerFü

Sabine Wieg c/o BPE e.V.

□ Pauschal- u. Projektmittelanträge
□ Finanzen
□ Personalverantwortung
□ Organisation Jahrestagung / Mitgliederversammlung

Matthias Seibt

□ Pauschal- u. Projektmittelanträge
□ Presse
□ Personalverantwortung

□ Finanzen

□ Organisation Jahrestagung / Mitgliederversammlung

Sandy Drögehorn

□ Pauschal- u. Projektmittelanträge
□ Finanzen
□ Organisation Jahrestagung / Mitgliederversammlung
□ Vertretung des BPE in politischen Gremien

Silvia Hoffmann

□ BPE- Kulturnetzwerk
□ Ag's / Netzwerke / interne Gremien
□ Ansprechpartnerin der Landesverbände

Telefonberatung

Safe Haven: Offener Austausch über Suizidgedanken und andere Schattenseiten

Wir möchten einen Raum bieten in dem offen über Suizidgedanken und alles, was zu diesen geführt hat, gesprochen werden darf. Wir kennen Suizidalität von innen und wünschen uns einen respektvollen

Umgang miteinander. Im Vordergrund steht Ihr als Menschen mit Eurer Lebenssituation und Eurer Biografie, nicht vermeintliche Diagnosen.

bundesweite ergänzende unabhängige Teilhabeberatung EUTB

Unsere Teilhabeberatung (EUTB) hat den Schwerpunkt Psychiatrie-Erfahrung. Beratung machen

aktuell Carina Niedermann, Ramona Lettkamp, Luan Engels und Björn Depel.

Ex-it

Die Beratung „Ex-it“ zeigt Wege auf, wie das psychiatrische System verlassen werden kann. Wir schauen gemeinsam, auf welchem Wege sich im Voraus der Gang in die Psychiatrie vermeiden

lässt. Welche Vorkehrungen sind zu treffen, welche Hindernisse zu beachten? Wen kann ich mit einbeziehen? Um wen mache ich lieber einen Bogen, wenn Verrücktheit naht?

**BUNDESVERBAND
Psychiatrie-Erfahrener, e.V.**
Herner Straße 406, 44807 Bochum
www.bpe-online.de

Geschäftsstelle des BPE e.V.
Mitgliederverwaltung, Infomaterial, Pressekon-
takt: Anne Murnau
Tel. 0234-917 907 31
Mail: kontakt-info@bpe-online.de
Sprechzeiten: Do 10-13 Uhr

Kasse: Sabine Wieg
Tel. 023491790733
sabine.wieg@bpe-online.de
Bankverbindung:
Bank für Sozialwirtschaft, Köln,
IBAN: DE74370205000007079800

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung
Tel: 0234 / 70 890 520
Mo, 9-12 Uhr: Carina Niedermann
Di 10-13 Uhr Ramona Lettkamp und 14-17 Uhr
Carina Niedermann
Mi 9-12 Uhr Carina Niedermann
Do, 14-18 Uhr Luan Engelns
Fr 9-15 Uhr Luan Engelns und Ramona Lettkamp
Die Berater*innen sind auch per Mail zu errei-
chen: Björn Depel, depel@eutb-bpe.de; Luan En-
gelns, engelns@eutb-bpe.de; Ramona Lettkamp,
lettkamp@eutb-bpe.de; Carina Niedermann, nie-
dermann@eutb-bpe.de
Auch per Telegram unter @NiedermannEUTB
oder @EngelnsEUTB erreichbar!

Erstkontakt und Beratung,
Tel.: 0234 / 68705552
Mo 10-13 Uhr: Milena Franke
Mail: milena.franke@psychiatrie-
erfahrene-nrw.de und
Do 10-13 Uhr: Layla Bach,
layla.bach@gmx.de

Beratung „EX - IT: Das psychiatrische System ver-
lassen“,
Tel. 0234-640 5102
Mi 11-14 Uhr. Felix von Kirchbach,
felix.vonkirchbach@bpe-online.de

„Mit Suizidgedanken leben?
Suizidalität und Selbsthilfe“
0234-7089 0510,
So. 15-18 Uhr Saskia

Beratung Safe Haven: Offener Austausch über
Suizidgedanken und andere Schattenseiten des
Lebens“
Tel: 023458442693
Freitags 20-23 Uhr. Felix von Kirchbach, safe.haven@
bpe-online.de und Leilani Engel, safe.haven@bpe-on-
line.de

Landesverband PE Hessen
Das offene Ohr 0176/43281713
machen Sonja und Toni
Wir sind eine einfache Begleitung, keine Rechtsbera-
tung und keine psychologische Beratung
Di und Do 16-18 und So 13-17 Uhr

Stand: August 2022

Psychopharmakaberatung aus Betroffenenensicht

Projekt ausgelaufen! !!! Das Thema wird
in anderem Rahmen bearbeitet.

Telefonzeiten
unter 0234 / 640 510-2:
Dienstag 10-13 Uhr und 14-17 Uhr
und Mittwoch 11-14 Uhr,
unter 0234 / 70 890 520:
Freitag 9-15 Uhr

Wir, Matthias, Martin, Felix und Layla, stehen
den Selbsthilfegruppen für Vorträge und Ar-
beitsgruppen zu Psychopharmaka, Selbsthilfe
bei Psychosen und „Verücktheit steuern“ gegen
Fahrtkosten (Bahncard 50) zur Verfügung. Wir
haben eine bundesweite Liste von Psychiater/
inn/en bzw. Ärzt/inn/en, die (deutlich) zurück-
haltender als der Durchschnitt beim Verschrei-
ben von Psychopharmaka sind oder die sogar
beim Absetzen unterstützen. Bitte teilt uns mit,
wenn ihr bei Euch vor Ort so jemand kennt.

Wir organisieren bundesweite Seminare, auf
denen sich Psychiatrie-Erfahrene zum Thema
Psychopharmaka usw. weiterbilden. Inte-
ressent/inn/en, die so ein Seminar bei sich
vor Ort wollen, bitte bei uns melden. Gern
schulen wir Psychiatrie-Erfahrene, die selber
im Rahmen ihrer Selbsthilfeaktivitäten zum
Bereich Psychopharmaka beraten wollen. Da
die Nachfrage hier sehr überschaubar ist, wer-
den individuelle Wünsche genau beachtet.

Selbsthilfegruppen und Landesorganisati-
onen beraten wir in allen organisatorischen
Fragen. Weitere Informationen unter: 0234
/ 640 5102 oder 0234 / 70 890 520 oder
unter Matthias.Seibt@psychiatrie-
erfahrene-nrw.de oder
unter Felix_PlanB@posteo.de oder unter Layla.
Bach@gmx.de.

.... aus der Geschäftsstelle

Anwälte, Psychiater, Psychologen gesucht

In der Geschäftsstelle werden Daten von empfehlenswerten Anwälten, Psychiatern und Psychologen gesammelt. Damit die Listen aktuell bleiben und die Berater und die Geschäftsstelle Euch im Fall der Fälle weiterhelfen können, gebt die Daten von Rechtsanwälten, Psychiatern bzw. Psychologen, mit denen Ihr gute Erfahrungen gemacht habt bzw. die unseren Ansichten nahe stehen, an die Geschäftsstelle weiter.

LautBriefRundSprecher per Mail oder online

Der LautBriefRundSprecher ist statt per Post auch als PDF-Datei per Mail erhältlich. Bei Interesse in der Geschäftsstelle Bescheid geben. Der LautBriefRundSprecher ist auch online auf der BPE Seite zu finden.

Bei Umzug bitte melden

Wenn Ihr privat umzieht oder Eure Selbsthilfegruppe einen anderen Tagungsort oder Tagungstermin wählt, teilt dies bitte der Geschäftsstelle des BPE e.V., Herner Straße 406, 44807 Bochum mit. Nur so können wir gewährleisten, dass Ihr regelmäßig Informationen des BPE bekommt und dass wir Hilfesuchende an die örtlichen Selbsthilfegruppen weiter vermitteln können. Telefon: 0234 917 907-31; Email: kontakt-info@bpe-online.de

Dorothea Buck

Die 90-seitige Festschrift „Psychose als Selbstfindung“ von Elena Demke und Mirko Olostiak-Brahms zum 100. Geburtstag von Dorothea Buck ist weiterhin erhältlich gegen Einzahlung von 7 € pro Heft auf das BPE - Konto IBAN DE74 3702 0500 0007 0798 00 unter Verwendungszweck: Dorothea-Buck und Lieferanschrift.



Rechtshilfefonds für Zwangspsychiatrisierte

Auf Grund der fortgesetzten und immer zahlreicher werdenden Verstöße psychiatrischer Täter/innen gegen die gültigen Gesetze hatten sich die Vorstände des Bundesverbands Psychiatrie-Erfahrener e.V. und des Landesverbands PE Nordrhein Westfalen e.V. im Jahr 2006 zur Einrichtung eines Rechtshilfefonds für zwangsweise psychiatrisierte Menschen entschlossen. Dieser Fonds soll dazu dienen, aussichtsreiche Klagen gegen illegale psychiatrische Zwangsmaßnahmen oder aussichtsreiche Klagen gegen gesetzwidrige Entscheidungen oder Verfahrensweisen der deutschen Justiz zu unterstützen.

Illegale psychiatrische Zwangsmaßnahmen sind z.B. die ambulante Zwangsbehandlung oder die stationäre Zwangsbehandlung ohne richterlichen Beschluss. Eine rechtswidrige Verfahrensweise der Justiz liegt z.B. vor, wenn bei einer richterlich angeordneten Zwangsmaßnahme, der/die davon Betroffene nicht angehört wird.

Um es klar zu sagen: Die Chancen für den Rechtsweg sind nicht gut. Psychiatrie-Erfahrene haben, egal was passiert ist, oft unrecht. Daher brauchen wir eindeutige Fälle. Diese Fälle müssen aktuell sein. Um zu prüfen, ob es ein aussichtsreicher Fall ist, brauchen wir Kopien oder pdf-Scans der wichtigsten Unterlagen.

Wir werden pro Jahr nur ein, höchstens zwei Prozesse unterstützen. Fürs Erste haben wir 4.000,- € zur Verfügung gestellt. Wer meint, sein/ihr Fall eigne sich, wendet sich bitte an:

BPE e. V. und LPE NRW e.V.
Herner Straße 406,
44807 Bochum
vorstand@bpe-online.de
vorstand@psychiatrie-erfahrene-nrw.de

Fragen werden von Matthias unter 0234 640 5102 oder 0175 12 12 304 beantwortet. Bitte googelt vorher die wichtigsten Eurer Fragen!

Die Vorstände von BPE und LPE NRW im Juli 2020

Soteria AG:

Auf der Jahrestagung 2006 haben wir diese AG gegründet. Wir wollen diese Behandlungsform allen Mitgliedern des BPE nahe bringen und in der Gremienarbeit auch die Angehörigen und Profis davon in Kenntnis setzen, dass wir uns diese Behandlungsform (mehr Gespräche - weniger Psychopharmaka) - vor allem in Krisen - wünschen. Gedanken - Erfahrungen nehmen wir auf dem Postweg entgegen. Eure Mitarbeit wird uns Ansporn sein, auf unserer Jahrestagung einen Arbeitsbericht vorzulegen. Kontaktadresse: Soteria AG c/o Bernd Thomaßen, Mühlenstr. 23, 45731 Waltrop

Arbeitskreis Forensik:

Zur Zeit nicht besetzt. Interessierte Personen, die sich im Feld Forensik einbringen möchten, melden sich bitte beim Vorstand des BPEs: vorstand@bpe-online.de

AG Geronto:

Auf der BPE Jahrestagung 2018 leitete ich einen Workshop „AG-Geronto-Vorurteile“. Wir erarbeiteten dort Themen, die uns für ein selbstbestimmtes Alter wichtig sind.

1. Hinweise und Tipps zur Gestaltung des Lebens.
2. Vorurteile zwischen den Generationen.
3. Suche nach Ruhe und Weisheit.
4. Zukunftsplanung und Vorsorge.
5. Von der Wichtigkeit positiver Vorbilder.

Daraus entwickelte sich mit einigen Mitgliedern ein Briefwechsel. Wir wollen die AG bundesweit fortführen. Alle Briefe werden beantwortet. Ich werde jährlich einen Bericht über unsere Arbeit auf der Jahrestagung geben.

Desweiteren wird Karin Haehn bei Ihr eingehende Berichte (per Brief) über aktuell erlebte Gewalterfahrungen in ambulanten oder stationären psychiatrischen Einrichtungen an die DGSP e.V. weiterleiten, da sie dort dem Fachausschuss „Psychiatrie ohne Gewalt“ angehört.

Karin Haehn, Cluentalstraße 2, 28283 Verden / Aller

Kulturnetzwerk:

Wie suchen, bundesweit, regionale AnsprechpartnerInnen, EinzelaktivistenInnen, Gruppen, etc. zur besseren Vernetzung von Kunst u. Kultur der Psychiatrie-Erfahrenen.

Zurzeit sammeln wir uns bei Telegram: t.me/BPE-Kulturnetzwerk

kulturnetzwerk@bpe-online.de

Schreibt oder kommt vorbei!

Antifolterkommission:

Die Antifolterkommission des Europarates führt in regelmäßigen Abständen Kontrollbesuche in den Staaten durch, die zum Europarat gehören. Im Vorfeld derartiger Besuche wird der BPE e.V. regelmäßig aufgefordert, Verstöße gegen die Antifolterkonvention des Europarates zu melden. Hier sind wir auf Eure Mithilfe angewiesen. Bitte meldet uns sofort Verstöße gegen die Antifolterkonvention des Europarates, wenn sie Euch persönlich widerfahren sind, damit wir Eure Erfahrungen in unseren Bericht einfließen lassen können. Bitte schickt Eure Erfahrungsberichte an: Mail: vorstand@bpe-online.de, Post: BPE Geschäftsstelle Herner Str. 406, 44807 Bochum

Unabhängige Beschwerdestelle Psychiatrie:

Beratung beim Aufbau und zur praktischen Arbeit/Umsetzung dieser Stellen, sowie eine Übersicht über bestehende Stellen findet Ihr beim Bundesnetzwerk unabhängige Beschwerdestellen im Internet unter:

<http://www.beschwerde-psychiatrie.de>

Kontakt:

bundesnetzwerk@beschwerde-psychiatrie.de

AG BPE-Schlichtung:

Bei der BPE-Mitgliederversammlung 2021 wurde der Antrag zur Einrichtung einer Schlichtungsstelle für BPE-interne Konflikte angenommen. Möchtet Ihr aktiv bei der in der Gründungsphase befindlichen Schlichtungsstelle mitarbeiten? Habt Ihr schon Kenntnisse in den Bereichen gewaltfreie Kommunikation, Mediation o. ä., die Ihr gerne einbringen möchtet? Gibt es einen Konflikt mit Bezug zum BPE e.V., bei dem Ihr Euch eine Schlichtung wünscht? Oder möchtet Ihr weitere Informationen über unsere AG bekommen? Dann könnt Ihr uns gerne unter der folgenden Mailadresse kontaktieren: schlichtung@bpe-online.de