

LAUTSPRECHER

Psychiatriekritisch und unabhängig von der Psychopharmaka-Industrie

Heft 32 Mai 2011

Perspektivwechsel durch Selbsthilfe

- **Revolutionäres Urteil
gegen Zwangsbehandlung**
- **Fortbildungen für
Psychiatrie-Erfahrene**
- **Roman zum Sammeln**



Werde Mitglied!

Die Mitgliedschaft im LPE NRW e.V. kostet 40 € jährlich, bei ALGII 20 €. Beitrittsformulare gibt es unter 0234/ 68 70 5552, kontakt-info@bpe-online.de oder unter www.bpe-online.de.

Seminare des LPE NRW

Liebe Selbsthilfe-Aktive,

Der LPE-NRW bietet auch in diesem Jahr, wenn mit der Antragsbewilligung alles klappt, wieder Seminare an. Da das erste Seminar schon im Mai stattfindet, möchten wir euch jetzt schon herzlich einladen daran teilzunehmen.

Die Teilnahme ist kostenlos. Für Gruppen, die noch keine Fördermittel haben, übernimmt der LPE NRW die Fahrtkosten auf Antrag. Die Teilnehmerzahl ist jeweils begrenzt. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Anmeldung möglichst zeitnah bei Cornelius: 0212 / 53 641 oder Cornelius.Kunst@gmx.de. Auf den Seiten 14,15, 20 und der Rückseite des Heftes findet ihr die Seminarbeschreibungen.

Ich wünsche euch allen eine friedliche Zeit, hoffe, es ist etwas Interessantes für euch dabei,

Mit herzlichen Grüßen,
Miriam

LAUTSPRECHER

ISSN 1864-6255

Herausgeber: LPE NRW e.V. im BPE e.V.

Redaktion: Reinhild Böhme (ribo), Martin Mayeres (may), Jan Michaelis (jami, v.i.S.d.P.).

Fotos - soweit nicht anders angegeben - Monika Redding (Titelfoto), Peter Lehmann (Seite 20), Sylvia Syassen (Seite 21,23, Blumen), Anette Wilke (Löwe Seite 18).

Beiträge, Artikel und Leserbriefe:

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.

Redaktionsanschrift:

Lautsprecher c/o LPE-NRW e.V., Wittener Straße 87, 44 789 Bochum
Fax: 0234/640 5103 oder EMail an lautsprecher@psychiatrie-erfahrene-nrw.de
Gegen Voreinsendung von 2 Euro je Heft sind Hefte nachzubestellen (soweit noch vorhanden). Größere Stückzahl bitte telefonisch anfordern unter Tel. 0234/640 5102.

Auflage: 750 Stück

Erscheinungsweise: vierteljährlich

Redaktionsschluss für Heft 33/2011: 10. Juli 2011

Jahresabonnement kostenlos für Mitglieder des LPE-NRW e.V., 12 € für Nicht-Mitglieder (ermäßigt 8 € z.B. für ALG-II-Bezieher), 16 € für Institutionen.

Bankverbindung des LPE NRW e.V.

Konto Nr. 83 74 900 bei der Bank für Sozialwirtschaft (BLZ 370 205 00)

Inhalt Heft 32

Politik

Beschwerde oder Beschwichtigung 9
Keine Zwangsmedikation mehr 10ff
Pharma-industrie
beeinflusst Selbsthilfe 12
Kurzmeldungen 13
Verjährungsfrist 21

23. Selbsthilfetag

Grußwort 3
Hauptvortrag 4
Presseerklärung des LPE 8
Arbeitsgemeinschaften 6ff

Selbsthilfe

Dank an Förderer 9
Auf den Punkt gebracht 5
Weiterbildungsangebote 14, 15, 20, 28
Neuer Vorstand des LPE NRW e.V. 26

Betroffene berichten

Alles für die Katz 22
Geschichte über Kälte IV 24

Kultur/Unterhaltung

Roman zum Sammeln 16
Bücher 18
Gangolf Peitz 19
Sylvia Syassen 23

Serviceteil

Beratungs-, Stellenangebote 27
Veranstaltungen 14, 15, 20, 27, 28

Hinweis

Für unverlangt eingesandte Manuskripte wird keine Haftung übernommen. Wir freuen uns über jeden Leserbrief; es können jedoch nicht alle Zuschriften abgedruckt werden. Nachdruck mit Quellenangabe erwünscht. Die Redaktion bittet um ein Belegexemplar. Alle Rechte vorbehalten.

Selbsthilfetag am 19.03.2011

Wahnsinns Perspektiven; Gesellschaft ohne Psychiatrie.

Kleine Einleitung:

Wahnsinns Perspektiven, da steckt eine Menge drin: Die Perspektive der Begrifflichkeit wird sich weiter wandeln: Wir dürfen gespannt sein, was sich die Krankheitserfinder noch alles ausdenken. Oder werden wir doch einmal ohne diese Kategorien auskommen und uns den Sorgen der Menschen annehmen, wie sie sind, Mut zum Anderssein finden, auch weil wir nicht gleich eingesperrt werden? Die Perspektiven der Psychiatrie erscheinen wahnsinnig unter dem Gesichtspunkt all der Gewalt, dem Zwang, den Sondergesetzen für (oder gegen) „Psychisch Kranke“, der angeblichen Transmitterstoffwechselstörung und all den Medikamenten, die den Stoffwechsel lahmlegen und uns daran hindern, uns mit unseren wirklichen Problemen zu beschäftigen.

Letztlich könnte die Perspektive des Wahnsinns in einer Gesellschaft ohne Psychiatrie eine wahnsinnig schöne sein

oder, wie mancheiner glaubt, eine wahnsinnig schreckliche? Wie sie eine Schöne werden kann, damit wollen wir uns heute beschäftigen. Wie stellen wir uns die Gesellschaft ohne Psychiatrie vor? Wie stellen wir uns das Miteinander vor? Den Umgang miteinander im Bezug auf anders sein, die Begleitung von Menschen, die wirklich in seelischer Not sind. Wie gehen wir dann damit um, wenn jemand verrückt oder durchdreht? Wie sehen wir selbst auf Lebenskrisen? Wird sich etwas verändern, was die Achtsamkeit auf uns selbst betrifft, übernehmen wir dann Verantwortung für unser Wohlergehen? Sorgen vor, kommunizieren, ziehen uns zurück und manipulieren nicht?

Werden wir alle am Wahnsinn sterben, wenn uns die gute alte Psychiatrie nicht behandelt? Im Moment sterben die Behandelten im Schnitt 25 Jahre früher als die Unbehandelten, wir sind also guter Hoffnung. (*Miriam Krücke*)

Grußwort von MdL Dr. Stefan Romberg

Bochum. Am 19. März wurden 68 Teilnehmer des Selbsthilfetages des LPE NRW von einem Nervenarzt mit den Worten begrüßt: „Gesellschaft ohne Psychiatrie, das kann ich mir vorstellen, für mich wäre das als Arzt kein Problem, da ich noch genug zu tun hätte als Neurologe mit Schlaganfallpatienten und mit der Behandlung von Schmerzen.“ Der Politiker, der dies formulierte, war Dr. Stefan Romberg. Er sitzt für die FDP im Landtag und ist gesundheitspolitischer Sprecher seiner Fraktion. Er initiierte einen Gesetzentwurf, mit dem die Videoüberwachung in psychiatrischen Anstalten abgeschafft werden soll. Sein Credo ist: „Mehr am Mensch orientieren!“

Ein Selbsthilfeaktivist fand sein Grußwort beachtlich: „Das ist toll, dass hier solche Politiker sprechen, denn solche Leute können die Gesetze ändern.“ Rombergs Thesen waren dann auch mehrheitsfähig. Er forderte eine unabhängige Forschung. Die sei nötig, um Argumente zu liefern. Der Landtagsabgeordnete möchte Untersuchungen durchführen zu Psychiatrie und deren Qualität, denn man brauche wissenschaftlich fundierte Argumente, um die gesamte Politik zu überzeugen. Das ist wohl ein oft ins Feld geführter Grundsatz von Dr. Romberg, der aber auch im LPE NRW akzeptiert werden kann.

Der FDP-Politiker forderte: „Offene Türen müssen erforscht werden.“ Er kritisierte die Praxis der Zwangseinweisungen. Er stellte klar, dass Videoüberwachung nicht in Ordnung sei: „Kameras machen Angst, das ist doch klar.“ Dr. Romberg hatte bereits als Arzt im Anerkennungsjahr festgestellt, dass er sich moderne Medizin anders vorgestellt habe. Seine Forderung „ambulant vor stationär“ ist fast schon populistisch. Martin Mayeres kritisierte daran die Beliebigkeit: „Das sagen alle - warum auch nicht.“ Die politischen Erfolge, dass die Besuchskommissionen wirklich unangemeldet kommen, seien fremde Lorbeeren: Das war nicht so sehr ein Verdienst der FDP sondern des LPE NRW, der mit Matthias, Bernd und Martin den Minister Laumann sprechen durfte, der die gängige Praxis, den Besuch doch anzumelden, dann änderte!

Eine Angehörige stellte anerkennend fest: „Das Mal jemand von der FDP etwas Brauchbares sagt, ist überraschend schön.“ Leider musste die Diskussion im Anschluss an das Grußwort vorzeitig beendet werden, weil der nächste Redner schon bereitstand. Herr Romberg war mit seinem kleinen Sohn gekommen und blieb auch nach seinem Grußwort noch einige Zeit, sodass persönliche Gespräche am Rande der Veranstaltung möglich waren.

Jan Michaelis



Ein Leben ohne Psychiatrie! Was wäre wenn...

Ende des Jahres 2010 habe ich angefangen, mich auf meinen Vortrag am Bochumer Selbsthilfetag im März 2011 vorzubereiten. Hätte ich zu dem Zeitpunkt gehant, dass ich mich mit diesem Thema so lange beschäftigen werde, hätte ich den Job abgelehnt.

Trotzdem werde ich den Versuch einer kleinen Bestandsaufnahme zum Thema Psychiatrie machen. Dabei erhebe ich keinen Anspruch auf Vollständigkeit, und auch nicht auf Wissenschaftlichkeit.

Ich mixe hier meine Meinung zusammen aus Ideen der Literatur vieler kluger Köpfe wie Marc Rufer, Joseph Zehentbauer, Michel Foucault und aus Diskussionen, aus meinen eigenen Erfahrungen und hoffentlich gesunden Menschenverstand.

Aus Vereinfachungsgründen wird in diesem Aufsatz die männliche Form (der Psychiater, der Betroffene usw.) verwendet; eine andere überzeugende Ausdrucksform, die die Lesbarkeit des Textes nicht unerträglich belastet, ist bislang nicht gefunden worden.

Wem nutzt die Psychiatrie?

Der Industrie, die hohe Milliardengewinne einfährt. Mit gern gesehener Korruption bei Politikern und Psychiatern setzt sie zu fast jedem Preis ihre Produkte ab. Wo viel Geld gemacht wird, wird viel Geld angeboten. Es wird an jeder Ecke geschmiert, Forschung betrieben, die einen angeblichen Nutzen nachweist und Rückstellungen in den Ländern gebildet, wo verlorene Schmerzensgeldklagen etwas kosten. Mit all dem läuft das System wie geschmiert.

Den Psychiatern, den Gutachtern, den psychiatrischen Arbeitern, den Sozialarbeitern, Psychologen, Betreuern, Richtern, Ergotherapeuten usw.: Sichere Arbeit, attraktive Zusatzgeschäfte mit der Industrie, gute Gehälter, Anerkennung in der Gesellschaft als Helfer und Heiler, Machtgefühle können ausgelebt werden und der Unterhaltungswert ist hoch.

Dem Staat: Er verkauft sich als sozial, demokratisch und gerecht, unterwandert jedoch im Stillen mit Sondergesetzen zum Schutz psychisch Kranker die Menschenrechte. Ohne Urteil sondern mit Diagnose werden Bürger ausgesondert, eingesperrt, gefoltert und getötet.

Der Allgemeinheit: Lästiges, nerviges und störendes kann mühelos Experten überantwortet werden, die sich damit gut auskennen und sich der kranken Seele fürsorglich annehmen. Einfach wieder Ruhe in der Schulklasse, in der Nach-

barschaft, auf der Straße und in der Familie - einfach, ohne ein schlechtes Gewissen haben zu müssen.

Den Betroffenen: Endlich ist klar, dass unter einer Stoffwechselstörung gelitten wird! Die Tabletten helfen dabei, stabil zu bleiben und damit ist es einfach gut. In Phasen des stationären Psychiatrieaufenthalts gibt es besondere Aufmerksamkeit und Zuwendung des sozialen Umfelds und eine kleine Auszeit vom anstrengenden Leben ist auch möglich.

Warum also etwas ändern, wenn scheinbar alle Seiten damit gewinnen? Fragen dazu:

!st psychiatrische Behandlung eine Therapie?

Therapie kann nur freiwillig sein, denn sie soll in ein selbstbestimmtes und freies Leben führen. 20% der Einweisungen sind zwangsweise, über 500.000 ehemalige Psychiatrie Patienten stehen unter gesetzlicher Betreuung.

!st Psychiatrie eine Medizin? Medizin dient dazu, das Leben zu verlängern und die Lebensqualität zu verbessern. Jährlich sterben direkt durch psychiatrische Behandlung viele Tausende Menschen, unter den Spätfolgen leiden noch viele mehr.

!st Psychiatrie eine Wissenschaft? Nein, denn die Wissenschaft soll (naturegegebene) Gesetzmäßigkeiten nachweisen, um in erster Linie damit die Welt zu erklären. Wissenschaft und Gesetzmäßigkeiten sind beliebig oft mit demselben Ergebnis wiederholbar. Dann handelt es sich um einen wissenschaftlichen Beweis. Lassen sich Diagnosen wiederholen oder warum haben manche Menschen unzählige Diagnosen? Wer denkt sich die Diagnosen aus? Wurde trotz milliardenteurer Forschung jemals eine Stoffwechselstörung im Gehirn als Ursache nachgewiesen?

Psychiatrie beruht in erster Linie auf dem Glauben an Psychische Krankheiten ausgelöst durch Stoffwechselstörungen und dem Zwang zur Behandlung mit Psychopharmaka.

Heilt psychiatrische Behandlung? Nein, weil es jedes Jahr mehr psychisch Kranke gibt.

Was macht der Psychiater? Er behauptet, Stoffwechselstörungen im Gehirnapparat mit Psychopharmaka, Elektroschocks oder Gehirnchirurgie zu beheben.

Wann ist ein Mensch psychisch gesund? Warum geht es fast allen Menschen nach Psychiatrie Aufhalten sehr schlecht?

Wer einmal in der Psychiatrie war, der wird hoffentlich rasch die ungeschriebenen Gesetze zum Umgang mit psychiatrischen Erwartungen gelernt haben:

Sagen/Pro Erwartung / Compliance

Ich glaube Ihnen
 Ich bin krank
 Ich nehme alles ein, was Sie mir geben
 Ich bleibe so lange hier, wie Sie meinen
 Mir geht es recht gut hier
 Ja, die (Kunst-) therapie hilft mir
 Ja, die (Sport-) therapie hilft mir
 Ja, die Elektroschocks helfen mir
 Fixierungen sind zu meinem Besten
 Mir geht es recht gut
 Schlafen klappt wunderbar
 Mir geht es recht gut

Ohne Anspruch auf Vollständigkeit

Nicht sagen/Contra Erwartung/Non Compliance

Das stimmt nicht, was Sie sagen
 Ich bin gesund/nicht krank
 Ich will keine Tabletten /Ich will reden
 Ich will nach Hause / Ich will weg hier
 Ich will nicht mehr ... (leben?)
 Mir ist nicht nach malen/flechten/töpfeln etc.
 Ich kann mich kaum bewegen / bin wie gelähmt
 Mir geht es noch schlechter/nicht besser
 Sie bringen mich um/Sie tun mir weh
 Eigentlich geht's mir schlecht, weil...
 Ich kann hier nicht schlafen, weil...
 Ich habe Angst/Unruhe...

Ergänzungen erwünscht!

Psychiatrie geht mich nichts an! Psychiatrie geht uns alle was an, weil das System aus den Versicherungsbeiträgen jeden Arbeitnehmers und Arbeitgebers bezahlt wird. Und: Zwangseinweisungen können jeden Bürger treffen! Es geht nicht darum, für wie stabil oder gesund man sich selbst hält sondern der Psychiater.

Denn: Auch psychisch Kranke, Verrückte und Durchgeknallte waren vor ihrer Diagnose Bürger und Bürgerinnen wie jeder andere auch.

Die Frage ist, um was geht es hier eigentlich?

Warum wünschen wir uns von der Psychiatrie nichts sehnlicher als Zuwendung, Gespräch, Verständnis und Lösung?

Was machen die Menschen mit einem durchgedrehten Familienmitglied oder Freund, wenn keine Psychiatrie da ist? Wenn es das einfach nicht gibt? Früher im armen Deutschland oder heute in ärmeren Ländern?

Wer übernimmt Verantwortung? Wer kann diese Phase aushalten bis sie vorbei ist? Wer kümmert sich? Wer hört zu? Wer versorgt ihn mit Essen und Trinken? Oder halten

alle zusammen und stehen es gemeinsam durch? Wie geht es mir, wenn ich den Freund in die Wüste oder den Urwald jage? Und er nie wieder zurückkommt? Wie geht es mir, wenn ich ihn in die Psychiatrie jage und er nicht zurückkommt?

Keine einfache Antwort und keine leichte Sache, das hinzubekommen. Fängt Krisenbegleitung nicht schon da an, wo ich meinen Freund in den Arm nehme, wenn er traurig ist? Wo ich Gesellschaft leiste, wo ich zuhöre, Verständnis zeige, mitleide, aushalte? Vielleicht sogar an Lösungen denke? Und kann ich auch das gleiche von meinem Gegenüber erwarten? Ein Geben und Nehmen?

Ganz ehrlich: Das geht nur da, wo der Wille gegeben ist. Ich persönlich habe mehr als drei Mal versagt, was Krisenbegleitungen im Privaten angeht. Vielleicht aus Hilflosigkeit oder aus Genervtheit oder aus Unwille...

An anderen Stellen ist es gelungen und das gibt Mut, es immer wieder zu versuchen. (may)

AUF DEN PUNKT GEBRACHT**Umgang mit Psycho-Krisen**

1. Merken, dass es wieder losgeht
2. Sich eingestehen, dass es wieder losgeht
3. Sich entscheiden in die Krise reinzugehen oder eben nicht reinzugehen
4. Das Nötige tun, um nicht in die Ver-rücktheit zu rutschen
5. Ehrlich anschauen, was einen beschäftigt, nicht in Ordnung ist, dahinter steckt
6. Will ich eine Veränderung? Ist eine Veränderung nötig?
7. Entsprechendes im Leben/Handeln/Denken verändern
8. Wenn es wieder besser ist, überlegen, was aus der letzten Krise gelernt werden kann: Frühwarnzeichen, Entscheidungsmöglichkeiten und hilfreiche Strategien reflektieren



Arbeitsgruppen

Wie uns die Psychiatrie krank macht

Arbeitsgruppe und Bericht von Doris Steenken

Bei einer Blinddarmentzündung wird man vom Hausarzt in ein Krankenhaus eingewiesen und dort wird der Blinddarm in einer OP entfernt. Dann wird man wieder entlassen und alles ist wie früher, als wenn nix gewesen wäre. Die OP wurde vorher besprochen und man hat selber entschieden, ob man die Behandlung und den Krankenhausaufenthalt über sich ergehen lassen will. Alles freiwillig und aus Eigeninitiative.

Im psychiatrischen Bereich ist es oft ganz anders: Die meisten Leser/innen des Lautsprechers kennen zwar das Prozedere, aber ich verdeutliche es nochmal für alle, die noch nicht so lange Mitglied sind oder für denen, die noch nicht in den Mühlen der Psychiatrie gelandet sind.

Wegen irgendwelchen unverarbeiteten Problemen kann jeder in eine **Krise** gelangen. Dann geht man evtl. aus eigener Initiative zum **Arzt/Psychiater** oder man wird von Angehörigen oder sonstigen Bekannten dazu genötigt, einen Arzt aufzusuchen. Leider werden in den meisten Fällen keine Maßnahmen eingeleitet, die die Ursachen der Krise auf den Grund gehen und beseitigen, sondern man bekommt eine **Diagnose** vom Arzt verpasst und man soll/muss Psychopharmaka schlucken. Wenn man sich dann nicht auf die Behandlung mit den starken Medikamenten, die nicht die Ursachen bekämpfen, sondern nur die Gefühle betäuben, einlässt, dann wird einem in vielen Fällen noch eine **Fremd oder Selbstgefährdung** unterstellt. Und es folgt

in den meisten Fällen **die Einweisung in eine Psychiatrie. Spätestens hier bekommt man das Gefühl, nicht ernst genommen zu werden.**

Wenn man dann nicht freiwillig mitgeht, dann wird oft mit der **Polizei** hinzugezogen.

Dann wird man wie ein Straftäter mit Handschellen abgeführt. Gegen diese staatlich legitimierte Gewalt ist man leider im Moment Machtlos, da es leider noch Gesetze in Deutschland gibt, die Gewalt durch psychiatrische Institutionen zulassen.

In den meisten Fällen wird man erst auf die **Geschlossene Station** gegen seinen Willen untergebracht. In vielen Fällen kommt es zu **Fixierungen und/oder Zwangsbehandlung**. Auch dieses lässt leider unser Gesetz noch zu.. Man fühlt sich total **ausgeliefert, wie z.B. bei einer Entführung**. In vielen Fällen entwickelt man dann auch **Todesängste oder sehr starke Suizidgedanken**. Die Psychopharmaka, die man nehmen muss oder die einem per Zwang verabreicht werden, haben **fürchterliche Nebenwirkungen**, die zur **Verzweiflung** oder wiederum zu **Suizidgedanken führen** können. Bei einer **Zwangseinweisung** folgt nach einigen Tagen eine **richterliche Anhörung**. Davon bekommt man oft wegen der hohen Dosen der Psychopharmaka nicht viel mit oder man kann sich dazu gar nicht äußern. Dieses wird oft und auch zu Recht als **Einschnitt des Selbstbestimmungsrecht, Verletzung der menschlichen Würde** empfunden. Da der Richter sich wegen der extremen starken Wirkungen der Psychopharmaka **kein eigenes und neutrales Bild über den Zustand des Patienten** machen kann und somit auch nicht beurteilen kann, ob überhaupt mal eine Fremd oder Selbstgefährdung vorgelegen hat, verlässt er sich auch die Aus-

sagen und Empfehlungen des Arztes und stellt einen **Unterbringungsbeschluss** aus.

Während der Unterbringung müsste dann eigentlich eine Therapie erfolgen, was aber wegen des **Vertrauensverlustes überhaupt nicht möglich** ist. Außerdem kann man keinen Menschen gegen den Willen erfolgreich therapieren. Also ist die Unterbringung dann sowieso nutzlos.

Irgendwann wird man entlassen mit der **Prognose, dass man unheilbar psychisch krank** ist und **mindestens drei Jahre Psychopharmaka schlucken muss**.

Die Lebensqualität ist wegen der Medikamente sehr eingeschränkt. Es folgt dann oft **Verzweiflung** und man **setzt dann die Medikamente wieder ab**.

Da sich der **Hirnstoffwechsel durch die Psychopharmaka verändert** hat, kommt es in vielen Fällen zu **Absetzpsychosen**, weil durch das Absetzen der Medikamente der Hirnstoffwechsel sich wieder umstellen muss.

Von den Psychiatern wird **die Absetzpsychose als psychische Krankheit oder Rückfall** weil man die **Medikamente abgesetzt hat**, interpretiert und es erfolgt eine **erneute Einweisung in die Psychiatrie**. Es folgen **erneut sehr hohe Dosen an Psychopharmaka**.

In vielen Fällen wird einem bei der zweiten Einweisung in die Psychiatrie eine **Krankheitsuneinsichtigkeit** unterstellt, weil man die Psychopharmaka zuvor abgesetzt hatte.

Damit man nicht immer wieder eigenmächtig die Psychopharmaka absetzen kann, **folgt dann oft die Einrichtung einer gesetzlichen Betreuung**. Der Betreuer wird dann für die **Kontrolle und Nötigung der Medikamenteneinnahme** eingesetzt.

Durch die hohen Nebenwirkungen der Psychopharmaka ist die Lebensqualität im Keller usw.

Wenn man Pech hat, verliert man durch den ganzen psychiatrischen Prozess noch den Arbeitsplatz und landet in eine Werkstatt für Behinderte.

Einige Betroffene sind durch die hohen Nebenwirkungen der Psychopharmaka so eingeschränkt, dass sie **nicht mal mehr in der Lage sind, die eigene Wohnung zu halten** und landen dann in ein **Wohnheim. Und schon ist man komplett in den Mühlen der Psychiatrie.**

Die Folgen durch die Psychopharmaka sind:

Spätdyskinesien, Diabetes, Übergewicht, Herzkrankheiten, Kreislaufbeschwerden, Konzentrationsstörungen, Leberschäden, Nierenschäden, Thrombose oder sogar Tod.

Sonstige Folgen durch die Psychiatrie:

**Traumata zur eigentlichen Krise
Noch mehr Verzweiflung = Suizid**

**Das bedeutet:
25 Jahre verkürzte Lebenserwartung von Psychiatriepatienten**

Wer sich das Ganze ersparen will, dem empfehle ich eine Patientenverfügung mit einer integrierten Vorsorgevollmacht abzuschließen.



Kreatives Schreiben: Sich psychiatriefreie Räume schaffen

Arbeitsgruppe von Sybille Prinz
Bericht von Jan Michaelis

In der Arbeitsgruppe herrschte eine angenehme Atmosphäre. Die acht Teilnehmer wurden von Sibylle Prins in Methoden des Kreativen Schreibens geschult. Die Referentin führte in die sogenannte Cluster-Technik ein. Dazu empfahl sie das Buch von Gabriele Rico „Von der Seele schreiben“. Prins nannte diesen Titel des Junfermann Verlag „als Selbsttherapiebuch geeignet“.

Prins ließ einen Teddybär herumgehen und jeder sollte dazu eine Idee auf einen großen, gemeinsamen Bogen Papier notieren. Diese Wörter wurden der Ausgangspunkt für eine zehnminütige Schreibübung. Die Teilnehmer lasen die Ergebnisse vor. Nach diesem praktischen Beispiel las Prins ihre ähnlich entstandene Erzählung „Die Puppe“ aus „Brückenschlag 19“ vor. Die Autorin empfahl diesen Sammelband des Paranus-Verlages. Hier könne man themenbezogene Beiträge einreichen.

Als nächste praktische Übung zeichneten alle Teilnehmer ihre Lebenslinie. Dies schien zunächst nichts mit Kreativem Schreiben zu tun zu haben. Doch nach einer Fantasiereise, bei der man sich gründlich entspannte, folgte die praktische Übung zum Thema „Das Lebenskunstwerk“, bei dem alle Teilnehmer einen Text verfassen sollten. Die Ergebnisse waren sehr unterschiedlich und individuell. Eine Teilnehmerin war durch den Erfolg ihres Werkes in der kleinen Runde ermutigt, diesen Text bei der Vorstellung der Arbeitsgruppen allen Teilnehmern des Selbsthilfetages vorzutragen und bekam starken Beifall.

Prins sah neben den Techniken des Kreativen Schreibens noch die Er-

mutigung zu Veröffentlichungen als Arbeitsgruppeninhalt. Sie schränkte aber ein, dass der „Brückenschlag“ stark überlaufen sei, und verwies auf die Homepage www.paranus.de für die Ausschreibung zum Thema „Sucht und Süchte“ für das Jahr 2012. Neben Selbsthilfezeitungen empfahl sie die Seite www.uschtrin.de und die Ausschreibung von jokers.de zu einem Lyrikwettbewerb. Auch der Herbert Utz Verlag sei für Gedichte eine Adresse (www.lyrik-bibliothek.de).

Allerdings warnte die Referentin vor Verlagen die 2000 Euro und mehr verlangten, damit sie ein Buch herausbrächten. Stattdessen sollte man lieber die Ratgeber des Autorenhaus Verlag beherzigen. Hier ließ Prins ein beispielhaftes Buch herumgehen „Schreiben in Cafés“ von Natalie Goldberg. Von dieser Autorin empfahl sie auch das Taschenbuch „Der Weg des Schreibens“ aus dem Knauer-Verlag. Wobei dieses Buch nur noch antiquarisch zu haben ist.

Als Abschluss der Schreibklausur mit Sibylle Prins schrieben die Teilnehmer einen Brief an sich selbst, den die Leiterin der Arbeitsgruppe dann später abschickte. So bekamen alle Teilnehmer mit der Post noch einmal eine sehr persönliche Erinnerung an diese konstruktive und fördernde Arbeitsgruppe und ihre geschickte und liebevolle Leiterin, und daran, dass man manches einfach selbst schreiben muss, weil es sonst keiner tut.

Wer Gutes tun will, gibt!

Spenden für den
Landesverband Psychiatrie-
Erfahrener NRW e.V. auf
Konto Nr. 83 74 900
bei der Bank für Sozialwirtschaft
BLZ 370 205 00

Der Mensch ist die beste Medizin für den Menschen

Arbeitsgruppe und Bericht
von Jutta Alabi

In der Vorstellungsrunde, zu der etwa doppelt so viele Teilnehmer erschienen wie sich zuvor gemeldet hatten, betonten viele der Psychiatererfahrenen (PE), Angehörigen oder der sogenannten "Experten", dass die Beziehungen zu anderen Menschen für sie äußerst wichtig sind: Erstens, um selbst zu erfahren, wie man als „kranke“ oder „gesunde“ Mensch für andere Medizin sein kann; zweitens, um vor allem im Kontakt mit (anderen) PEs sich selbst und die Erkrankung besser verstehen zu lernen.

Bei einem Brainstorming (Gehirnsturm) zum Thema „MEDIZIN“ wurden u.a. folgende positive bzw. negative Begriffe genannt: Hilfsmittel, Stabilisierung, Genesung, alles, was gut tut und Krankheit, Gift, weißer Kittel/Distanz, bittere Pillen.

Wir haben gemeinsam überlegt, was diese Begriffe für den MENSCHEN als MEDIZIN bedeuten: Hilfsmittel durch Zuhören, Stabilisierung durch einfaches Dasein, gut tut der Mensch als Medizin, wenn er uns Mut macht, indem er seine Erfahrung mit uns teilt und zu einem besseren Verständnis unserer selbst beiträgt. Gift kann ein Mensch als Medizin sein, wenn er einen anderen Menschen seine Erfahrung und Hilfe aufdrängt und den Willen des anderen nicht respektiert. Wichtig war uns, dass Therapien (z.B. sprechende Medizin) und Selbsthilfegruppen Medikamente (zumindest teilweise) ersetzen können und, was einer der Teilnehmer (vielen Dank diesem und allen anderen Teilnehmern) am Schluss so formulierte:

„Der Mensch darf nicht nur Medizin sein. Er muss Mensch sein und für sich selber sorgen.“

Outing - Wem erkläre ich was, wie,.... und was lieber nicht?

Arbeitsgruppe und Bericht von Udo Stahlsmeier

Die Acht-Personen-Gruppe war nach der Vorstellungsrunde direkt mit einem Missverständnis einer Teilnehmerin konfrontiert: Es war zu (er-)klären, dass es nicht um das Outen Dritter gehe.

Wir haben bestimmte Fragen in der Gruppe besprochen z. B. Die (besorgte) Frage einer Teilnehmerin, die auch im Arbeitsleben steht: „Wer weiß von meiner Erkrankung...?“

Im Anschluss beschäftigte uns das Thema Respekt, Verletzlichkeit und auch das „Grundrecht auf informationelle Selbstbestimmung“ – Ich selbst bestimme, welche Daten ich von mir, über mich preisgebe.

Leider konnte folgende Frage nicht abschließend geklärt werden: Wie schütze ich mich vor Daten-Mißbrauch?

Presserklärung

„Wahnsinns Perspektiven; Gesellschaft ohne Psychiatrie“

SELBSTHILFETAG DES LANDESVERBANDES PSYCHIATRIE-ERFAHRENER NRW E.V.

Bochum – Am Samstag dem 19. März 2011 veranstaltete der Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V. zum 23. Mal seinen Selbsthilfetag. Diesmal zum Thema: Wahnsinns Perspektiven; Gesellschaft ohne Psychiatrie. Er verweist damit auf die Menschenrechtsverletzungen im psychiatrischen System und zeigt gleichzeitig Alternativen auf.

Auch nachdem die reine Internierung, Folter und Ermordung der „Narren“ und „Wahnsinnigen“ durch ein System der Behandlung „psychisch Kranker“ abgelöst wurde, bleiben Unterdrückung, Zwang und Gewalt in der Psychiatrie an der Tagesordnung.

Noch immer ist der Wahnsinn Spiegel der Gesellschaft, der dem Menschen all seine Ängste und Befürchtungen vorhält und mit dessen Hilfe er sie gleichzeitig von sich fern hält, indem er die Norm von der Un-Norm, die Vernunft von der Unvernunft trennt, um sich selbst gleichsam auf der richtigen Seite zu wähen. Inzwischen begegnen wir den Anderen mit Mitleid statt mit unverhohlenem Hass, das beruhigt unser Gewissen und bringt uns den Guten noch ein Stückchen näher.

Der LPE NRW e.V. ist bemüht, den Rechtfertigungen der Verantwortlichen ihre Gültigkeit durch Alternativen im Umgang mit psychischen Krisen zu entziehen und zu zeigen, dass es auch anders geht. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Ver-rücktheit, Krisenbegleitung, gegenseitige Beratung und Austausch in Selbsthilfegruppen sind das „Contra“ der organisierten Psychiatrie-Erfahrenen.

Beschwerde oder Beschwichtigung?

Der Berliner Senat hat im Februar 2011 eine "Beschwerde- und Informationsstelle Psychiatrie - BIP" in Leben gerufen. Dazu der Kommentar des Werner-Fuß-Zentrums Berlin, der am 14.02.2011 über das Internet verbreitet wurde:

BIP - Betrug In (der) Psychiatrie geht weiter!

Nun stellen Sie sich vor, Vergewaltigung wäre rechtlich erlaubt und würde damit gerechtfertigt, dass jede der Vergewaltigten doch die Möglichkeit hätte, sich beschweren zu können, wenn ihr die Vergewaltigung nicht gefallen haben sollte... Würden Sie in so einer Gesellschaft leben wollen? Würden Sie eine solche Gesetzgebung akzeptieren wollen? Nein? Dann muss ich Sie enttäuschen! In so einer Gesellschaft leben wir heute und der psychiatrische Zwang ist der Beweis dafür...

Am 2. Februar haben ca. 100 geladene Gäste die Eröffnung der sog. „Beschwerde- und Informationsstelle Psychiatrie“ offiziell begrüßt und besiegelt. In der Grunewaldstr. 82 in Berlin-Schöneberg können sich nun in der Psychiatrie misshandelte Menschen melden und über am eigenen Leib erprobte Folter ihren Bericht erstatten... Wenn sie wollen... Wenn sie es noch können... Wenn sie den Kakao, durch den sie gezogen wurden, auch noch trinken wollen...

Weiterlesen bei Readers, bei der Onlinezeitung24, beim Blog der Süddeutschen Zeitung, bei Webnews, bei Indymedia

Und was im RBB über den Protest berichtet wurde:

Das Film-Zitat aus dem Bericht des Staatspropagandasenders RBB vom 2.2.2011 ist der letzte Beweis, um was es sich bei der Beschwichtigungs- und Informationsstelle Psychiatrie (BIP) handelt: um einen senatsbezahlten Horch- und Beschwichtigungsposten der Psychiatrie mit entsprechender regelmäßigen Berichtspflicht gegenüber der Senatorin für Gesundheit. Zur Eröffnung spricht für das Beschwichtigungszentrum der Psychiatriebeauftragte Beuscher und versucht gleich mal vorzumachen, wie so eine zentrale Schaltstelle eines Gewaltsystems versucht zu lügen, obwohl die Wahrheit vom RBB kurz vorher noch richtig dargestellt wurde: aus der Tatsache, dass die Demonstranten gegen jeden Zwang in der Psychiatrie sind, macht er, sie seien gegen jede Psychiatrie. Wir entnehmen dieser entlarvenden Lüge des Psychiatriebeauftragten, dass offenkundig er sich selbst Psychiatrie nur mit Zwang bzw. der Drohung von Gewalt denken kann und freuen uns darüber, dass der Scherz dieses Systems die Irren-Offensive als dessen einzigen wirklichen Gegner anerkannt hat, siehe bei Youtube hier: http://www.youtube.com/watch?v=VzLv__goUBI



Dank an unsere Förderer

Auch im letzten Jahr wurden unsere Aktivitäten durch Förderer unterstützt. An dieser Stelle möchten wir uns bei den gesetzlichen Krankenkassen für die Pauschalförderung unseres Landesverbandes bedanken.

Besonders hervorzuheben in 2010 ist die Finanzierung durch die Techniker Krankenkasse NRW, durch die wir zwei Teilzeit- und zwei 400,- €-Kräfte beschäftigen konnten. Dazu gab es Sachkosten.

Die laufenden Unterhaltskosten der Kölner Räumlichkeiten wie Miete, Nebenkosten und Strom werden durch den Landschaftsverband Rheinland (LVR) getragen.

Die BKK gab uns 1500,- € für die landesweiten Selbsthilfetage in Bochum. Der Landschaftsverband Westfalen Lippe (LWL) förderte unseren Verband mit 2500,- € in 2010. Das Land NRW ermöglichte die Durchführung von fünf Seminaren, die Anschaffung verschiedener Bürogeräte sowie den Bezug einer Tageszeitung.

Der kommunale IT-Dienstleister gkd-el aus Gelsenkirchen schenkte uns vier gebrauchte PC-Systeme. Die Firmen KPMG und Stressless-IT aus Essen schenkten uns je ein PC-System.

Last but not least danken wir unseren Mitgliedern in NRW, die durch ihre Beiträge und Spenden zum Gelingen all dieser Vorhaben entscheidend beitrugen.

Wir bedanken uns herzlich!

Für den Landesvorstand NRW
Matthias Seibt

Keine Zwangsmedikation für Forensiker mehr!

Mitteilung der Bundesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener im Haus der Demokratie und Menschenrechte, Greifswalder Str. 4, 05 Berlin, <http://www.die-bpe.de>

15. April 2011

Heute morgen hat das Bundesverfassungsgericht seine lang erwartete Entscheidung bekannt gegeben, ob Zwangsbehandlung in der Forensik zulässig ist oder nicht - Zitat: Der Zweite Senat des Bundesverfassungsgerichts hat entschieden, dass § 6 Abs. 1 Satz 2 MVollzG Rh.-Pf. [Zwangsbehandlung] mit dem Grundrecht auf körperliche Unversehrtheit aus Art. 2 Abs. 2 Satz 1 GG in Verbindung mit dem Grundrecht auf effektiven Rechtsschutz aus Art. 19 Abs. 4 GG unvereinbar und nichtig ist.

Das ist ein einschneidendes und wegweisendes Urteil, vollständig nachzulesen hier: http://www.bundesverfassungsgericht.de/entscheidungen/rs20110323_2bvr088209.html
Die Presseerklärung des Bundesverfassungsgerichts dazu: <http://www.bundesverfassungsgericht.de/pressemitteilungen/bvg11-028.html>

Für dieses Verfahren hat RA Scharmer ein Rechtsgutachten angefertigt, in dem umfangreich und detailliert, insbesondere auch mit Hilfe der Behindertenrechtskonventionen, argumentiert wird, warum diese Urteil nur so gefällt werden kann. Das Gutachten ist hier veröffentlicht: <http://www.die-bpe.de/forensik>

Da mit diesem Urteil die Zwangsbehandlung in der Forensik erfolgreich zu Fall gebracht werden konnte, ist nun zu erwarten, dass alle Zwangsbehandlungen in der Psychiatrie mit dem Grundgesetz, dem Recht auf körperliche Unversehrtheit, unvereinbar sind und dann jede psychiatrische Zwangseinweisung nur noch Knast ist, für den KEINE Krankenversicherung mehr zahlen wird.

21.4.2011

Inzwischen sind verschiedene weitere Artikel zu dem Urteil des Bundesverfassungsgerichts erschienen, das letzten Freitag verkündet wurde: Gut zusammengefasst von Peter Nowak in Telepolis: <http://www.heise.de/tp/artikel/34/34588/1.html>

Im Verfassungsblog wird von einem Juristen eine sehr gute generelle Einschätzung vorgenommen: <http://verfassungsblog.de/selbstbestimmung-des-krankensticht-frsorge-des-staates/>

Und auch Helmut Pollähne, Strafverteidiger und einer der Chefredakteure von Recht & Psychiatrie, hat sich zu Wort gemeldet: Unter dem Titel "Jetzt werden den Psychiatern die Hände gebunden" beschreibt er seine Schnellschuss - Sicht auf das Urteil, http://www.lto.de/index.php/de/html/nachrichten/3058/Zwangsbehandlung_im_Massregelvollzug_jetzt_werden_den_psychiatern_die_haende_gebunden/

Außerdem hat sich auch die DGPPN (Deutschen Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde) bezeichnenderweise im Handelsblatt zu Wort gemeldet: <http://www.handelsblatt.com/politik/deutschland/mehr-rechte-fuer-psychisch-krank-straftaeter/4067772.html?p4067772=2>

Der Vizepräsident der DGPPN, Prof. Frank Schneider, forderte möglichst eindeutige gesetzliche Regelungen. „Wir sind als Psychiater nicht die Herren des Verfahrens. Es steht uns nicht an, für den Patienten zu entscheiden.“ Es komme in der Praxis häufig vor, dass Patienten eine Behandlung verweigerten. „Es kann aber auch unmenschlich sein, einen Patienten nicht zu behandeln. Gerade im Zustand einer akuten Psychose empfindet der Patient meist sehr viel Angst“, erläuterte Schneider.

Offensichtlich gehen die Psychiater nun schon in Deckung und wollen sich nur noch verstecken, weil sie gar nicht mehr "Herren des Verfahrens sind". Das hatte in der Stellungnahme ans Bundesverfassungsgericht noch viel selbstbewußter geklungen, siehe Urteil:

Für die DGPPN haben deren Präsident, Prof. Dr. Dr. Frank Schneider, und deren Gesundheitspolitischer Sprecher, Prof. Dr. Jürgen Fritze, eine eingehende Stellungnahme zur Frage des möglichen Nutzens sowie der Risiken und möglichen Nebenwirkungen der Behandlung eines psychisch Kranken mit einem Neuroleptikum abgegeben.

Die Wiedergabe des Kenntnisstandes zu einzelnen Nebenwirkungen zeigt unter anderem eine teilweise erhebliche Streuung der bei unterschiedlichen Untersuchungen angegebenen Häufigkeiten sowie, jedenfalls hinsichtlich motorischer Störungen, eine Abhängigkeit der Wahrscheinlichkeit ihres Auftretens von der Dauer der Verabreichung.

Zusammenfassend kommt die Stellungnahme zu folgenden Ergebnissen: An der antipsychotischen Wirksamkeit

der Neuroleptika gegen die Zielsymptome gebe es keinen Zweifel. Diese Wirksamkeit sei im Wesentlichen in Studien bei der Schizophrenie nachgewiesen. Kranke mit psychotischen Symptomen anderer Ursache könnten ebenfalls von Neuroleptika profitieren, auch wenn hierfür keine ausdrückliche arzneimittelrechtliche Zulassung bestehe. Es sei unmöglich, für den einzelnen Patienten a priori zu sagen, welches Neuroleptikum den größten Therapieerfolg und die geringsten Nebenwirkungen verspreche; es sei deshalb unvermeidlich, dem einzelnen Patienten die Chance zu geben, nacheinander mehrere Neuroleptika auszuprobieren. Die verschiedenen verfügbaren Neuroleptika unterschieden sich in ihrer Wirksamkeit nicht in einem für den einzelnen Patienten relevanten Maße. Sie hätten häufig objektiv erkennbare und subjektiv wahrgenommene Nebenwirkungen insbesondere auf Motorik und vegetative Funktionen. In Abhängigkeit von ihrem Rezeptorbindungsprofil unterschieden sie sich im Spektrum ihrer häufigen Nebenwirkungen. Die häufigen Nebenwirkungen seien grundsätzlich nach Absetzen reversibel. Nach Absetzen hinterließen Neuroleptika keine bleibenden Persönlichkeitsveränderungen. Lebensbedrohliche Nebenwirkungen seien möglich; sie kämen sehr selten ($<1/10.000$) bis gelegentlich ($=1/1.000$ bis $<1/100$) vor. Eine Ausnahme stelle Clozapin (bis etwa $1/100$) dar.

Wir haben inzwischen das Urteil allen bundesdeutschen Amtsgerichten zugestellt und die DGPPN aufgefordert, sofort alle Forensischen Psychiatrien darüber zu informieren, dass jede Zwangsbehandlung illegal ist, weil das Bundesverfassungsgericht allen entsprechenden Urteilen die gesetzliche Grundlage entzogen hat, da die entsprechenden Ländergesetze unvereinbar mit dem Grundgesetz sind.

Die Behindertenrechtskonvention ist bedauerlicherweise tot, toter geht nicht. Merkwürdig, welche wohlfeilen Hoffnungen immer noch mit dieser Konvention (BRK) verbunden werden, obwohl ihr schon im Prozess der Ratifizierung der Garaus gemacht wurde.

Damals haben sich die Behindertenorganisationen durch die Bank von den Psychiatrie-Erfahrenen entsolidarisiert und eben nicht auf deren Warnungen reagiert, dass die Regierungen von Bund und Ländern im Chor mit allen Parteien die menschenrechtlichen Forderungen, die vom Hochkommissariat für Menschenrechte ausdrücklich bestätigt wurden, bei der Ratifizierung missachteten. Wenn in so einem Kernbereich von Menschenrechten, dem Folterverbot, die radikale Entrechtung durch psychiatrische Zwangsbehandlung geduldet wird, obwohl das Hochkommissariat explizit die PsychKG's für unlawful law und intrinsic discrimina-

tory disqualifiziert hatte, dann kann es niemanden mehr wundern, dass diese behindertenpolitischen Geisterfahrer mit der Forderung nach schneller Ratifizierung so gut wie alles verspielt hatten, was mit der BRK hätte gewonnen werden können.

Dass die Betteltour nach der Ratifizierung nur noch die Bettler lächerlich macht, kam insbesondere den Funktionären dieser Organisationen offenbar nicht in den Sinn, zählt doch bei diesen Leuten offenbar nur das Versprechen auf Spesen bei Kongressen, Tagungen und Planungsgruppen zur angeblichen "Umsetzung der Konvention".

Und nun ist endgültig alles Neese:

konnte man sich bis gestern noch an die Hoffnung klammern, dass wenigstens das Bundesverfassungsgericht die Versprechungen der BRK für bare Münze nehmen könnte, hat sich auch das erledigt: das hohe Gericht hat zwar in einem wegweisenden Urteil ein Gesetz zur Zwangsbehandlung in der Forensik für illegal und sofort nichtig erklärt, aber in der Begründung sämtliche Verweise auf die BRK negiert. Dabei war in einem ausführlichen Rechtsgutachten mit allen Schikanen genau auf die BRK als Begründung verwiesen worden: <http://www.die-bpe.de/forensik>

Jetzt beweist sich noch einmal, dass NUR das Hoffen auf eine nationale Gesetzgebung zur Patientenverfügung a la Stünker einen Durchbruch zum Opt Out dem psychiatrischen Terror- und Folterregime Selbstbestimmung ermöglicht hat.

Denn gegen eine rechtzeitig unterschriebene und mit einem ärztlichen Attest abgesicherte PatVerfü wird nach diesem bahnbrechenden Urteil des Bundesverfassungsgericht auch in der Forensik nicht mehr zwangsbehandelt werden dürfen - denn der vom hohen Gericht als einzige Rechtfertigungsmöglichkeit benannte absurde Zwang zur "Herstellung der Selbstbestimmung" als Einwilligungsfähigkeit ist ja durch die PatVerfü unmöglich, da diese ja gerade mit dokumentierter Einwilligungsfähigkeit diesen Zwang untersagt hat.

Und genau gegen diese Folterfreiheit durch ein Patientenverfügungsgesetz haben sich auch die Paternalisten in den Behindertenorganisationen gewendet: an erster Stelle der Oberpaternalist Hüppe, der nun auch noch im Kleisthaus sitzt.

Wir hingegen freuen uns über diesen sensationellen Sieg beim Bundesverfassungsgericht.

Wie die Pharma-Industrie die Selbsthilfe beeinflusst

Wir haben Recht gehabt, man hat es bemerkt:

Pharmaunternehmen legen Zuwendungen an Patientenorganisationen offen (Mo. 11. April 2011)

Berlin – Die Zuwendungen seiner Mitglieder an Patientenorganisationen hat der Verband Forschender Arzneimittelhersteller (vfa) publiziert. Bereits 2009 und 2010 hatte der Verband eine solche Liste veröffentlicht. „Auch durch uns ist eine vernehmbare Stimme der Patienten im Gesundheitssystem gewährleistet. Dazu wollen wir auch weiterhin unseren Beitrag leisten und zwar nicht irgendwie, sondern im Rahmen der Freiwilligen Selbstkontrolle für die Arzneimittelindustrie (FSA), die sich die Transparenz im Umgang von Industrie und Patienten seit 2008 ausdrücklich auf die Fahnen geschrieben hat“, sagte die vfa-Kommunikations-Geschäftsführerin Susan Knoll. Allerdings erhebe die Online-Liste „keinen Anspruch auf Vollständigkeit“, heißt es in deren Einleitung.

Die vfa-Mitgliedsunternehmen messen der Zusammenarbeit mit den Patientenorganisationen laut Verband eine große Bedeutung bei. Das erlebte Wissen der Patienten aus der Anwendung der Medikamente bilde ein wichtiges Korrektiv für die Arbeit der Unternehmen.

Dafür benötigten die Firmen die Informationen der Patientenorganisationen, der Betroffenen und ihrer Angehörigen. Aus diesem Grund arbeiteten die forschenden Pharma-Unternehmen mit einer großen Spanne von Patientengruppen in den verschiedensten Therapiegebieten zusammen.

Das Auftreten einiger Selbsthilfegruppen im Internet kritisierte derweil der Berliner Onkologe Wolf-Dieter Ludwig, Vorsitzender der Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft (AkdÄ). Einige Seiten von Selbsthilfegruppen würden von der Arzneimittelindustrie gesponsert oder gar gegründet, sagte er dem Tagesspiegel vom Montag. Diese Seiten grenzten sich nicht ausreichend von kommerziellen Interessen ab. Er sehe das Internet als neues „Einfallstor für unkontrolliertes Marketing der Pharmaindustrie“. © hil/aerzteblatt.de

[Informationen des vfa](#)

Quelle: [Deutsches Ärzteblatt](#)

Zusammenarbeit der vfa-Mitgliedsunternehmen mit Patientenorganisationen

Viele Menschen engagieren sich deutschlandweit in den mehr als 70.000 Patientenselbsthilfegruppen. Diese Patientenorganisationen verfügen über ein weitreichendes Wissen darüber, wie Patienten und ihre Angehörigen ihre Krankheit erleben.

Die vfa-Mitgliedsunternehmen messen der Zusammenarbeit mit den Patientenorganisationen eine große Bedeutung bei. Denn das „erlebte“ Wissen der Patienten aus der Anwendung der Medikamente bildet ein wichtiges Korrektiv für die Arbeit der Unternehmen. Dafür benötigen die Firmen die Informationen der Patientenorganisationen, der Betroffenen und ihrer Angehörigen. Aus diesem Grund arbeiten die forschenden Pharma-Unternehmen mit einer großen Spanne von Patientengruppen in den verschiedensten Therapiegebieten zusammen.

Das gemeinsame Handeln im Interesse von kranken und chronisch kranken Menschen steht bei dieser Zusammenarbeit immer im Vordergrund. Neben der Vermittlung von Wissen rund um die Prävention, Entstehung und Behandlung von Erkrankungen geht es um den Austausch von Erfahrungen und die gegenseitige Information.

Arzneimittel sind dabei aber nur ein Beitrag: Im Mittelpunkt steht für den vfa und seine Mitgliedsunternehmen immer der Mensch mit seinen individuellen Bedürfnissen. Weiterführende Informationen zu der Zusammenarbeit von Pharmaunternehmen mit Patientenorganisationen finden Sie auf den „Patienten“-Seiten der einzelnen Unternehmen.

Diese Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, denn nicht alle vfa-Mitgliedsunternehmen haben direkte Patientenkontakte.

[ABBOTT GmbH & Co. KG](#)

[Actelion Pharmaceuticals Deutschland GmbH](#)

[AMGEN GmbH](#)

[Astellas Pharma GmbH](#)

[AstraZeneca GmbH](#)

[Basilea Pharmaceuticals GmbH](#)

[Bayer AG](#)

[Bayer HealthCare](#)

[BERLIN CHEMIE AG](#)

[BioGen idec GmbH](#)

[Bristol-Myers Squibb GmbH & Co. KGaA](#)

[C.H. Boehringer Sohn](#)

[EISAI GmbH](#)

[Genzyme GmbH](#)
[Gilead Sciences GmbH](#)
[GlaxoSmithKline GmbH & Co. KG](#)
[Grünenthal GmbH](#)
[Janssen-Cilag GmbH](#)
[Lilly Deutschland GmbH](#)
[Lundbeck GmbH](#)
[Merck Serono S.A.](#)
[Merz Pharma GmbH & Co. KGaA](#)
[MSD SHARP & DOHME GmbH](#)
[Mundipharma GmbH](#)
[NOVARTIS PHARMA GmbH](#)
[Nycomed Deutschland GmbH](#)
[Pfizer Deutschland GmbH](#)
[Roche Deutschland Holding GmbH](#)
[Sanofi-Aventis Deutschland GmbH](#)
[Takeda Pharma GmbH](#)
[UCB GmbH](#)
[Vifor Pharma Deutschland GmbH](#)

Für die Pharma-Unternehmen, die für die Patientenarbeit die Summen ihrer Zuwendungen veröffentlichen, ist Transparenz keine Einbahnstraße. Inzwischen veröffentlichen die Gesetzlichen Krankenkassen, die die gesundheitsbezogene Selbsthilfe nach § 20c SGB V fördern, in einem ersten Schritt ebenfalls die Zahlen der Zuwendungen an Bundesorganisationen der Patientenselbsthilfe. Näheres finden Sie: <http://www.vdek.com/vertragspartner/Selbsthilfe/Selbsthilfefoerderung/index.htm>

Auch von den anderen Playern im Gesundheitswesen wäre gelebte Transparenz wünschenswert.

Das Auftreten einiger Selbsthilfegruppen im Internet kritisierte derweil der Berliner Onkologe Wolf-Dieter Ludwig, Vorsitzender der [Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft](#) (AkdÄ). Einige Seiten von Selbsthilfegruppen würden von der Arzneimittelindustrie gesponsert oder gar gegründet, sagte er dem *Tagesspiegel* vom Montag. Diese Seiten grenzten sich nicht ausreichend von kommerziellen Interessen ab. Er sehe das Internet als neues „Einfallstor für unkontrolliertes Marketing der Pharmaindustrie“.

Ich persönlich hoffe, dass selbst die Angehörigengruppen langsam wacher werden, und kritischer an diese Gruppen herantreten.....Ja-Sager haben wir reichlich in unserem „ach so netten“ Umfeld.
 Liebe Grüße
 Ina Weber

Seitenwechsel

Die Vorstandschefin der Barmer GEK, Birgit Fischer, wechselt zum Verband forschender Arzneimittelhersteller (VFA). Dies erfuhr der Tagesspiegel aus gut unterrichteten Kreisen. Die 57-Jährige soll bei der einflussreichen Lobbyistenvereinigung die langjährige Hauptgeschäftsführerin Cornelia Yzer (49) ablösen, der vorgeworfen wird, sich nicht energisch genug gegen die Arzneireform von Gesundheitsminister Philipp Rösler (FDP) zur Wehr gesetzt zu haben. Die Hersteller mussten einen Zwangs-rabatt akzeptieren und haben die bisher frei festgesetzten Preise für innovative Arzneimittel nun mit den Krankenkassen auszuhandeln. Fischer war von 2007 bis 2009 Vizechefin der Barmer, Vorstandsvorsitzende ist sie seit der Fusion mit der Gmünder Ersatzkasse 2010. Davor war die einstige SPD-Politikerin Gesundheitsministerin von Nordrhein- Westfalen.

Als Nachfolger an der Spitze der mit 8,6 Millionen Versicherten größten Kasse wäre ihr Vize, der frühere GEK-Chef Rolf-Ulrich Schlenker, denkbar. Fischers Bezüge lagen nach Branchenangaben zuletzt bei 200 000 Euro im Jahr. <http://www.tagesspiegel.de/wirtschaft/barmer-chefin-wird-oberste-pharmalobbyistin/3957866.html>

LWL-Klinik Bochum

Bochum: Am 30.3.2011 wurde Richtfest gefeiert für den 7,5 Mio. teuren Anbau an die LWL-Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Präventivmedizin. Die Fertigstellung des Gebäudes wird für Frühjahr 2012 erwartet. Dann soll der Altbau (ehemalige Landesfrauenklinik) nur noch für Dienst- und Forschungsräume verwendet, die Patienten alle im Neubau untergebracht werden. Die Klinik soll auch künftig über 64 Betten verfügen, 32 Plätze für Psychose-Erkrankte im Erdgeschoss des Anbaus mit Zugang zu einem Innengarten. Einen „geschützten Bereich“ soll es innerhalb dieser Station geben, die klassische „geschlossene Station“ aber nicht mehr. Wie das genau aussehen soll, wird noch nicht ausgeführt. Die Gerontopsychiatrie soll in das 1. Obergeschoss einziehen und auch 32 Betten bekommen. Somit wird diese Station - der demographischen Entwicklung angepaßt - von bisher 23 auf 32 Betten erweitert. 300 Beschäftigte hat die Klinik derzeit, darunter 30 Ärzte, aktuell beträgt die mittlere Verweildauer der Patienten drei Wochen. Quelle: WAZ, Regionalausgabe Bochum. 31.03.2011

Aktive in der Selbsthilfe tauschen sich aus

Seminar unter dem Motto: Selbsthilfe stärken – Psychiatrie für sich und andere überflüssig machen.

Samstag, den 17.09.2011
von 11:00 Uhr bis 17:30 Uhr
In der Oase, Buscheyplatz 3, Bochum

Referent und AG-Leiter:
Cornelius Kunst aus Solingen
Anmeldung bis zum 09. 09. bei
Cornelius: 0212 / 53 641 Cornelius.Kunst@gmx.de

Das Seminar lehnt sich an die Aktiventreffen der Jahre zuvor an und soll ein Erfahrungs- und Informationsaustausch unter aktiven und leitenden aus Selbsthilfegruppen sein.

Teilnehmen können/sollen jeweils bis zu zwei Aktive aus jeder Selbsthilfegruppe und Psychiatrie-Erfahrene die eine Gruppe gründen wollen oder anderweitig aktiv sind. Die Teilnahme ist kostenlos. Für Gruppen, die noch keine Fördermittel haben, übernimmt der LPE NRW die Fahrtkosten auf Antrag.

Themenschwerpunkte:

- 1.) Persönliche Selbsthilfe als Basis, Grundsätze der Selbststabilisierung, Krisenvorsorge und Krisenvermeidung
- 2.) Selbsthilfe in der Gruppe, Wie kann Krisenbegleitung, aussehen? Gruppentreffen interessanter gestalten, Öffentlichkeitsarbeit und Interessenvertretung ,ohne Moos nix los - Wie und wo beantrage ich Fördermittel?
- 3.) Selbsthilfe im Verband
Ein starker Verband braucht viele Mitglieder - Mitgliederwerbung ,Selbsthilfearbeit nach innen, Interessenvertretung, keine leichte Sache, Krisenbegleitung landesweit organisieren

Tagesablauf:

- bis 11:00 Anreise der Teilnehmer
11:00 – 11:45 Frühstück mit Einleitung, Vorstellungsrunde
11:45 – 12:45 1. Block
12:45 – 13:45 Mittagessen
13:45 – 14:45 2. Block

- 14:45 – 15:00 Pause mit Tasse Kaffee
15:00 – 16:00 3. Block
16:00 – 16:30 Kaffee und Kuchen
16:30 – 17:30 4. Block
ab 17:30 gemeinsames Aufräumen

Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt. Eine Anmeldung ist erforderlich. Für das leibliche Wohl wird gesorgt.

Cornelius arbeitete acht Jahren im Vorstand des LPE NRW mit. Seit Nov. 2008 ist er Angestellter des LPE NRW. Er ist der Vater des Konzeptes „Wege zur Selbststabilisierung“ und der „Kleine Selbsthilfe für die Seele“. Er hat für sich die Überlegungen, wie vermeide ich einen Psychiatrie-Aufenthalt, erfolgreich umgesetzt. Nun sucht er nach Möglichkeiten, wie eine Krise auch ohne Psychiatrie gemeistert werden kann. Seine bisherigen Ideen dazu werden Schwerpunkte des Seminars.

Multimediale Öffentlichkeitsarbeit

Wochenend- Workshop 18. und 19. Juni 2011 in Bochum

Früher waren die Hürden für den Privatmann, Unternehmer oder Verein groß, wenn es darum ging, Informationen über Massenmedien zu verbreiten. Als Medien dienten vor allem das Fernsehen, das Radio, sowie Zeitungen und Zeitschriften. Diese Medien zu benutzen war mit einem hohen finanziellen und technischen Aufwand verbunden.

Ab Mitte der 80er Jahre setzte aber rassante technische Entwicklung ein, die leistungsfähige Rechner, Kameras, Scanner usw. in den Bereich rückte, wo diese Technik auch für Privatanwender erschwinglich wurde. Gleichzeitig wurde die Technik immer benutzerfreundlicher. Mit dem Siegeszug

des Internets Mitte der 90er Jahre wurde es dann auch leicht, Informationen aller Art mit wenig technischem und finanziellen Aufwand einem breiten Publikum zur Verfügung zu stellen.

Im Rahmen eines Crashkurses sollen die Teilnehmer lernen, eine einfache Internetseite mit multimedialen Inhalten selbst zu erstellen. Dazu werden elementare HTML-Grundlagen gezeigt. Es werden verschiedene Möglichkeiten gezeigt, wie man Bilder, Videos, Audioaufzeichnungen oder Pdf Dokumente mit einfachen technischen Mitteln erstellt und anschließen auf einer Internetseite einbindet.

Da in diesem Zusammenhang auch die Bearbeitung von Bildern ein wichtiges Thema ist, wird auch das kostenlose Bildbearbeitungsprogramm *The Gimp* vorgestellt.

Außerdem wird Voice Over IP mit Skype vorgestellt. Diese Technik ermöglicht es dem Benutzer, kostenlos über das Internet zu telefonieren.

Ich freue mich auf Euch!

Referent: Norman Walter geb. 1977, selbständiger Softwareentwickler-**Wann?**

Samstag, 12.00 – 19.00 ,
Sonntag, 10.00 – 17.00 ,
jeweils 1 Stunde Pause

Wo?

In den Räumen des Landesverbandes Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V., Wittener Str. 87, 44 789 Bochum 0234 / 640 510-2 Fax -3, www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de

Anfahrt:

Haltestelle Lohring, 12 Fußminuten vom Bochumer Hbf

In den Pausen müsst ihr euch selbst versorgen, für kleine Snacks zwischendurch und Getränke wird gesorgt. Übernachtungsmöglichkeiten für weit Angereiste sind vorhanden.

Anmeldung:

LPE NRW e.V., 0212 / 53 641 (Cornelius Kunst) und cornelius.kunst@gmx.

Selbsthilfe organisieren

Wochenend - Workshop am 27. und 28. August 2011 in Köln

Die unerträgliche Situation in den Aachener Psychiatrien, die ich aus eigener Erfahrung leider kennenlernen musste, war für mich der Anlass aktiv zu werden. Mit anderen Leidensgenossen und Leidensgenossinnen gründete ich 1997 den Aachener Psychiatrie Patinnen und Paten e.V.

In dem Seminar werde ich gemeinsam mit Annette Oberschelp das Konzept des Vereins vorstellen und über 14 Jahre Erfahrungen in der Selbsthilfe berichten. Hilfe zur Selbsthilfe geben und Betroffene in den Psychiatrien nicht alleine lassen, ist unser Motto.

Gemeinsam möchten wir mit Euch über Möglichkeiten, aber auch die Probleme in der Selbsthilfearbeit diskutieren. Unser Wissen und unsere Erfahrung möchten wir mit den TeilnehmerInnen austauschen. Dieses Wissen kann besonders auch für Menschen, die selber eine Selbsthilfegruppe oder einen Selbsthilfeverein gründen wollen, von Interesse sein. Wir sind auch gerne bereit, auch nach dem Seminar Hilfestellungen bei evtl. Gründungen zu geben.

Die SeminarteilnehmerInnen erhalten Informationsunterlagen.
Wir freuen uns auf Euch!

Seminarzeiten:

Samstag, 14.00 – 19.00,
Sonntag, 10.30 – 16.00,
jeweils 1 Stunden Pause

Veranstaltungsort: Anlaufstelle Rheinland des Landesverbandes Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V., Graf-Adolf-Str. 77, 51065 Köln Mülheim
AnlaufstelleRheinland@psychiatrie-erfahrene-nrw.de
www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de

Anfahrt: Bahnhof Köln Mülheim oder Mülheim Wiener Platz, Von dort etwa 5 Minuten Fußweg

In den Pausen müsst ihr euch selbst versorgen, Supermärkte, Imbissbuden und Restaurants sind in der Nähe. Für Getränke wird gesorgt.

Anmeldung: LPE NRW e.V., 0212 / 53 641 (Cornelius Kunst) und cornelius.kunst@gmx, Um 20,- € Vorkasse wird gebeten, die gibt es bei Erscheinen im Seminar zurück.

Überweisungen: LPE NRW e.V. Konto 83 749 00, BLZ 370 205 00, Bank für Sozialwirtschaft.
Bitte den Nachnamen und das Seminar als Verwendungszweck angeben.

de, Um 20,- € Vorkasse wird gebeten, die gibt es bei Erscheinen im Seminar zurück. Überweisungen: LPE NRW e.V. Konto 83 749 00, BLZ 370 205 00, Bank für Sozialwirtschaft. Bitte den Vor und Zunamen im Verwendungszweck angeben.



Persönliches Budget für Betroffene

mit Ulrich Lück aus Erfurt
am 05. November 2011
in Bochum

Inhalte

- Was ist das Persönliche Budget (PB)
- Für wen ist es sinnvoll und der richtige Weg
- Die 6 Schritte zum PB in leichter Sprache
- Das PB ist seit Jan. 2008 Gesetz. Wer zahlt was ?
- Wo werde ich beraten und erfahre welche Leistungen mir zustehen ?
- Wieviel Geld kann man bekommen, wie geht man damit um.
- Welche Hilfe brauche ich und wer ist zuständig. (Hilfebedarfermittlung)
- Sie schreiben einen Antrag und gehen zur Budgetkonferenz.
- Die Zielvereinbarung und der Bescheid
- Nun bin ich Arbeitgeber, kaufe mir meine Leistungen ein und verwalte mein Persönliches Geld
- Willkür und Widerstände sind die Regel.

Details werden noch bekannt gemacht.

Jan Michaelis **Du musst nur sterben**
 Teil 1. Der Sprung aus dem Fenster

Ich hatte viel Stress in meinem Beruf als Reporter. In der Sauna im Hallenbad Heilbronn wollte ich mich mal richtig erholen. Nach dem Aufguss ging ich in den Wellnessbereich. Ich breitete mein Badehandtuch auf eine der Plastikliegen aus. Dann legte ich mich hin und versuchte mich zu entspannen.
 Ich bin kein Voyeur. Ich bin kein Lauscher. Aber ich wurde unfreiwillig

Zeuge, wie zwei Frauen sich erzählten, was sich so in den letzten Wochen getan hatte.

Ich verhielt mich ganz still und blieb von ihnen unbemerkt.

Eine der Frauen war eine Polizistin. Es war Carmen Kinkel, die Partnerin von Kriminalhauptkommissar Eddi Kulmbacher. Sie war dabei, wie er einen aussichtslosen Fall, den man ihm schon entzogen hatte, doch noch löste.

Der Fall war durch die Presse gegangen. Es ist der Fall, der wochenlang die Schlagzeilen beherrschte. Das hat die Deutsche Presseagentur berichtet. Es war sogar Titelthema in der ‚Bild‘. Ausgerechnet eine schwer selbstmordgefährdete Insassin stürzte sich aus einem offenen Fenster in den Tod. Doch die Polizei fand das Fenster verschlossen vor.

Ich rechnete damit, Neues zu erfahren

– etwas, was nicht von der Pressestelle der Polizei kam. Und ich wurde so gefesselt von dem Gespräch. Ich hätte es selbst nicht geglaubt. Irgendwann siegte meine journalistische Professionalität. Und ich sollte an diesem Tag reiche Beute machen, und auf gewisse Art auch leer ausgehen.

Gleich nach dem Gespräch setzte ich mich im Heilbronner Hallenbad in den Eingangsbereich, zückte meinen Block und schrieb alles haarklein auf, wie ich es nur wenige Stunden vorher gehört hatte. Dies ist mein Gedächtnisprotokoll des Gespräches. Gott sei Dank habe ich ein ausgezeichnetes Gedächtnis und kann mich noch Jahre später genau erinnern.

Es hat sich genau so zugetragen. Carmen erzählte ihrer Freundin Petra: „Stell dir vor, der Eddi ist vielleicht ein toller Kollege. Von dem kann ich was lernen. Gleich bei unserem erstem Fall – um genau zu sein – meinem ersten Fall überhaupt, das glaubst du nicht! Der Typ hat vielleicht Tricks drauf. Für mich war Kriminalhauptkommissar Eddi Kulmbacher mein erster Partner als frischgebackene Kriminalkommissarin. Was war ich stolz, als ich es geschafft hatte – nach dem Studium in Villingen-Schwenningen und der Anwärterschaft – endlich im gehobenen Dienst gelandet zu sein. Mein erster Tag und gleich ein solches Delikt, wow!

Eddi hatte mich gerade begrüßt. Wir waren noch nicht per du. Er hatte gesagt: „So, Carmen Kinkel? Schöner Name. Nun Frau Kinkel, wir haben sicher eine gute Zeit miteinander. Wenn Sie dann erstmal verbeamtet sind, dann wird alles ganz entspannt erledigt.“ Als wenn ich nur auf den Beamtenstatus aus wäre! Da muss ich sowieso noch bis zu meinem 27sten Geburtstag drauf warten. Und die zwei Jahre halte

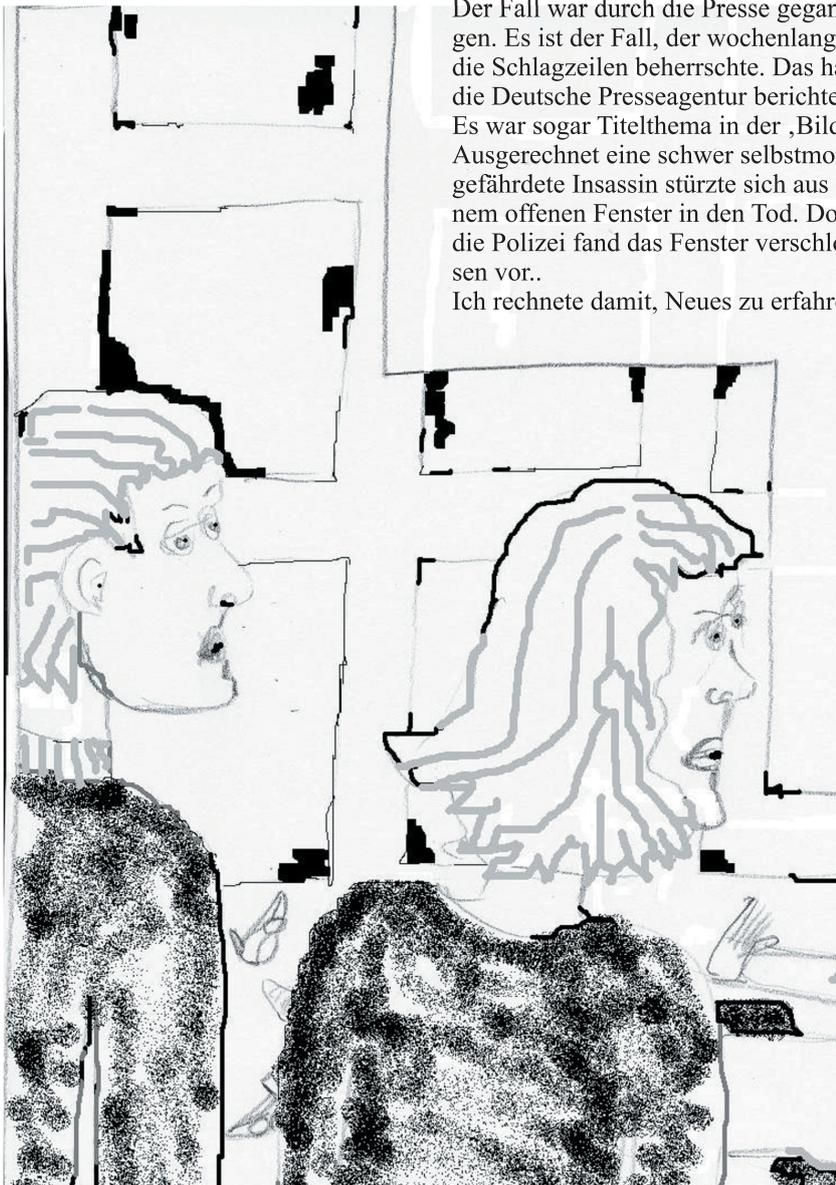




Foto (C) Judith Michaelis

ich durch. Ich glaube danach wird der Eddi gar nicht daran denken, dass ich woanders hingehen würde. Aber er wird sich dann wundern, denn ich will Karriere machen. Doch warum sollte ich ihm das auf die Nase binden? So gut sind wir auch nicht miteinander. So dachte ich mir das damals in dieser ersten halben Stunde, bis dieser Einsatz für uns kam. Und dann in diesen ersten drei Wochen auf der neuen Stelle, da hat sich was bei mir getan. Doch erstmal kam der Einsatz. Alles fing an, als wir zu der psychiatrischen Privatklinik Posny in Heilbronn gerufen wurden. Eddi Kulmbacher und ich kamen gegen 9.30 Uhr auf das Klinikgelände. Frau Hannelore Schmidt lag auf dem Pflaster vor der Klinik. Sie war vor einer halben Stunde verstorben. Schädelbasisbruch. Die Sanitäter räumten noch auf. Eddi erkundigte sich, ob jemand das Gebäude verlassen hätte. Er gab die Anweisung, niemanden gehen zu lassen, bevor wir ihn vernommen hätten. Die Klinik Posny besteht aus einem Wohnhaus und einem Therapiegebäude. Das Wohnhaus ist eine Gründerzeitvilla, das Therapiegebäude daneben ist ein Neubau aus den 80er Jahren. Da hatte der Prof. Posny richtig Geld verdient und investiert. Beide Häuser liegen nebeneinander in einem Park mit alten Bäumen, der von hohen Mauern umfasst ist. Frau Schmidt war aus dem oberen Stockwerk gestürzt. Bei einem Selbstmord wird ermittelt. Wir wurden hinzugezogen, weil ein Selbstmord unmöglich schien, denn alle Fenster waren geschlossen und das Dach war unzugänglich. Und ich fragte ganz naiv: „Warum stürzen sich die Insassen nicht im Treppenhaus herunter?“ Eddi kannte offensichtlich das Therapiegebäude, denn er erklärte ganz sachlich: „Nun das ist mit Netzen abgehängt und in jeder Etage schließt ein Netz auch das Treppenhaus zum

Geländer hin ab.“ Ich wagte einen Scherz: „Das ist ja dann wohl todsicher!“ Zudem sind die Fenster ein Problem. Die Fenster werden zentral verriegelt. Das Therapiegebäude ist mehrstöckig und die Fenster sind alle verschlossen mit einem Verriegelungssystem, das Selbstmorde verhindern soll. Und jetzt soll das hier ein Selbstmord sein? Wie geht das denn? Der Eddi hat da ganz schön lange dran herumgebastelt, bis er das herausgefunden hat. Als Erklärung blieb zunächst technisches Versagen des Verriegelungssystems. Wir schauten uns das an. Und kamen beide zu dem gleichen Urteil: „Unmöglich.“ Die Leiche in der privaten Psychiatrie Posny gab uns ein Rätsel auf, dagegen ist Sudoku was für Kinder. Dann gab mir Eddi die Anweisung: „Hören Sie sich mal beim Personal um, ob es da Gerüchte gibt!“ Ich weiß auch nicht, wie er darauf gekommen ist. Sind wohl seine Dienstjahre als Kriminaler. Tatsächlich kursierte beim Personal das Gerücht, es sei menschliches Versagen. Ich dachte damals, ich hätte einen neuen Kontinent entdeckt, doch Eddi steckte die Neuigkeit weg, wie eine ausgelesene Tageszeitung: „So, menschliches Versagen! Nicht technisches?“ „Nicht technisches!“, sagte ich. „Jemand hat nachgeholfen!“, raunte er. Es klang wie ein Orakelspruch. „Dazu wollte sich keiner äußern, Herr Kulmbacher.“ Wo sollten wir also ansetzen? Eddi hat vorgeschlagen: „Ganz oben, von wegen der Fisch stinkt vom Kopf.“ Petra zweifelte: „Das hat er gesagt?“ Aber Carmen ließ sich nicht beirren: „Doch, wirklich, hat er gesagt. Also wollte er sich den Direktor vornehmen. Aber Prof. Dr. med. Posny war gar nicht da. Dabei hatte er das Motiv...*(Fortsetzung folgt)*

Als exklusiver Vorabdruck erscheint ab dieser Heftnummer regelmäßig in Fortsetzungen die Kriminalerzählung „Du musst nur sterben“ von Jan Michaelis. Der Krimi spielt in Heilbronn und der Todesfall ereignet sich in einer psychiatrischen Klinik. Der Autor verrät darüber: „Dahinter steckt ein authentischer Todesfall in einer Klinik, der nicht öffentlich wurde. Ich habe einen Informanten, der in der Klinik arbeitet. Allerdings kann ich ihn nicht schützen. Um die Sache anzuprangern, erzähle ich sie als Krimi in einem anderen Bundesland.“ Wenigstens im Krimi wird der Tod der Patientin aufgeklärt, darin ist der Text frei erfunden. Wer den Krimi sammeln will, kann die einzelnen Folgen aus dem Heft ausschneiden.

Zum Autor:

JAN MICHAELIS, geb. 1968 in Heilbronn/Deutschland, ist Schriftsteller und Journalist. Redaktioneller Mitarbeiter bei FEDERKIEL in Siegen und bei LAUTSPRECHER in Bochum. Er erhielt ein OTTO-ROMBACH-STIPENDIUM der Stadt Heilbronn 1999 und den Literaturpreis der Fortbildungsakademie der Wirtschaft (FAW) gGmbH 2008. Er ist Mitglied von Ver.di, Fachbereich Medien. Geschäftsführer des Westdeutschen Autorenverbandes, Mitglied im Freundeskreis Düsseldorfer Buch '75 e.V. und aktiv in der Autorenwerkstatt DIE DÜSSELT-EXTER seit 2003. Er lebt und arbeitet in Düsseldorf

Morgen bin ich ein Löwe

Früher verbrachte ich meine Tage als Schaf.
Tag für Tag sammelten die Schäfer alle auf der Station
zum gemeinsamen Ausmarsch,
und wie alle Schäferhunde knurrten und bellten sie,
wenn jemand an der Tür zögerte.

...

Früher verbrachte ich meine Tage als Schaf.
Die Schäfer schoren mir das Fell und stutzten die
Klauen, damit ich besser in die Herde passte.

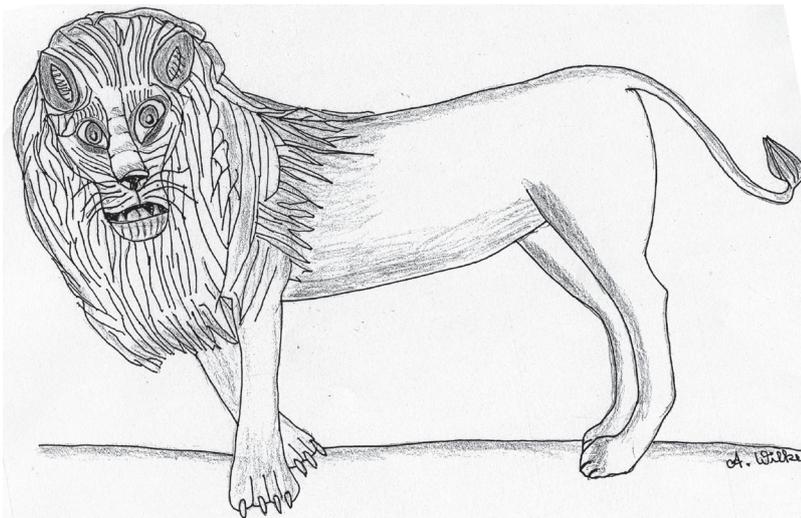
...

Früher verbrachte ich meine Tage als Schaf,
während sich alles in mir danach sehnte, über die
Savanne zu jagen.

...

Früher verbrachte ich meine Tage als Schaf.
Aber morgen bin ich ein Löwe.

aus dem Vorspann des Buches



Mit 17 Jahren erkrankte die Norwegerin Arnhild Lauveng (geb. am 13.01.1972) an Schizophrenie, war sechs oder sieben Jahre lang sehr krank, hörte Stimmen und verletzte sich immer wieder selbst, fand dann aber den Weg aus ihrer Krise, holte ihr Abitur an der Abensschule nach, schloss ein Psychologie-Studium mit Erfolg ab und arbeitet jetzt als klinische Psychologin.

Der Untertitel des Buches „Wie ich die Schizophrenie besiegte“ und auch der Text auf der Rückseite des Buches läßt den Leser erwarten, dass die Autorin von ihrem Weg aus der Erkrankung berichtet. Das kommt im Buch auch vor, aber erst ganz am Schluss. Man hat schon 180 Seiten gelesen, dann endlich kommt auf den letzten 20 bis 30 Seiten, worauf der Leser wartet, nämlich wie der Autorin der Ausstieg aus der Krise gelang. Und der Ansatz zum Ausstieg ist dann vollkommen unspektakulär, eigentlich zufällig. Denn als nach einer Gesetzesänderung der Autorin ihre staatliche finanzielle Unterstützung durch das Arbeitsamt bezahlt

werden soll, muss eine Mitarbeiterin dieses Amtes einen Lebensplan mit ihr erstellen. Diese Mitarbeiterin ist eine Person, die bis dato nichts mit Psychiatrie zu tun hatte, die Krankenakte nicht kennt und damit auch nichts von den Fehlschlägen früherer Reha-maßnahmen für Lauveng weiß. Sie geht das Problem ganz unvoreingenommen an. Der Lebensplan, der so entsteht, ist realistisch, wenn auch ehrgeizig, orientiert sich an den Wünschen und Berufszielen der Betroffenen und gibt auch noch Möglichkeiten, sich mit Teilerfolgen zufrieden zu geben, wenn das hohe Ziel nicht erreicht werden sollte. Das gab Motivation. Die Autorin, die es zuvor in der Arbeitstherapie nicht geschafft hatte, Pillen zu drehen und zu verpacken, schafft den Wiedereinstieg ins normale Leben. Sie sagt, zum Pillendrehen hätte sie eben keine Lust gehabt, aber danach sei ja nicht gefragt worden.

Ein reiner Erlebnis- oder Erfahrungsbericht ist das Buch aber nicht. Die Autorin ist ja bereits ausgebildete Psychologin, als sie ihren Bericht

rückblickend schreibt. Sie berichtet einerseits von ihren Erfahrungen und Erinnerungen und andererseits kommentiert sie diese sogleich als Psychologin und setzt sich mit den Lehrbuchmeinungen über Schizophrenie und deren Behandlung auseinander.

Lauveng widerspricht an mehreren Stellen des Buches der Auffassung, dass Schizophrenie nicht heilbar sei. Sie sagt, sie hätte eindeutig Symptome gezeigt, die die Diagnose „Schizophrenie“ konsequenter Weise nach sich gezogen hätten. Der zweite Satz in der Einführung ihres Buches lautet dennoch auch: „Ich war früher schizophr“ und etwas später - noch in demselben Absatz - heißt es dann: „Jetzt bin ich gesund“. Und genau das ist das Ziel des Buches: Lauveng will demonstrieren, dass Heilung möglich ist, wenn sie auch mehrfach wiederholt, dass derselbe glückliche Krankheitsverlauf wie bei ihr natürlich nicht für alle Betroffenen gilt.

Lauveng sagt von sich, sie sei eine nettes,... Mädchen gewesen, beschreibt

dann ausführlich, wie sie sich immer weiter zurückgezogen, zu wenig geschlafen hat, das Chaos in ihr immer größer wurde. Dann hörte sie immer häufiger die Stimme eines Kapitäns, der ihr Befehle gab, unzufrieden mit ihr war, ihr nicht zu essen erlaubte,.. Kein Gegenstand aus Glas durfte in ihre Hand geraten, sie zerschlug es augenblicklich, um sich mit den Scherben Verletzungen beizubringen.

Lauveng meint, mit den Symptomen hätte sie versucht, die Befriedigung ihrer Wünsche zu erlangen. Und die Symptome verschwanden bei ihr erst, als sie endlich Worte für ihre Bilder und Handlungen hatte, als sie also endlich ihre Probleme verbalisieren konnte und so mit Worten sich mit den Themen auseinander setzen konnte, die sie bedrückten. Sie schreibt, (Seite 56), es

sei wichtig, die Inhalte der Symptome zu deuten und ihre Bedeutung herauszukristallisieren. Wichtig sei dabei, dass die Symptome demjenigen gehören würden, der sie hat, und deshalb hätte nur die betroffene Person selbst das Recht, das Fazit zu ziehen, was ein bestimmtes Verhalten in einer bestimmten Situation bedeuten kann. Das Buch liest sich gut. Es macht Mut, dass man auch bei schlechten medizinischen Prognosen und nach langer Dauer von Erkrankung oder Krise noch Heilung finden kann.

*Arnhold Lauveng
Morgen bin ich ein Löwe
btb-Verlag München 2008
Taschenbuchausgabe 2010
222 Seiten, 9 Euro
ISBN 978-3-442-74087-1*



Gangolf Peitz im Westfalenpark (Dortmund)

Vernissage im Westfalenpark: Bei sonnigen Wetter und angenehmen Außentemperaturen sind Reinhild und ich zur Vernissage von Gangolf Peitz gefahren., die im Westfalenpark Dortmund stattfand.

Er malt Aquarellbilder und schreibt Gedichte, die er heute vortrug. Die ersten Besucher trudelten erst gegen 12 Uhr ein.....Eiersuche?...Mittagessen bei Mutti?..... Zwei Kinder waren von den Bildern auch sehr angetan, und wollten malen. Zum Glück fanden sich noch Stifte und Blätter ein, beide hatten ihren Spaß...auch die Eltern. Gegen 13 Uhr füllten sich die Gemächer, es gab leckeren Kaffee – Getränke – Ostereier, man konnte draußen gemütlich sitzen und den Künstler mit Fragen löchern. Er nahm es gelassen hin.

Die Vernissage wurde von Art – Transmitter organisiert. Das Kunstprojekt

vermietet und verkauft künstlerische Arbeiten von Künstler mit psychiatrischer Erfahrungen. Den Kern des Projektes bildet das Internetportal „art-Transmitter.de“. Hier können alle Werke betrachtet und ausgewählt werden, das Portal präsentiert Künstler und Partner weltweit, aktuelle Nachrichten, Ausstellungstermine und Wettbewerben, dabei sind alle Leistungen kostenlos.

Bilder die verkauft werden, davon erhält der Künstler 70% des Geldes und 30% bekommt art-Transmitter, damit werden Vernissagen finanziert und Bilderrahmen zur Verfügung gestellt für Ausstellungen usw.

Wer Interesse hat, seine Kunstwerke - ob Bilder oder Gedichte - „an die frische Luft zu setzen“ bzw. zu veröffentlichen, kann ein kurzes Bewerbungsschreiben senden, an:

Art – Transmitter, Prinz-Friedrich-Karl-Str.34, 44135 Dortmund
Ansprechpartner: Liberto Balaguer, Guido Wessel, Ralf Zurbrüggen
E-Mail: info@art-transmitter.de
Internet: www.art-transmitter.de

Projektträger: Europäische Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V.

----- was aber nicht heißt, das man so malen muß, wie es zu dem Gehirnstoffwechsel-Püschliater passt !!!!!!-----

Statt sich klein-zu-denken, sollte jeder seine Fähigkeiten einsetzen. Egal was jeder kann, und zwar kann jeder etwas, sollte seine Möglichkeiten zum Ausdruck bringen.....hat mir auch geholfen und bin nun glücklicher.
24.04.2011

Ina Weber oder „halber Tod“



Fortbildung 2011

Selbststärkung und Selbstbehauptung

Wochend-Workshop mit Stephanie Kattenborn und Alexandra Zimmer am 28. und 29. Mai 2011 in Bochum

Jeder Mensch hat zur Selbstbehauptung eigene Strategien. Manchmal heißt das, sich abzugrenzen, manchmal laut zu werden, manchmal aber auch einfach Situationen, die einen überfordern, zu erkennen und zu vermeiden. An diesem Wochenende wollen wir uns unsere Möglichkeiten bewusst machen und diese im gemeinsamen Austausch erweitern. Wir werden auch mit Stimme, Körper, Bewegung und Rollenspiel arbeiten. Der Workshop ist offen für alle Interessierten. Ihr braucht keine Vorerfahrungen. Bringt bequeme, bewegungsfreudige Kleidung mit. Wir freuen uns auf Euch!

Referentinnen:

Stephanie Kattenborn
geb. 1977, Dipl. Päd., Tanz- und Bewegungstherapeutin, Weiterbildungen im Bereich Tanz und Bewegung. Ich arbeite seit mehreren Jahren in einer Frauenberatungsstelle und in verschiedenen Tanzprojekten.

Alexandra Zimmer
geb. 1976, freiberufliche Bewegungspädagogin, ich arbeite überwiegend als Bewegungs / Tanzpädagogin und Theaterpädagogin im Ringlokschuppen in Mülheim an der Ruhr.

Wann?

Samstag, 14.00 – 19.00,
Sonntag, 10.30 – 16.00,
jeweils 1 Stunden Pause

Wo?

In den Räumen des Landesverbandes Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V.
Wittener Str. 87, 44 789 Bochum
0234 / 640 510-2 Fax -3

www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de
Anfahrt: Haltestelle Lohring

In den Pausen müsst ihr euch selbst versorgen, für kleine Snacks zwischendurch und Getränke wird gesorgt. Übernachtungsmöglichkeiten für weit Angereiste sind vorhanden.

Anmeldung:

LPE NRW e.V., 0212 / 53 641 (Cornelius Kunst) und cornelius.

kunst@gmx.de

Um 20,- € Vorkasse wird gebeten, die gibt es bei Erscheinen im Seminar zurück. Überweisungen: LPE NRW e.v., Konto 83 749 00, BLZ 370 205 00, Bank für Sozialwirtschaft. Bitte den Vor- und Zunamen im Verwendungszweck angeben.

Weitere Fortbildungsangebote siehe Seite 14 und 15 dieses Heftes!!

Der „Aufbruch für eine humane Psychiatrie“ lädt Psychiatrie-Erfahrene, Angehörige und in der Psychiatrie Tätige ein zu einem Vortrag mit Diskussion am Mittwoch, 8. Juni 2011 um 18 Uhr

Peter Lehmann, Berlin:

Psychopharmaka absetzen – und was dann?

Die Einnahme von Psychopharmaka kann schwere »Neben«-Wirkungen verursachen. Trotz massiver Kritik und dem Wissen um die Gefahren werden Psychopharmaka in der Regel als Mittel erster Wahl eingesetzt – weil sie als »alternativlos« bezeichnet werden. Dem Absetzen von Psychopharmaka stehen Profis und Psychiatriebetroffene oft gleichermaßen hilflos gegenüber. Der Vortrag mit anschließender Diskussion möchte dazu beitragen, Kenntnisse über Abhängigkeits-, Entzugs-, Rebound- und Supersensitivitätssymptome sowie Handlungsansätze zur Verminderung der Risiken beim Absetzen zu vermitteln und Fehler infolge Unbedachtheit und Uninformiertheit beim Absetzen zu vermeiden.

Peter Lehmann: Dr. phil. h.c., Dipl.-Sozialpädagoge, heute Autor und Verleger in Berlin. Verfechter der humanistischen Antipsychiatrie. Langjähriges Vorstandsmitglied im Europäischen Netzwerk von Psychiatriebetroffenen. Buchpublikationen unter anderem: »Statt Psychiatrie 2« (hg. 2007 gemeinsam mit Peter Stastny), »Psychopharmaka absetzen – Erfolgreiches Absetzen von Neuroleptika, Antidepressiva, Phasenprophylaktika, Ritalin und Tranquilizern« (3. Aufl. 2008), »Der chemische Knebel – Warum Psychiater Neuroleptika verabreichen« (6. Aufl. 2010).

Kontakt: www.peter-lehmann.de

Ort: Ambulante medizinische Rehabilitation e.V. OSKAR

Oskar-Jäger-Straße 175, 50825 Köln - erreichbar: S-Bahn bis Köln-Ehrenfeld oder U-Bahn 3, 4 oder 13 bis Venloer Straße / Gürtel

Eintritt frei, Spenden erwünscht

Fortbildungspunkte sind bei der Ärztekammer Nordrhein beantragt.

Wir danken den Kölner Krankenkassen und dem Kölner Verein für Rehabilitation für ihre Unterstützung



Sylvia Syassen **Viel zu kurze Verjährungsfrist!**

Drei Jahre Verjährungsfrist!

Warum drei Jahre?

Ich brauchte - und das wirklich! - 13 (dreizehn Jahre), um nach diesem Schlag, am 13. Januar 1998, wieder ansatzweise am Boden anzukommen! Selbst der weiße Ring hat mir nicht weitergeholfen, was habe ich alles über die ganzen Jahre versucht, investiert. Ich kann nicht zurück, das geht einfach nicht, weil es einfach nicht geht, aufzugeben.

Das Gutachten war meine allerletzte Hoffnung. Als ich meinen Neurologen um ein Gutachten bat, aus dem hervorgeht, dass ich definitiv mit dieser Verjährungsfrist nicht leben kann, sagte er, er könne die Gesetze nicht ändern, Verjährungsfrist sei Verjährungsfrist. Das sagen seit einem Jahrzehnt alle zu mir, verjährt sei verjährt. Aber er gab mir die Adresse des Petitionsausschusses. Alle meine Ausführungen zeigen, dass ich wirklich mit dieser Verjährungsfrist nicht leben kann. Meine Erkrankung wurde im Januar 1998, am 13., ausgelöst und macht mir seitdem das Leben zur Hölle. Das Mobbing war nach drei Jahren verjährt.

Die Sozialarbeiterin des Begleitenden Dienstes der Werkstatt, bei der ich

jetzt arbeite, war am 26.01.2011 zu einem Termin an meinem Arbeitsplatz. 1 1/2 Stunden sagte sie immer wieder zu mir: "Akzeptieren Sie es (die Verjährungsfrist nebst der Inkassoforderungen)." - Aber das kann ich ganz einfach nicht. Weil das ganz einfach nicht geht. Ich krepriere wirklich daran!

Ich schrieb dieses Gedicht ("Ein Leben für die Katz'!") an einem Sonntag, dann habe ich noch vier volle Tage gearbeitet. Am Donnerstag, den 11.2.2011 kam es dann gewissermaßen zum Zusammenbruch am Arbeitsplatz. Seit dem 11. Februar, also schon sechs Wochen, bin ich nun krankgeschrieben! In dem Gedicht erkennt man Fragmente meines langen, zermürbenden Kampfes um die Aufhebung der Verjährungsfrist des Mobbing, das mich krank und somit mein Leben zur Hölle gemacht hat.

Wie kann, frage ich immer wieder, wie kann etwas, das lebenslange Quälerei zur Folge hat, nach nur drei Jahren verjährt sein? Wenn jetzt auch mein Brief an den Petitionsausschuss nicht zur Aufhebung der Verjährungsfrist führt, bin ich mit meinem Latein endgültig am Ende. Selbst der Weiße Ring sagt nur, verjährt sei verjährt.

Brief an die Sozialarbeiterin:

Hallo Frau...!

Nur um sicher zu gehen, dass ich Sie richtig verstanden habe.

1. Verjährungsfrist ist Verjährungsfrist und schützt die, die mein Leben zur Hölle gemacht haben, davor, jemals belangt zu werden!!! auf ewig !!! Es wird niemals eine Gerechtigkeit für mich geben. Das muss ich akzeptieren!!!

2. Nachdem ich die ersten 55 Jahre meines Lebens grundsätzlich die Fehler anderer habe ausbaden müssen, muss ich nun den Rest meines Lebens für das sexuelle Vergnügen eines fremden Mannes bezahlen, der bei mir Hausfriedensbruch begangen hat (und das als Vergewaltigungsoffer, was mir mit 15 passierte). Auch das muss ich akzeptieren und zwar gleichzeitig. (Eineinhalb Stunden sagten sie zu mir: "Akzeptieren sie es!")

3. Und wenn ich das nicht kann, werde ich so lange in Therapie geschickt, bis ich es akzeptieren kann oder so tue als ob.

Werde ich auffällig, finde ich mich in der Fixierung auf der Geschlossenen wieder. Und bloß am Arbeitsplatz nichts merken lassen, sonst ist der auch noch weg.

Ihre S.S.

Das Petitionsrecht

räumt jedermann das Recht ein, sich gegen Ungerechtigkeiten, Benachteiligungen oder ungleiche Behandlung durch staatliche Stellen zu wehren.

Mit seiner Petition wendet man sich an den Landtag seines Bundeslandes oder evtl. an den deutschen Bundestag.

Landtag Nordrhein-Westfalen
Petitionsausschuss
Postfach 101143
D-40002 Düsseldorf

Geschäftsstelle Petitionsreferat
Telefon: 0211/884-2143 oder -2299 oder -2259
Fax: 0211/884-3004
E-Mail: petitionsausschuss@landtag.nrw.de





EIN GANZES LEBEN FÜR DIE KATZ'

Ich wachte auf
und war erstaunt
wo kam
die Depression jetzt her

Dann fiel mir ein
so manche Pein
und obendrein
war ich allein

Ich litt und litt
macht so viel mit
Das sollte jetzt
mein Leben sein

Kein Recht bekommen
war wie benommen
zum Reden
hat ich niemanden

Nur arbeiten
und auch bezahlen
ansonsten
nichts als schlimme Qualen

Ich tat mir leid
ich litt so sehr
wo nähm ich
einen Menschen her

Alleine hier
allein mit mir
ich griff zum Stift
und zum Papier

Schrieb ein Gedicht
das reichte nicht
stellt Alkohol
auf meinen Tisch

Mein Leben
lag total in Schutt
fühlte mich alt
und so kaputt

Nicht eine Seele
für mich da

es war so bitter
und so wahr

Wozu war ich
damals geboren
stieß ständig nur
auf taube Ohren

Mein Leben
ist wohl schon vorbei
da hilft kein Weinen
kein Geschrei

Vorbei
und hat nie stattgefunden
bin voller Narben
und voll Wunden

Verzweifelt bin ich
traurig auch
ich glaub
jetzt gebe ich mich auf

Ich hatte Ziele
Hoffnung Träume
einfach zerplatzt
alles nur Schäume

Arbeite ständig
wie ein Pferd
und bin der Menschheit
gar nichts wert

Spür Todessehnsucht
tief in mir
muss weiterleben
für mein Tier

Die Katze braucht mich
liebt mich sehr
Wo nehm ich
andre Gründe her

um immer weiter
noch zu leben
Es muss doch
andre Gründe geben

SyassenEden
wollt ich gründen
ein bess'rer Grund
läßt sich nicht finden

Alles nur Worte
nur Schreiberei
mir hilft kein Weinen
kein Geschrei

Gebrochen bin ich
gebe auf
Nur Unrecht
ist mein Lebenslauf

Fürs Tellerspülen
und im Dreck wühlen
bekomm ich
ein Almosen nur

und andre
kriegen goldene Nasen
Gerechtigkeit
nicht eine Spur

Bin so verzweifelt
so betrübt
und werd'
von niemandem geliebt

nicht Eltern
Bruder Schwester nicht
Die sagen mir
glatt ins Gesicht

ich soll einfach
zum Teufel gehen
und wollen mich
nicht einmal sehen

Das einz'ge Wesen
meine Katz
allein nur sie
sieht mich als Schatz

Ich kann das alles
nicht verstehen

Wie soll mein Leben
weitergehen

Den Rest des Lebens
Tellerwaschen
niemals ein Stück
vom Kuchen naschen

Nur ändern
bring ich sonst was ein
es ist so grausam
so gemein

Sehr logisch
meine Depression
Ich selbst
ja ich versteh mich schon

Bin wie ein Schiff
ganz ohne Ratte
ein Schiff
das niemals eine hatte

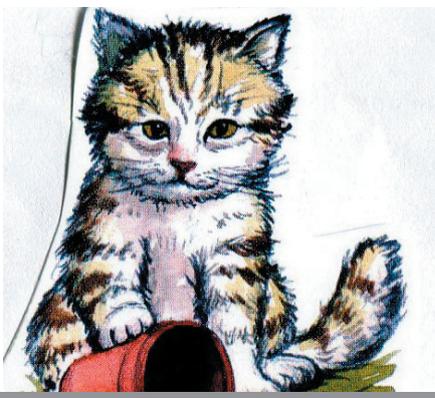
Bekanntlich
soll es untergehn
wenn wir
die Ratten flüchten sehn

Kein Menschherz
stand mir je offen
obwohl's nichts nutzt
bin ich besoffen

Von Anfang an
im Mutterleib
gewollt war dass
ich ungeboren bleib

Der Rest der Menschheit
sprach mir ab
dass ich
ein eignes Leben hab'

Es war so schwer
es war zu viel
ich bin am Ende
bin am Ziel



Das Ziel
hab ich nicht selbst
gewählt
ich wurd' mühsam
dahin gequält

Das Ziel das ist
ich bin am Ende
und ringe einsam
meine Hände

Nur Jousy liebt mich
kleiner Schatz
Menschen hatten noch
niemals für mich Platz

Wär so gern tot
bin so in Not
muss leben für die Katz
den Schatz

Werd ausgenutzt
und auch belogen
verprügelt
und stets nur betrogen

Hab diese Menschheit
tüchtig satt
die bestenfalls
verspottet hat

Bin so am Ende
kraftlos leer
Wo nehm ich nur
'ne Zukunft her

Werd' diesen Monstern
nicht gerecht
sie sind sich einig
mir geht's schlecht

Klein begeben
und auch aufgeben
musst' ich bisher
mein ganzes Leben

Ich kann nicht mehr
ich will nicht mehr
Wo nehm' ich
Lebenswillen her

Ach ja, die Katz
der kleine Schatz
die noch nie
was verbochen hat's

Das ist so ärmlich
so erbärmlich
doch erbarmt man sich
meiner nicht

Muss weiterleben
immerzu.
Das Leben
macht mir solche Müh

Muss funktionieren
und kapieren
dass ich für alle
gar nichts bin

Gäb's Gott
der fänd mich sicher gut
doch den
es ja nicht geben tut

Auf mich gestellt
in dieser Welt
die mich einfach nicht
akzeptiert
Ich glaub jetzt hab ich es
kapiert

Ein Abort bin ich
postnatal
es war
von Anfang an fatal.

Auf sich beruhen
soll ich lassen
dass mich mein Lebtag
alle hassen

Hab niemandem
was angetan
und immer wieder
bin ich dran

bin dran zu schuffen
und zu zahlen

zu leiden
ungerechte Qualen

Mitspielen
durfte ich fast nie
gleich ob ich weinte
ob ich schrie

Nur meine Katze
ist bei mir
nur sie und ich
ich bin bei mir

Mein Auftrag ist
zu arbeiten
Ansprüche stellen
darf ich nicht

Will ich mein Recht
dann sagt man mir
ein Recht
das habe ich gar nicht

Mich umzubringen
lass ich bleiben
wo sollte dann
die Katze bleiben

So leb ich nur noch
für den Schatz
ein ganzes Leben
für die Katz

*im Februar 2011
Sylvia Syassen*



Sylvia Syassen

23.08.1956 geboren und auf-
gewachsen in Herdecke (Ruhr)
(schreckliche Kindheit)

Großhandelskaufmannlehre
ohne Abschluss, Hausfrau
- Mutter, Gastwirtin, Saison-
arbeit (Büffetkraft) in Sylt und
Obersdorf, diverse Jobs,
17 Jahre Pflegekraft in
Altenheimen, ambulant, Be-
hindertenheimen.

Januar 1998 Psychose aus dem
schizophrenen Formenkreis,
ausgelöst durch Mobbing im
Haus Bethesda in der ev. Stif-
tung Volmarstein.

Nach langem Leidensweg im
Juli 2006 von Hagen nach
Letmathe/Iserlohn umgezogen,
wo Sylvia Syassen inzwischen
Wurzeln schlägt.

Dez. 2007 bis Nov. 2009
Werkstatt für psychisch
kranke Menschen
Nov. 2009 bis heute:
Hauswirtschaftskraft in einer
Tagespflege in Schwerte,
was ein Außenarbeitsplatz der
Werkstatt ist.



Tanja Afflerbach

Eine Geschichte über Kälte (IV)

Das Leben in die eigene Hand nehmen (Selbsthilfe)

Bisher: Die Nebenwirkungen der Neuroleptika, mit denen Tanja wegen eines Traumas nach einem Verkehrsunfall behandelt wurde, wurden als Symptome einer psychischen Erkrankung interpretiert. Tanja setzte Solian wegen starker Nebenwirkungen ab, nachdem sie von der Klinik nicht ernst genommen wurde. Es kam zu extremen Nervenschmerzen, die die Klinik wiederum nicht ernst nahm. Tanja wollte da schließlich nur noch raus.

Zuhause fing ich dann sofort mit meiner Suche nach Hilfe an, obwohl ich eigentlich gar nicht mehr konnte. Ich fühlte mich wie ein Fisch, der an Land gespült wurde.

Ich ging zuerst zu meinem damaligen Hausarzt. Der machte so weiter wie die Ärzte in der Klinik. Er hätte mich am liebsten direkt dorthin zurück überwiesen in der Annahme, dass sich „meine Psychose“ nun wohl körperlich äußere. Etwas anderes, so sagte er, könne er für mich nicht tun.

Nach weiterem Bitten besorgte er mir einen Termin bei einem niedergelassenen Nervenarzt in Siegen. Ich fuhr mit meiner Mutter dorthin. Er sprach etwa eine Stunde mit mir, ich schilderte ihm meine Situation und die bestehenden Symptome. Er sagte, ich solle schnell wieder eine geringe Dosis Leponex nehmen, dann würde sich alles wieder richten. Diese Dosis könne ich dann nach und nach ganz langsam absetzen.

An diesem Abend nahm ich dann widerwillig, doch um meine Gesundheit besorgt, diese kleinere Dosis ein. Nach etwa zwei Monaten habe ich in dieser Nacht wieder fünf Stunden geschlafen. Das war unglaublich und es zeigte mir, dass die Schlaflosigkeit wirklich nur eine Auswirkung des Leponexentzuges war. Ansonsten fühlte ich mich an diesem Morgen furchtbar. Ich hatte eine unbestimmte Angst in mir, die ich nicht mehr gehabt hatte, nachdem ich das Leponex abgesetzt hatte. Es fiel mir sehr schwer, etwas zu sehen, ge-

schweige denn, zu begreifen. Doch eines begriff ich an diesem Morgen, nämlich, dass dieses Leponex ein Teufelszeug ist.

Nach ein paar Tagen habe ich mich aber wieder daran gewöhnt, körperlich. Seelisch war es eine Qual für mich, genau dieses zerstörerische Zeug wieder nehmen zu müssen. Es demütigt mich bis heute.

Auch der Kopfdruck wurde etwas besser, doch zuvor passierte noch etwas Schreckliches. Dazu muß ich erzählen, wie sich die Symptomatik bis zu diesem Zeitpunkt weiterentwickelt hatte.

Ich konnte immer schlechter gehen. Die Beine knickten mir regelrecht ein. Ich fühlte Berührungen auf der Haut kaum noch und zu dem Kopfdruck und den Schmerzen durch die Krampfsituation der Muskulatur um den Kopf herum kam ein furchtbares Empfinden von Kitzel im Kopf. Es ist unbeschreiblich. Was ich dazu sagen kann, ist, dass es eine regelrechte Folter war. Jetzt konnte ich ein gelegentliches Schreien, unter der Bettdecke versteckt, damit es niemand hört, nicht mehr zurückhalten. Ich konnte nicht mehr still sitzen, weil ich immer das Gefühl hatte, doch davor fliehen zu müssen. Doch das war vergebens. Wie soll man auch vor einer solchen Empfindung fliehen? Ich dachte immer: „Es muß auf dieser Erde doch einen Arzt geben, der mir glaubt, was ich sage und versucht, mir zu helfen.“

Eines Nachts wurde meine Zunge so steif und wurde mir in den Rachen gezogen, daß ich sehr schlecht Luft bekam. Da dachte ich, dass ich jetzt vielleicht ersticken, sterben würde. Ich betete zu Gott, dass er mich nicht so sterben lassen sollte...und wenn es doch so sein sollte, dachte ich, dann wäre dieses unermessliche Leiden endlich vorbei. Die Versteifung und das Sich-Zurückziehen der Zunge dauerte einige Wochen an. Ich mußte mich an das permanente Gefühl, fast zu ersticken, „gewöhnen“.

Einen Tag, nachdem ich bei dem niedergelassenen Neurologen war, ging es mir erheblich schlechter. Er hatte mir gesagt, wenn irgendetwas sei, könne ich sofort in die Praxis kommen. Ich rief vorher noch einmal an und die Sekretärin sagte mir, dass ich kommen könne, aber wahrscheinlich warten müsse. Wieder fuhr meine Mutter mich nach Siegen. Auf der Fahrt hatte ich immer wieder das Gefühl, nicht genug Luft zu bekommen. Das wurde immer schlimmer und ich hatte das Gefühl, dass, wenn ich mich nicht darauf konzentrierte, regelmäßig zu atmen, ich erst viel zu spät richtig nach Luft japste. Meine Mutter bemerkte mein Problem und ich umklammerte ihre Hand. Ich rief: Fahr schnell in ein Krankenhaus. Sie wußte nicht, was sie tun sollte und entschloss sich aber dann zum Neurologen zu fahren, wo wir so und so hin wollten. Sie überfuhr aus Angst um mich sämtliche rote Ampeln und weinte und rief immer wieder meinen Namen. Ich rang nach



Luft. Meine Angst machte die Situation noch schwieriger. Endlich waren wir da. Ich versuchte aus dem Auto zu steigen, doch meine Beine knickten einfach ein. Meine Mutter nahm mich unter den Arm und schleppte mich in die Eingangshalle des Ärztehauses. Dort sah uns eine Angestellte und holte schnell einen Rollstuhl für mich. Sie brachte uns in die Praxis des Arztes. Dort ging sofort eine Helferin zum Arzt und fragte ihn wohl, ob er mich anschauen würde. Sie kam zurück und sagte uns, er wolle mich nicht sehen. Am besten nie wieder. Wir waren geschockt. Ich glaube meine Mutter fast mehr als ich. Sie sagte zu der Helferin, dann solle sie einen Krankenwagen bestellen. Darauf fragte die Angestellte meine Mutter, ob sie wisse, wie teuer das sei. Meine Mutter lief verzweifelt weinend aus der Praxis und sagte noch, sie liebe mich da, sie könne nicht mehr oder so ähnlich. Dann war sie weg und ich rang allein im Rollstuhl vor der Rezeption um Luft. Niemand kümmerte sich darum. Ich versuchte irgendwie aufzustehen und stolperte meiner Mutter hinterher. Ich konnte das Auto gerade noch erreichen, bevor sie losfuhr. Stille, leiseres Suchen nach Luft. Was sollten wir tun?

Am Ende landeten wir im Gesundheitshaus, da ich dort jemanden kenne. Wir dachten, dort vielleicht Hilfe zu finden. Ich hatte so eine wahnsinnige Angst. Ab diesem Moment war mir klar, dass ich wirklich um mein Leben, um meine Zukunft kämpfe, auf einem ungerechten, kalten Kampfplatz. Ich betete die ganze Fahrt hindurch. Ich bete mich bis heute durch diesen Kampf.

Zuhause setzte ich mich vor den PC und fing an, mich zu informieren, darüber, was vielleicht mit mir los sein könnte und über mögliche Hilfen. Dabei stieß ich auf eine Seite des Berli-

ners Peter Lehmann, der im Antipsychiatrieverlag über diese Themen veröffentlicht. Ich rief ihn an und er konnte mir zwei wichtige Adressen geben. Die eine war die eines Münchener Arzt und Psychotherapeuten, der ein warnendes Buch über die Gefahren von Neuroleptika geschrieben hat. Diesen Arzt rief ich an und schilderte ihm meine Symptome. Er war sehr nachdenklich und sagte, dass sich das nicht gut anhöre, ich aber nicht aufgeben sollte. Er konnte mir leider keinen Termin in seiner Praxis geben, da er total überlaufen war. Er riet mir aber, mit Frisium, einem Tranquilizer, gegen die Verkrampfungssituation etwas zu tun. Ihm waren solche Symptomatiken nach langjährigem Neuroleptikagebrauch und u.a. zu schnellem Absetzen bekannt. Er konnte alles genau nachvollziehen und riet mir, einen Arzt in der Nähe zu suchen, der das auch könne. Weiter wünschte er mir alles Gute und viel Kraft, den Kampf durchzustehen. Er sagte mir, dass ich vielleicht Schwierigkeiten haben würde, eine adäquate Behandlung zu bekommen, da es Fälle wie mich eigentlich nicht geben dürfe, schwarz auf weiß.

Was ich in der Literatur über den ganzen Themenbereich zu lesen bekam, bewegte mich tief. Ich war erschüttert. Nicht nur wie jemand, der einfach etwas Schreckliches über irgendein bewegendes Thema in der Welt liest. Ich war mir bewußt darüber, dass ich mittendrin „saß“.

Ich hatte nun niemanden, der mich medizinisch adäquat versorgen wollte. Die Schmerzen wurden von Tag zu Tag stärker. Ich kürze hier etwas ab. Den Roman schreibe ich vielleicht, wenn ich wieder gesund werde. Ich fand keinen Arzt. Ich suchte ein halbes Jahr, habe an unendlich viele Türen geklopft und um Hilfe gebeten. Vergeblich. Mir wurde nicht nur die Hilfe

vorenthalten, ich wurde auch nach allen Regeln der Kunst weiter gedemütigt, für verrückt erklärt, ausgelacht, angeschrien, aus Arztpraxen regelrecht hinausgeworfen. Sicher hatte ich noch „Glück“, dass ich nicht wieder in die Psychiatrie eingewiesen wurde. Man bezeichnete mich sogar als einen „Junky“, der doch nur auf „Ersatzstoff“ aus dem Medikamentenschrank aus sei, als ich nach Schmerzmitteln fragte.

Bei einem anderen Arzt, der mich von früher kannte, saß ich eineinhalb Stunden unter meinen starken Schmerzen und sollte erzählen...er wollte herausfinden, ob ich mir das ganze einbilde. Immer wieder fragte er meine Mutter, die dabei saß, ob sie meine, dass ich im Moment psychotisch sei. Irgendwann fragte sie ihn dann, ob er meine, ob sie denn nicht im Wahn rede.

Es war wie ein schlechter Horrorfilm. Niemand nahm mich ernst. Der Arzt ließ mich am Ende ohne Schmerzmittel gehen und sagte noch, dass er ja schon immer gewußt habe, wie intelligent ich sei. Er sagte weiter, dass Wahnsinn und Genialität ja bekanntermaßen eng beieinander lägen. Er erschien mir gönnerhaft, allein aus dem Grunde, dass er mich wieder gehen ließ, ohne mich direkt zwangseinzuweisen.

Ich fand schließlich zwei Homöopathen, die mir etwas weiter helfen konnten. Da war zuerst einer in Lauenburg in der Nähe von Hamburg. Ich bin vier Mal unter Höllenqualen dorthin gefahren. Nur um ein wenig Hoffnung zu haben. Es half aber nichts gegen die immer noch stärker werdenden Muskel- und Nervenschmerzen.

Fortsetzung folgt

Fotos (privat):

oben links: Tanja in Intensivebehandlung

oben rechts: Tanja heute



neuer Vorstand des LPE e.V.

Auf der Mitgliederversammlung am 19.03.2011 wurde ein neuer Vorstand für den LPE e. V. gewählt und zwar

Matthias Seibt, Herne 30
 Anja Maria Estrada, Köln 27
 Fritz Schuster, Recklinghausen 23
 Doris Steenken, Osnabrück 20
 Maribell Risco, Teneriffa, demnächst Köln 19
 Sabine Wolfrum, Essen 17
 Regina Neubauer, Bonn 14
 (Die Zahlen geben die Anzahl der Stimmen)

Zu Kassenprüfer/inne/n wurden gewählt:
 Elke Bücher und Günther Pfeil.
 Stellvertretende Kassenprüfer/innen wurden
 Jan Michaelis und Reinhild Böhme.

Maribel Risco Weyrich stellt sich vor:

Liebe Mitglieder,
 Ihr habt mich auf dem Selbsthilfetag in den Vorstand gewählt und so möchte auch ich über mich berichten, damit Ihr wisst, wie ich so bin, woher ich bin und was ich alles gemacht habe.
 Mein vollständiger Name ist: Marta-Isabell Risco Weyrich (Risco von meinem Vater, Weyrich von meiner Mutter, Doppelnamen aus Spanien).
 Sorry wegen meiner Rechtschreibfehler, habe das letzte Mal deutsch geschrieben als ich 13 war., also vor 15 Jahren..In Spanien wird alles klein geschrieben außer Namen!
 Ich wurde am 30/06/1982 in Worms Rheinland-Pfalz geboren, mit sechs Wochen nahm mich meine Mutter schon mit nach Teneriffa.(spanische Inseln-Kanaren), dort wohnte ich bis ich fünf war und zog dann wieder nach Deutschland bis ich 13 war, mit 13 war ich in dem Hans-Purrmann Gymnasium in Speyer, eigentlich gute Schülerin aber besser noch als ich 1996 wieder nach Teneriffa ging. In Teneriffa beendete ich mein 1° Abitur in Kunst und beendete es in Costa -Rica (Mittelamerika) im Jahr 2000.
 Ab dem Jahr 2000, arbeitete ich als alles mögliche in Teneriffa wieder: Rent a car receptionistin, Hotel recep-

tionistin, Promoterin, Animatörin bis hin zur Chef turisten Animatörin in einem 4 sterne hotel..
 Alles langweilte mich, weil ich doch eigentlich den Leuten helfen wollte, nicht nur glücklich zu sein für eine Weile sondern für ihr ganzes Leben.
 2008 begann ich im Radio, als Radiomoderatorin in 107.9 fm Adeje teneriffa .Dort hatte ich mein eigenes Programm über Spiritualität und Glauben, aber ich war auch die Stimme der Werbung und deshalb bekannt.

Leider habe ich im Juli 2007 meine erste Erfahrung mit Depression schon hinter mir gehabt, weil ich mit dem Stress mit meiner Tochter (damals sieben Monate), meinem arbeitslosen Ehemann und dem Haushalt nicht klar kam.

August 2008 fiel ich wieder in eine sehr schwere fast unheilbare Depression hin. Es war furchtbar, ich habe angefangen, Psychopharmaka einzunehmen und alles wurde viel schlimmer wie erwartet. Oktober 2008 sprang ich vom dritten Stock, dann wurde ich einen Monat in eine Psychiatrie eingeliefert gegen meinen Willen, dem ja sowieso keiner wissen wollte. Warum ich so litt und warum

ich solche Seelenschmerzen hatte, wollte niemand hören auch nicht der Psychiater....
 Dezember 2008 verklagte ich meinen Ehemann wegen psychischer und seelischer Misshandlungen. Als ich im Februar 2009 das Psychopharmakon absetzte in Deutschland, mit Hilfe des Hausarztes meiner Mutter, wurde ich vollkommen gesund im Mai 2009!
 Aber weiterhin nahm ich Schlaftabletten. zum Schlafen, dann habe ich mich vollständig getrennt im Februar 2010, aber ich wurde wieder depressiv bis September 2010, als ich auch dann mit den Schlaftabletten aufhörte und mit einer neuen Liebe die Welt mit anderen Augen erblickte, war ich ein neuer Mensch!
 Seitdem interessiere ich mich für Politik (die Grünen, links etc.). Ich denke, man kann die Welt verändern, wir brauchen nur den Glauben und die Willenskraft dazu, die radio- und tv-kontakte habe ich ja ..
 Ach ja als Komikerin hab ich auch gearbeitet, zwei Jahre lang und sehr gut verdient „hahaha, ich hoffe, dass alle Leute ihr Leben verändern können durch ein alternatives Leben!!!
 danke
 Un Abrazo Maribel Risco Weyrich

Beratung Informationen

Bochum, Büro BPE, LPE NRW, WIR
Wittener Straße 87, 44 789 Bochum
www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de
Offenes Café:
mo 17-19 Uhr und fr 14-17 Uhr.

Köln, Anlaufstelle Rheinland
Graf-Adolf-Str. 77, 51 065 Köln
Tel. 0221-964 768 75
offenes Café: mo 16-19 Uhr,

- Erstkontakt und Beratung des BPE
mo, do, fr 10-13 Uhr; mi 10-14 Uhr
Tel. 0234 - 68 70 5552
Fax 0234 - 64 05 103
kontakt-info@bpe-online.de
Infos auch unter www.bpe-online.de,
bei „kontakt“ anklicken.

- Psychopharmaka-Beratung:
Wir antworten auf Fragen wie z.B.
Wie wirken Psychopharmaka? Gibt
es Alternativen? Wann ist es sinnvoll,
Psychopharmaka zu nehmen? etc.
nur für Mitglieder!
di 10-13 Uhr und 14 -17 Uhr
Tel. 0234 - 640 51 02
Fax 0234 - 640 51 03

- Cornelius Kunst berät rund um die
Themen Selbsthilfe, Selbsthilfegrup-
pen, Krisen, Betreuungen, Unterbrin-
gungen, bei Problemen mit Behörde.
mo und do von 14.30 -17 Uhr und mo
19-21.30 Uhr unter Tel. 0212-5 36 41.
mi 14-19 Uhr persönlich in der Graf-
Adolf-Str 77 in Köln-Mülheim und
unter Tel. 0221-96 46 1835

- Beratung und Unterstützung bei der
Beantragung des Persönlichen Budgets
durch Karin Roth, Tel. 0231-16 77 98
19, e-mail: karin.roth@yael-elya.de.
Nähere Infos bei www.yael-elya.de

Bundesverband Psychiatrie- Erfahrener e.V

GESCHÄFTSSTELLE

Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener
Geschäftsstelle
Wittener Str. 87, 44789 Bochum
E-Mail: kontakt-info@bpe-online.de
Tel.: 0234 / 68705552

**Geschäftsstelle, Mitgliedernfragen,
Pressekontakt und Auskünfte zu
Betreuungsrecht, Patientenrechten,
Unterbringungsrecht und Voraus-
setzungen, Informationen und
Beratung zum Umgang mit Krisen
und Krisenbegleitung**

Mo + Do 10 – 13 Uhr:
Miriam Krücke
Mi 10 – 14 Uhr + Fr.10-13 Uhr
Sabine Wolfrum

Für Nicht - Mitglieder bieten wir aus
finanziellen Gründen nur noch eine
Erstberatung an.

Mailinglisten

des BPE e. V.
für Psychiatrie-Erfahrene

[http://de.groups.yahoo.com/group/
Junge_PE](http://de.groups.yahoo.com/group/Junge_PE)

für Menschen bis 25 Jahren, die in
psychiatrischer Behandlung sind oder
waren

[http://de.groups.yahoo.com/group/
Psychiatrie-Geschaedigte/](http://de.groups.yahoo.com/group/Psychiatrie-Geschaedigte/)

für durch psychiatrisch Behandlung
geschädigte Menschen.

Zur Zeit nicht moderiert.

[http://de.groups.yahoo.com/group/
DemPE/](http://de.groups.yahoo.com/group/DemPE/)

Dient zur Diskussion über Psychia-
trie. Psychiatriekritische und antipsy-
chiatrische Aussagen. Moderiert.

Veranstaltungen

- Sa. 04.09.2011 in Bochum
Selbsthilfetag ab 11 Uhr.

- 8.-10.10.2011 in Kassel
Jahrestagung des BPE e.V.

Wer telefoniert gern?

Wer hat noch Kapazitäten frei und
telefoniert gerne?

Die gezielte Beratung machen
schon unsere Profis. Aber manche
wollen einfach nur mal mit
jemandem reden. Dazu fehlt uns
die Zeit. Also bitte bei Cornelius
Kunst 0212 / 53 64 1, cornelius.
kunst@gmx.de
oder Miriam Krücke bzw. Sabine
Wolfrum 0234 / 68 70 5552,
kontakt-info@bpe-online.de
melden, wer hierfür Gesprächs-
partner/in sein will.

Der Vorstand LPE NRW

Praktikum

Es gibt die Möglichkeit, ein Praktikum
im Bochumer Büro zu machen, ent-
weder am Stück oder tageweise - egal,
ob nur aus Interesse oder weil Ihr eine
Bescheinigung braucht. Weitere Infos
bei Matthias Tel. 0234-640 5102 oder
Miriam Tel. 0234-68 70 5552.

SELBSTHILFETAG

Perspektivwechsel durch Selbsthilfe

Samstag, 16. Juli 2011, 11.00 Uhr bis 17.30 Uhr

11.00 -11.15	Grußwort MdL Andrea Asch, DIE GRÜNEN
11.15 -11.40	Vortrag Kerstin Riemenschneider „Perspektivwechsel durch Selbsthilfe“
11.40 -12.00	Diskussion zum Vortrag
12.00 -12.30	„Wie mir das Persönlichen Budget geholfen hat!“ 2 Psychiatrie Erfahrene erzählen Ihre Geschichte
12.30 - 13.00	Vorstellung der Workshops
13.00 - 14.30	Mittagspause - Mittagessen bitte selbst organisieren.
14.30 -16.00	Workshops
	Vertiefung des Vortrags – Kerstin Riemenschneider, Köln
	Persönliches Budget für Psychiatrie - Erfahrene - Karin Roth, Bochum
	EX-IN und Selbsthilfe - Bettina Jahnke, Sankt Augustin
	Gesundheitsfördernde Haltungen für die Seele - Bärbel Lorenz, Köln
	Psychiatrie - Mehr Schaden als Nutzen - Cornelius Kunst, Solingen
16.00 - 17.00	Kaffeetrinken
17.00 - 17.15	Rückmeldungen aus den Workshops
17.15 - 17.30	Schlusswort und Verabschiedung

Der Selbsthilfetag ist offen für Alle!

Eintritt, Kaffee und Kuchen frei

Wir freuen uns auf viele Teilnehmer und Teilnehmerinnen!

Teilnahme:

Bitte um Anmeldung bei Cornelius Kunst 0212 53641 oder cornelius.kunst@gmx.de
Fahrtkostenerstattung für Bedürftige nur auf vorherigen Antrag bei der Anmeldung möglich.
Billigste Möglichkeit ist zu wählen und Fahrgemeinschaften zu bilden.

Anfahrt:

Veranstaltungsort: BTZ Köln GmbH, Vogelsanger Str. 193, 50825 Köln-Ehrenfeld
DB Bahnhof „Köln-Ehrenfeld“, Ausgang „U“ nehmen - 5 Minuten Fußweg.
Nahverkehrshaltestelle
„Venloer Straße/Gürtel“ mit Straßenbahn 13, U-Bahn 3 oder 4, Bus 141 oder 142 - 5 Minuten Fußweg.