

Stabilisierung und Gesundheit durch Selbsthilfe

Selbsthilfetag

**Samstag 25. März 2017
von 11.00 bis 17.20 Uhr**

**Im BTZ Köln-Ehrenfeld
Vogelsanger Str. 193**



Eintritt, Kaffee und Kuchen frei!

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!

Programm	Moderation: Matthias Seibt
11.00	Begrüßung, Grußwort N.N. Organisatorisches
11.15	Vortrag: Kerstin Riemenschneider – Stabilisierung und Gesundheit durch Selbsthilfe
11.40	Diskussion zum Vortrag
11.55	Vortrag: Claus Wefing – Spiritualität praktizieren trotz seelischer Krisen
12.20	Diskussion zum Vortrag
12.35	Vorstellung der Arbeitsgruppen
12.45	Mitgliederversammlung Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW
13.10	Mittagspause Mittagessen muss selbst organisiert werden.
14.30	Workshops
1.) Kerstin Riemenschneider	Stabilisierung und Gesundheit durch Selbsthilfe
2.) Claus Wefing	Spiritualität praktizieren trotz seelischer Krisen
3.) Matthias Seibt	Umgang mit Psychopharmaka
4.) Bettina M.	Aufbau einer Selbsthilfegruppe
5.) Tobias T. + Christina K.	Junge Psychiatrie-Erfahrene tauschen sich aus
6.) Sabine Wolfrum	Kreativität und Eigensinn als ein Weg zum finden eigener Ressourcen
16.00	Kaffeetrinken
17.00	Rückmeldung aus den Workshops
17.15	Schlusswort und Verabschiedung

Info: Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V., Anmeldung wäre nett bei Cornelius Kunst Tel.: 0212 / 53 641, Email: Cornelius.Kunst@gmx.de Er organisiert Mitfahrgelegenheiten (Auto und Bahn); Fahrtkostenerstattung für (Gruppen von) Bedürftige/n billigste Möglichkeit, höchstens NRW Gruppenticket für 43,- Euro. Nur auf vorherigen Antrag möglich.

Anfahrt: DB Bahnhof Köln-Ehrenfeld oder U-Bahn 3+4 / Straba 13 Haltestelle "Venloer Straße/Gürtel" 5 Minuten Fußweg. Das BTZ ist gegenüber der Diskothek "Underground".

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