

Selbsthilfe Crash Kurs

Selbsthilfe - Warum? Wieso? Weshalb?

Grundsätzliches zur Selbsthilfe, Möglichkeiten und Grenzen - wie finde ich Selbsthilfegruppen in meiner Stadt oder meiner Region? Was brauche ich, wenn ich selbst eine Gruppe gründen möchte?

Grundpfeiler der Psychiatrie-Kritik und was hat die UN-Behindertenrechtskonvention eigentlich mir als Psychiatrie-Erfahrenen zu tun?

Krise! Was nun?

Kann ich mich auf eine akute Krise vorbereiten? Was mache ich dann eigentlich? Was gibt es? Worin bestehen Vor- und Nachteile?

Die Patientenverfügung für die Psychiatrie - wie funktioniert das? Wie kann ich eine Vorsorgevollmacht nutzen und was muss ich beachten



Wer nimmt gerne Tabletten?

Psychopharmaka: Wirkung, Möglichkeiten und Nachteile. Wie kann Reduzieren oder komplettes Absetzen gelingen und wie vermeide ich typische Fehler?

Referent: Martin Lindheimer (42 J.): Seit 2002 in der Selbsthilfe aktiv. Derzeit sachkundiger Bürger im Beirat für Inklusion und Menschenrechte des LVR und Fachreferent für Psychiatrie bei der Diakonie Rheinland-Westfalen-Lippe. Ausgebildet als Kaufmann IHK (2007), Peer-Berater (2015) und Sozialarbeiter B.A. (2022).

Samstag, 10. Juni 2023

Ort: SPZ Köln-Kalk, Olpener Straße 114, 51103 Köln

Samstag, 11. November 2023

Ort: Paritätisches Zentrum, Dahlweg 112, 48153 Münster

jeweils von 10:00 Uhr - 17:00 Uhr

Teilnahmebedingungen: Teilnahme, Snacks und Getränke sind kostenfrei. Teilnahme ist nur **nach Anmeldung** bei Annette unter Tel. 0175-5945501 oder per E-Mail an annette.nrw@gmx.de möglich! Für eine verbindliche Anmeldung sind 10 € Anmeldegebühr, das sogenannte Reuegeld, auf das LPE NRW Konto zu überweisen, diese 10 € gibt es während des Seminars zurück – sonst nicht. Bankverbindung des LPE NRW: IBAN: DE98 3702 0500 0008 3749 00. Die TeilnehmerInnenzahl ist auf 12 Menschen begrenzt. Ein Fahrtkostenzuschuss für Bedürftige -billigste Möglichkeit- kann nur bei der Anmeldung beantragt werden.