

SELBSTHILFETAG

des Landesverbandes Psychiatrie-Erfahrener NRW e. V.

Thema: **Leben und Krisen meistern**

TeilnehmerInnen: Alle Interessierten

Wann: **Samstag, 14. März 2009 von 11.00 – 17.25 Uhr**

Wo: Im Kirchenforum Querenburg in Bochum, Haltestelle Ruhr-Universität

Wie: Eintritt, Kaffee und Kuchen frei.

Info: Weglaufhaus-Initiative Ruhrgebiet, Tel.: 0234-640 5084.
Ab Mo, 2. März 09 hier auch Anmeldung (nicht nötig, aber nett) und Mitfahrzentrale (Auto und Bahn) **Fahrtkostenerstattung** (für Gruppen von Bedürftige/n billigste Möglichkeit, (höchstens SchönerTagTicket für 5 Personen für 34,- Euro) **nur auf vorherigen Antrag möglich.**

Programm:

- 11.00 -11.15 Begrüßung; **Grußwort Heiko Ulbrich, BKK NRW**
Organisatorisches
- 11.15 -11.40 **Vortrag Bärbel Lorenz, Köln:**
Leben und Lebenskrisen meistern
- 11.40 -12.00 Diskussion zum Vortrag
- 12.00 -12.25 **Vortrag Kathrin Vogel, Berlin:**
Umgang mit Krisen im Berliner Weglaufhaus
- 12.25 -12.45 Diskussion zum Vortrag
- 12.45 -13.00 Vorstellung der Arbeitsgruppen
- 13.00 bis 13.15 Mitgliederversammlung des LPE NRW
- 13.15 -15.00 Mittagspause, Mittagessen muss selbst organisiert werden.
Supermarkt, Pommesbude und Pizzeria sind vorhanden.

Arbeitsgruppen:

- 15.00 -16.30
- 1.) Sibylle Prins (Bielefeld) – Selbsthilfe in depressiven Zeiten
 - 2.) Petra Steinhauser (Köln) - Recovery durch alternative Krisenbegleitung
 - 3.) Kathrin Vogel (Berlin) – Umgang mit Krisen
 - 4.) Hartmut Kruber (Gronau) - Warum und wie die Einflussnahme auf die örtliche Psychiatrie und Trägerschaft von Hilfsangeboten Sinn macht
 - 5.) David Kleine-Beck (Bottrop) – Die Notwendigkeit der Emanzipation Psychiatrie-Erfahrener
 - 6.) Kai Lehmköster (Köln) - Entwicklung alternativer Hilfsangebote
 - 7.) Cornelius Kunst (Solingen) – Stigmatisierung – Wie kann ich mich dagegen wehren

16.30 -17.00 Kaffeetrinken

17.00 -17.15 Berichte aus den Arbeitsgruppen

17.15 -17.25 Schlussworte

Um 17.34 geht eine U-Bahn zum Hauptbahnhof. Mit dieser werden der RE um 17.56 Ri Köln/Aachen, der RE 18.05 Ri Dortmund/Hamm, die RB um 18.04 Ri Wanne-Eickel erreicht. Die U-Bahn um 17.24 erreicht den RE um 17.43 nach Bielefeld/Minden und den RE um 17.47 nach Hagen/Siegen.

Der Selbsthilfetag ist für alle offen. Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme!