

PP selbständig dosieren – Ver-rückt-heit steuern

Referent: Matthias Seibt

Themen Schwerpunkt Psychopharmaka:

- Was sind Psychopharmaka?
- Wie wirken verschiedene ausgewählte Psychopharmaka?
- Wie lerne ich die individuelle Wirkung der Psychopharmaka auf mich selbst kennen?
- Psychopharmaka in der Krise; Psychopharmaka zur Vorbeugung
- Reduzieren und Absetzen von Psychopharmaka;
- Psychopharmaka und Niedergeschlagenheit (Depression)

Themen Schwerpunkt Ver-rückt-heit steuern:

- Ver-rückt-heit steuern
- Erkennen, "wann es wieder losgeht"
- Psychopharmaka selbständig dosieren
- Alternative Methoden
- Begleitung durch Freunde und Bekannte (oder in der Selbsthilfe)
- Alltagspraktische Tipps (Ernährung, Schlaf, Arbeit usw.)

30. Juli 2016

von 10 – 17 Uhr in der

**Anlaufstelle Rheinland des LPE NRW in Köln
Graf-Adolf-Str. 77, nahe Bahnhof Köln-Mülheim**

Teilnahme, Snacks und Getränke sind kostenfrei. Teilnahme ist **nur nach Anmeldung bis zum 23.7.2016** beim LPE NRW unter Tel. 0241/9976831 oder per E-Mail an d.thelen@gmx.de möglich! Für eine verbindliche Anmeldung sind vorab 10 € Reuegeld auf das LPE NRW Konto zu überweisen, diese 10 € gibt es während des Seminars zurück – sonst nicht. Bankverbindung des LPE NRW: Bank für Sozialwirtschaft IBAN: DE98370205000008374900 BIC: BFSWDE33XXX

Die TeilnehmerInnenzahl ist auf 12 Menschen begrenzt.