



SELBSTHILFE

Die **ALTERNATIVE** zur **Psychiatrie**:

LPE *Landesverband Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V.*

Herner Straße 406, 44 807 Bochum, Haltestelle Rensingstraße

Tel. 0234 / 640 5102 oder 0234 / 70 890 520

www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de

Offene Cafés

jeden Montag 15 bis 17 Uhr & jeden Freitag 14 bis 17 Uhr

Selbsthilfegesprächsgruppe für Psychiatrie-Erfahrene

jeden Montag 17.15 bis 18.45 Uhr

Gruppe für Junge (18-35 Jahre) Psychiatrie-Erfahrene

zur Zeit nicht

Gartengruppe Mittwoch ab 14 Uhr Treffen Herner- 406, ab 15 Uhr im Garten

0177 34 68 710, wirgarten@gmx.de. Winterpause bis Februar 2025.

Aktiventreffen/Plenum jeden 1. Mittwoch im Monat 16 Uhr

Achtsamkeitsgruppe: und Hilfe bei PC-, Mail- und Internetproblemen:

etwa alle 14 Tage am Wochenende

Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) des BPE

0234 / 70 890 520 und 0234 / 640 5102, kontakt@eutb-bpe.de

Mo - Fr etwa 9 bis 15 Uhr, siehe www.eutb-bpe.de

Psychiatrische Willenserklärung, <https://psywill.de>, 0234 / 58 44 26 43 kontakt@psywill.de

Stand November 2024

Gefördert durch das [Land NRW](#).