



# 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](http://www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de)

<https://chat.whatsapp.com/DUzVpaD6rMpDKmlJpG0pVs>

## 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

**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](mailto:kontakt@eutb-bpe.de)

Mo - Fr etwa 9 bis 15 Uhr, siehe [www.eutb-bpe.de](http://www.eutb-bpe.de)

**Psychiatrische Willenserklärung**, <https://psywill.de>, 0234 / 58 44 26 43 [kontakt@psywill.de](mailto:kontakt@psywill.de)

**Stand März 2025**

Gefördert durch das **Land NRW**.