

## Was sind die Düsseldorfer PsychiatrieGespräche?

In unserem offenen Gesprächskreis treffen sich Menschen mit den Erfahrungen einer psychischen Erkrankung, deren Angehörige und Freunde, sowie im psycho-sozialen Bereich beruflich Tätige, und interessierte Bürgerinnen und Bürger.

Im Mittelpunkt steht der Erfahrungsaustausch über das Erleben und die Bewältigung von psychischen Erkrankungen.

Die Treffen finden jeweils mittwochs von 18.00 bis 20.00 Uhr statt. Wir sind meist zu Gast im Gemeindezentrum der Versöhnungskirche – Adresse und Anfahrt umseitig.

**Mitunter treffen wir uns aber auch an einem anderen Ort. Bitte die jeweiligen Ortsangaben im Programm beachten!**

Weitere Infos im Web, jetzt unter:

[www.pg-dus.de](http://www.pg-dus.de)

E-Mail: [info@pg-dus.de](mailto:info@pg-dus.de)

### Zur Umbenennung

Bislang waren und sind wir unter dem Namen „Psychose-Forum-Düsseldorf“ bekannt, jetzt nennen wir uns „Düsseldorfer PsychiatrieGespräche“. Inhaltlich ändert sich dadurch aber nichts, unser Konzept hat sich in den vielen Jahren unseres Bestehens gut bewährt. Weitere Infos dazu auf: [www.pg-dus.de/umbenennung](http://www.pg-dus.de/umbenennung).

Am 16. Mai treffen wir uns in der Graf Recke Stiftung – Seminarraum im Haus Zoppenbrück (in der Nähe des Café ESS PE ZET) – Grafenberger Allee 345 – 40235 Düsseldorf

## Programm Frühjahr 2018

Mittwoch 7. März | 18:00 Uhr

### Wie umgehen mit Ängsten und Zwängen?

In Verbindung mit einer Psychose oder Depression entwickeln manche Menschen eine Angst- und Zwangsstörung. Rituale können den gesamten Tagesablauf diktieren, bei Panikattacken ist der Leidensdruck besonders groß. Was hilft? Medikamente? Psychotherapien?

Zur Einleitung berichtet ein Betroffener

Ort: **Gemeindezentrum** (Besprechungsraum)

Mittwoch 21. März | 18:00 Uhr

### Entwicklung von beruflichen Perspektiven

Wie schaffe ich mir eine berufliche Perspektive, die ich bewältigen kann? Geringfügige Beschäftigung, zweiter Arbeitsmarkt, Arbeitstherapie, Werkstatt für angepasste Arbeit, Ehrenamt oder gar eine EX-IN-Ausbildung?

Referentin: Annika Stiglic, EX-IN-Genesungsbegleiterin in der Orientierungsphase

Ort: **Gemeindezentrum** (Besprechungsraum)

Mittwoch 11. April | 18:00 Uhr

### Wie sehe ich meine Krankheit?

Seit wann und wodurch ist mir meine Krankheit bewusst? Wie erkläre ich sie mir? Bin ich schuld daran? Über Krankheitserklärungen und -vorstellungen und die Sinnhaftigkeit, sich damit zu beschäftigen.

Referentin: Monika Schwark-Krämer, Sozialarbeiterin im LVR-Klinikum Grafenberg

Ort: **Gemeindezentrum** (Besprechungsraum)

Mittwoch 25. April | 18:00 Uhr

### Psychose und Scham

Wird das Outing einer psychischen Erkrankung zur Belastung? Oder ist es eher eine Erleichterung und führt zur Befreiung, wenn dies sehr persönliche Thema geöffnet ist? Innen- und Außenansichten werden thematisiert.

Referenten: Pfr. Claus Scheven, Seelsorger im LVR Klinikum und Andreas Kernchen ([www.mutmacher-kernchen.de](http://www.mutmacher-kernchen.de)) – Anti-Stigma Düsseldorf ([www.antistigma-duesseldorf.info](http://www.antistigma-duesseldorf.info))

Ort: **Gemeindezentrum** (Besprechungsraum)

Mittwoch 16. Mai | 18:00 Uhr

### Et kütt wie et kütt

Ein Abend ohne geplantes Thema. Er beginnt mit einer Themenfindungsrunde, bei der spontane Anregungen, Wünsche und Gegebenheiten ihren Platz finden können. Wir bitten darum, Themenvorschläge mitzubringen.

Ort: **Graf Recke Stiftung – siehe links**

Mittwoch 6. Juni | 18:00 Uhr

### Vorbereitungstreffen

Planung der Herbststaffel 2018. Ein offenes Treffen, wie alle unsere Termine. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Ort: **Gemeindezentrum** (Besprechungsraum)

Stand: 9. Feb. 2018 – Etwaige Programmänderungen werden auf [www.pg-dus.de](http://www.pg-dus.de) bekannt gegeben.

## Für den Vorbereitungskreis

### Ingeborg Prömm

Psychoseerfahrene

E-Mail: Ingeborg.Proemm@web.de

### Claus Scheven

Evangelische Klinikseelsorge

LVR-Klinikum Düsseldorf

Tel.: 0211 / 922 -2900

E-Mail: Claus.Scheven@lvr.de

### Claudia Weik-Schaefer

Evangelische Pfarrerin

Tel.: 0211 / 22 951 176

E-Mail: Claudia.Weik.Schaefer@evdus.de

### Andreas Kernchen

Krankheitserfahrener, Seelsorger (ALH / KSA)

Peer-Berater, Graf Recke Stiftung

Web: [www.mutmacher-kernchen.de](http://www.mutmacher-kernchen.de)

E-Mail: A\_Kernchen@gmx.de

### Kornelia Steeg

Dipl. Sozialarbeiterin

Gesundheitsamt Düsseldorf

Tel.: 0211 / 899-2952

E-Mail: Kornelia.Steeg@stadt.duesseldorf.de

### Monika Schwark-Krämer

Dipl. Sozialpädagogin

LVR-Klinikum Düsseldorf

Tel.: 0211 / 922 -2806

Monika.Schwark-Kraemer@lvr.de

### Stephan Hekermann

Dipl. Sozialpädagogin

Zukunft Leben

Tel.: 0211 / 220 38 68

E-Mail: [mail@zukunft-leben.com](mailto:mail@zukunft-leben.com)

Regelmäßige oder sporadische Mitarbeit wird auch von einigen anderen hier nicht aufgeführten Personen geleistet, insbesondere aus dem Kreis der Krankheitserfahrenen.

[www.pg-dus.de](http://www.pg-dus.de)

## Hier treffen wir uns (meistens)

### Gemeindezentrum Versöhnungskirche

Gerresheimer Straße 177 (Platz der Diakonie) 40233 Düsseldorf

Eingang von der Straße „An der Icklack“ – Eingangstür Gemeinde und Pfarrbüro (siehe Bild unten) – gerade aus durch, zum großen Gruppen- und Besprechungsraum.

### Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Benutzen Sie ab Düsseldorf Hbf die Straßenbahnlinie 709 Richtung Gerresheim bis Haltestelle „Wetterstraße“. Von dort gehen Sie rechts durch die Fußgängerunterführung auf die Gerresheimer Straße. Dort links, 100 m weiter rechts.

### Mit dem Auto:

Als Orientierungshilfe dienen die S-Bahnstation „Düsseldorf-Flingern“ und das Stadtbad „Düsselstrand“.

Diese liegen an der B8 auf der Kettwiger Strasse. Von dort auf die Behrenstrasse.



# ~~Psychose-Forum~~ Düsseldorf

Neuer Name, bewährter Inhalt:

## Düsseldorfer Psychiatrie Gespräche

*Regelmäßiger Erfahrungsaustausch zwischen Krankheitserfahrenen, deren Angehörigen und Freunden sowie professionell Helfenden*

– seit 16 Jahren –



## Frühjahr 2018

ab Mittwoch, 7. März