

## Was sind die Düsseldorfer Psychiatrie Gespräche?

In unserem offenen Gesprächskreis treffen sich Menschen mit den Erfahrungen einer psychischen Erkrankung, deren Angehörige und Freunde, sowie im psychosozialen 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.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kommen Sie gerne einfach vorbei!

Wir freuen uns über Ihren Besuch und heißen Sie das nächste Mal herzlich willkommen bei uns!

**Sie möchten sich näher über die Düsseldorfer Psychiatrie Gespräche informieren oder haben noch Fragen?**

**Weitere Informationen finden Sie im Web: [www.pg-dus.de](http://www.pg-dus.de)  
E-Mail: [info@pg-dus.de](mailto:info@pg-dus.de)**

## Termine für die Herbststaffel in 2023

Mittwoch 23. August | 18 – 20 Uhr

### **Offener Abend**

Ein Abend ohne geplantes Thema. Er beginnt mit einer Runde zur Themenfindung, bei der spontane Anregungen, Wünsche und Gegebenheiten ihren Raum haben.

Mittwoch 06. September | 18 – 20 Uhr

### **Spät diagnostizierter Autismus**

*Runter mit der Maske  
– gelebte Erfahrung im Diskurs*

Da das Thema spät diagnostizierter Autismus oft noch auf große Unkenntnis stößt, werden zu Beginn ein paar Fakten geteilt, bevor es in den gemeinsamen Austausch geht.

**Referentin:** Eine Erfahrungsexpertin

Mittwoch 20. September | 18 – 20 Uhr

### **Trauma-Bewältigung im Alltag**

*Stabilität und Stärken ausbauen*

Was kann helfen, wenn Trigger, Flashbacks und weitere Traumafolgen den Alltag zur Herausforderung machen? Wir teilen Erfahrungen und Tipps.

**Referenten:** Trialogisch besetzt

Mittwoch 04. Oktober | 18 – 20 Uhr

### **Zurück ins Leben**

*Suizidale Krisen gemeinsam bewältigen*

Akute Suizidalität ist ein potenziell lebensbedrohlicher Notfall. Doch was tun, wenn für eine\*n selbst oder eine\*n Angehörige\*n der Freitod der einzige Ausweg zu sein scheint?

Dieser Themenabend dient dem Austausch zu (Früh-)Warnzeichen, Hilfsangeboten und Bewältigungsstrategien – damit aus Lebensmüdigkeit wieder Lebenslust werden kann.

**Referent\*innen:** Lisa Vandieken und eine Angehörige

Mittwoch 08. Januar '24 | 18 – 20 Uhr

### **Vorbereitungstreffen**

Gemeinsame Planung der Frühjahrsstaffel 2024. Ein offenes Treffen, wie alle unsere Termine.

Stand: August 2023 – Etwaige Änderungen werden auf [www.pg-dus.de/programm](http://www.pg-dus.de/programm) bekannt gegeben.

## Für den Vorbereitungskreis

### Stephan Hekermann

Dipl. Sozialpädagoge

Zukunft Leben

Tel.: 0211 / 220 38 68

E-Mail: mail@zukunft-leben.com

### Andreas Kernchen

Psychiatrie-Erfahrener, Seelsorger (ALH/KSA)

Genesungsbegleiter (EX-IN Deutschland)

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

E-Mail: A\_Kernchen@gmx.de

### Claus Scheven

Evangelische Klinikseelsorge

LVR-Klinikum Düsseldorf

Tel.: 0211 / 922-2900

E-Mail: Claus.Scheven@lvr.de

### Annika Stiglic

Grafikerin für Soziales

Genesungsbegleiterin (EX-IN Deutschland)

E-Mail: genesungsprojekte@gmail.com

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

Weitere Infos im Web: [www.pg-dus.de](http://www.pg-dus.de)

## Hier treffen wir uns

Gemeindezentrum Versöhnungskirche

Gerresheimer Straße 177

(Platz der Diakonie) 40233 Düsseldorf

### Anfahrt

#### Vor Ort:

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

#### Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

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

#### Mit dem PKW:

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.

*Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln empfohlen. Begrenzte und gebührenpflichtige Parkmöglichkeiten vor Ort.*



# Düsseldorfer Psychiatrie Gespräche

Früher unter „Psychose-Forum Düsseldorf“

*Seit über 20 Jahren regelmäßiger  
Erfahrungsaustausch zwischen  
Krankheitserfahrenen, Angehörigen  
und Fachpersonen (Dialog)*



**Gesprächstermine**  
**Nr. 7 – 10**  
**August bis November**  
**2023**