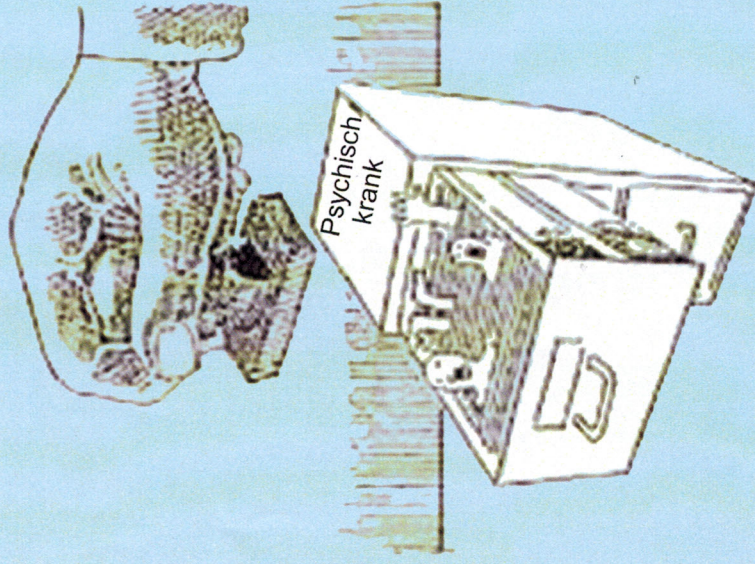


Seelische Krisen kommen gegenwärtig häufiger vor als Herz- und Kreislauferkrankungen. Seit längerem steigt hierzulande die Zahl der Klinikaufenthalte wegen „psychischer Erkrankungen“ sogar stetig an.

WEG MIT DEM

STEMPEL !!



Wir richten uns an Psychiatrie-Erfahrene, die eine kritische Haltung gegenüber der Psychiatrie einnehmen und nach Alternativen suchen. Für diesen Personenkreis sind wir hier vor Ort eine Anlaufstelle. Wir bieten Hilfe, Beratung und Informationen und vermitteln an weiterführende Stellen.

Darüber hinaus möchten wir auch mit Personen und Gruppen in Kontakt treten, die uns bei unserer Arbeit unterstützen können.

Unsere Themenschwerpunkte:

- Vorsorge treffen für die eigene physische und psychische Gesundheit durch Selbstannahme, Selbstwahrnehmung und Selbstreflektion
- Aufspüren, Erkennen und Deuten möglicher Frühwarnsymptome
- Aufstellen von Krisenplänen
- Selbststabilisierung durch Empowerment und Recovery (Erkennen eigener Stärken und daraus folgende Genesung)

Wir haben Kontakt zum Bundesverband Psychiatrie-Erfahrene (BPE e. V.), einer gemeinnützigen Selbsthilforganisation von jetzigen und ehemaligen Psychatriepatientinnen und -patienten, die sich für Veränderungen in Richtung zu mehr Humanität, sinnvollen Alternativen, rechtlicher Gleichstellung und besseren Lebensbedingungen einsetzt.

Informationsmaterial zum Verband ist bei uns erhältlich.

Kontakt:
Mail: kritische.gruppe@posteo.de
Tel.: 0251/609 332 30 (Selbsthilfekontaktstelle)

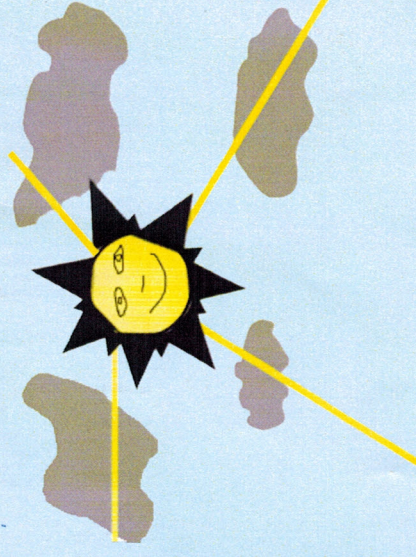
Treffen:
Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat, im Paritätischen Zentrum, Dahlweg 112, Münster, Raum 15, von 17:00 Uhr bis 19:00 Uhr.

Anfahrt:
Buslinie 5, Haltestelle „Timmerscheidtstr.“ (ca. 8 Min. Fußweg)

Gefördert durch Krankenkassen
NRW und



Psychiatriekritische Selbsthilfegruppe Münster



Willst du etwas wissen,
frage einen Erfahrenen,
keinen Gelehrten.

(chinesisches Sprichwort)

