Hörst du das auch?

Betroffene, Angehörige,
GenesungsbegleiterInnen und Fachkräfte

Stimmenhören in Köln und Umgebung

Stimmenhören kommt dir bekannt vor? Dann bist du herzlich eingeladen, teilzunehmen. Die Gruppe aus Betroffenen, Angehörigen, GenesungsbegleiterInnen und Fachkräften trifft sich regelmäßig in einem geschützten Raum um sich über das Thema gemeinsam auszutauschen.

Das alltägliche Leben gilt es vielseitig zu gestalten und durch Gespräche in der Gruppe zu begleiten. Denn nur wer aktiv ist, macht Erfahrungen und hat Ansatzpunkte für Gespräche.

GRUPPENREGELN

Was in der Gruppe besprochen wird, wird nicht nach außen getragen.

Wir respektieren, dass jede(r) StimmenhörerIn eine andere Begründung für die eigenen Stimmen im Kopf haben kann.

Wir sprechen auch über die Einnahme von Psychopharmaka als Bedarf und/ oder Regelmedikation.

WO?

In der Anlaufstelle Rheinland
des LPE NRW e.V.
Graf-Adolf-Str. 77
51065 Köln
Zu Fuß 5 Min. vom Bhf Köln-Mülheim

KONTAKT

✆ Tobias 0163 / 54 33 517
✉ Tobias.T.PE@gmx.de
Die Anmeldung vorab ist erforderlich.

Mein Raum für Fragen und Notizen

In der Familie, unter KollegInnen, mit FreundInnen oder einer Partnerin bzw. einem Partner sind Stimmen oft ein Tabuthema. In der Gruppe beraten wir auch den Umgang mit Stimmen außerhalb der Gruppe.

SELBSTHILFEFÖRDERUNG GKV NRW