

**Berliner Organisation
Psychiatrie-Erfahrener und
Psychiatrie-Betroffener (BOP&P) e.V.**

Regelmäßige Treffen

Offener Treff

**für Menschen mit und ohne
Psychiatrie-Erfahrung**

In gemütlicher Runde behandeln wir aktuelle psychiatriepolitische Fragen und organisieren gemeinsam unsere Aktivitäten. Wir treffen uns regelmäßig zwei Mal im Monat am ersten und dritten Samstag
um 16.00 Uhr

Plenum

**für FreundInnen der BOP&P
(auch Nichtbetroffene) und BPE-Mitglieder**

Zur Planung der BOP&P-Aktivitäten und zum Informationsaustausch. Wir treffen uns alle drei Monate, jeden ersten Monat im Quartal am letzten Donnerstag
um 19.00 Uhr

Selbsthilfegruppe

nur für Psychiatrie-Erfahrene

Wir treffen uns zum Erfahrungsaustausch unter Betroffenen am ersten und dritten Samstag
um 14.00 Uhr

Ort

Ebersstr. 30, 10823 Berlin-Schöneberg
(S - Bhf. Schöneberg)
in den Räumen der Krisenpension & Hometreatment

Telefonischer Erstkontakt:

Reinhard Wojke: 0171 24 29 161



Unsere Selbsthilfegruppe

In der Selbsthilfegruppe treffe ich auf andere Psychiatrie-Erfahrene und Psychiatrie-Betroffene, denen es ähnlich ergangen ist wie mir. Hier kann ich mich mit Gleichgesinnten über meine Lebens- und Psychiatriegeschichte austauschen. Ich werde verstanden und mit meinen Erlebnissen ernst genommen. Nichts wird in Zweifel gezogen und abgewertet. Die Erfahrung, dass andere Menschen vergleichbares erlebt haben, ist eine wichtige Selbstbestätigung.

Wir beschäftigen uns z.B. mit folgenden Themen:

- Was kann ich tun, wenn sich meine Wahrnehmung so verändert, dass ich an meine Grenze komme und die Gefahr besteht, in eine erneute Krise zu geraten?
- Wie schütze ich mich vor Zwangsunterbringung und Zwangsbehandlung?
- Pro und Contra Psychopharmaka
- Wie schaffe ich es, dem Teufelskreis der Drehtürpsychiatrie zu entkommen – wie haben andere das geschafft?
- Welche Alternativen zur Psychiatrie gibt es?