

SeelenLaute

Selbsthilfezeitung für seelische Gesundheit für Saar - Lor - Lux - RLP. Kritisch, unabhängig, anders!
Erscheint 6 x im Jahr. Kostenlose Verteilung (+ per Post 2 € vorab, für Kosten) – Spende hilft uns

SeelenLaute Nr. 24 / MAI 2017

Editorial & Bericht

Humanistisches Streiten! Leider nehmen Zwang und Gewalt gegen PatientInnen, gegen andersartige oder alte Menschen zu. Scurrilste Ideen kommen aus Politik- und ihnen anverwandten Kreisen. Unterstützt vom Bundeverband BPE e.V. klären unsere Selbsthilfen verstärkt über neue Probleme auf, die BürgerInnen mit seelischen Handicaps entstehen. Und wie der Bürger sich wehrt. Beratung und Informationen: an unseren Ständen, Selbsthilfetagen, in Vorträgen und Veranstaltungen, in der Medienarbeit. Selbstverständlich mit Meinung, Stimme, Interessenvertretung. Denn gesellschaftliches psychosoziales Engagement der Experten aus Erfahrung, gemeinsam mit vielen Freunden und Partnerorganisationen tut not, hilft. – Gut gestartet ist das SeelenWorte RLP-Treffen in Trier (letzter Samstag im Monat). Danke an Sandra, die die Treffs moderiert und für SeelenWorte betreuend eine Facebook-Seite eingerichtet hat. Die Gründungsversammlung der LAG PE Rheinland-Pfalz ist für Spätsommer in der Vorbereitung. Dank BKK ZF & Partner konnte ein aktualisierter neuer allgemeiner SeelenLaute-Flyer verwirklicht werden, dank BKK Pfaff ein frischer SeelenWorte-Flyer, inklusive Verteilung an Saar und Mosel. Dieser Ausgabe liegen aktuelle Flyer bei. Unsere Selbsthilfe-Zeitung wird für Rheinland-Pfalz im ersten Halbjahr 2017 freundlich unterstützt von BKK Pfalz, Heimat BKK und Debeka BKK.

Gute Frühlingszeit wünscht die Redaktion

SeelenLaute & Freunde gut besucht auf 8. Merziger Infobörse

Erfolgreiche Selbsthilfepräsenz für seelische Gesundheit zum Jubiläum des Forum Handicap

sl/bks/at. Zum zwanzigjährigen Jubiläum seines „Forum für Menschen mit Handicap“ veranstaltete der Landkreis Merzig-Wadern am 15. März 2017 die 8. Informationsbörse für Menschen mit und ohne Handicap, plus Jubiläumsfeier am Abend. Am Tag konnte man sich in und vor der Stadthalle Merzig bei 40 Ausstellern informieren, was unter dem Motto „Mensch sein zählt“ bei freiem Eintritt von vielen interessierten Besuchern (Betroffene, Angehörige, Fachpublikum und Schulen) genutzt wurde. Ob der gewählten Tageszeit an einem Werktag fehlte etwas das allgemeine Publikum, vielleicht auch da die Bewerbung über Flyerauslagen, Plakataushänge und Presse niederschwellig war. Großes Lob galt Andrea Bachmann und Team vom Gesundheitsamt Merzig für die gute Organisation und den Erfolg der Veranstaltung.



Die saarländische Selbsthilfe SeelenLaute, als landesweit aktivste Initiative für psychische Gesundheit, war mit SeelenLaute Merzig-Wadern und Partner-Selbsthilfe SeelenWorte RLP (Saarburg/Trier) – alle dem Bundesverband Psychiatrieerfahrener (BPE) e.V. assoziiert – mit mehreren Mitarbeitenden mit einem großen Stand vor Ort. Zahlreiche Besucher konnten hier beraten und mit Betroffenenkompetenz zu seelischer Gesundheit, zu Hilfen und zu Möglichkeiten diesbezüglichen gesundheitlichen und gesellschaftlichen Engagements aufgeklärt werden. Zudem kamen Selbsthilfeaktive und Freunde aus dem ganzen Saarland bis aus Trier zum SeelenLaute-Stand.

Informiert wurde auch über die Europäische Gesellschaft für Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. (Dortmund), mit



dem Highlight einer Präsentation ausgewählter original Outsider Art des inklusiven Kunstprojekts Art-Transmitter. Die aktuelle Arbeit des BPE e.V. mit seinen Protestaktionen 2017 wurde vorgestellt, Materialien zu Alternativen für (mehr) seelische Gesundheit lagen aus, darunter Fachzeitschriften, Bücher (von „Psychopharmaka absetzen“ bis „Lesen als Medizin“) und CDs von AutorInnen und Verlagen mit und ohne Psychiatrieerfahrung, Outsider Art- und Kreativliteratur, die Selbsthilfezeitschrift Lautsprecher/SeelenLaute und Prospekte über Selbsthilfe- und Peer-Projekte. Zum Auftakt gab's am Vortag in Saarlouis (Café Königin Louise) in einer kleinen Matinée den SeelenLaute-Vortrag „Bis nach Paris. Was Selbsthilfe alles kann!“ Als besonderen Gast konnten wir Landrätin Daniela Schlegel-Friedrich begrüßen (li. Foto), die das SeelenLaute-Engagement im Landkreis lobte und weiter Unterstützung anbot. Die Selbsthilfepräsenz für seelische Gesundheit durch SeelenLaute realisierte sich für uns auch in Partnerschaft von aktiver Selbsthilfe und fördernder GKV, hier dank Unterstützung der Pronova BKK. Der „Wochenspiegel“ berichtete über den Stand mit eigenen Artikeln im Netz und in der print-Zeitungsausgabe.

Psychiatrie und Gesellschaft

Deutsche psychiatrische Einweisungspraxis 1941-1963

bks. Das Buch befasst sich aus wissenschafts-, justiz- und alltagsgeschichtlicher Perspektive mit der Geschichte der Psychiatrie im Nationalsozialismus, der Bundesrepublik und der DDR, mit der Einweisungspraxis in psychiatrische Anstalten, als Prozess der Abgrenzung und der Definition gesellschaftlicher Normalitätsstandards ex negativo, als eine der folgenreichsten "Verhandlungen" über Normalität in modernen Gesellschaften. Wird doch über Freiheit, Autonomie und Lebenschancen von Individuen ebenso befunden wie über das gesellschaftliche Verständnis von Krankheit, Gesundheit, Normalität, Sicherheit und „Sittlichkeit“.

Stefanie Coché: Psychiatrie und Gesellschaft. Vandenhoeck + Ruprecht 2017, 365 S., ISBN 9783525352007, 65,00 €

Irre irren nicht

sl. Buch zur DDR-Psychiatriegeschichte, mit Dokumentation von Reformbestrebungen sowie Beschwerden Psychiatrieerfahrener über menschenverachtende Zustände in Kliniken an die Obrigkeit, den Staatsrat, Walter Ulbricht und Psychiater, was Eingang in die Psychiatrieakten fand. Mit Geschichten und Berichten, erzählt von Betroffenen und Dabeigewesenen. Autoren: Prof. Dr. med. Helmut F. Späte, geb. 1936 (Gera), studierte Medizin in Leningrad und Berlin, zuletzt stellv. Äztl. Direktor des Kommunalen Psychiatr. Krankenhauses Halle. Dr. med. Klaus-Rüdiger Otto, geb. 1943 (Halle), bis 1975 Chefarzt Psychiatr. Klinik BKH Bernburg, seit 1981 Nervenarzt in Potsdam.

Helmut F. Späte / Klaus-Rüdiger Otto: Irre irren nicht. Verlag Ille & Riemer, Leipzig/Weißenfels, 4. Auflage 2013. 204 S., kartoniert. ISBN 978-3-936308-08-2, 19,95 €

Meine Psychose, mein Fahrrad und ich

sw. Ein Lehr- und Übungsbuch systemischen Denkens. Über die Beziehung von Geist und Körper, Wahn und Wirklichkeit. Der Autor beschreibt Paradoxien und Tricks, Verrücktheit zum Verschwinden zu bringen, die Entstehung von Zeit, Ordnung und Chaos, die Verbindungen des Fühlens im Denken. Da geht's auch um Miss Elli, Segeln, Fußball und Autos, um Verantwortung oder die Unwissenschaftlichkeit des Suchens nach Ursache und Schuld, um Selbstorganisation, Zen, um Psychiater und andere Verrückte.. Verrücktheit wird als Resultat aus Familienleben und den Kämpfen um Autonomie und Abhängigkeit im Wechselspiel von Liebe und Hass ergründet.

Fritz B. Simon: Meine Psychose, mein Fahrrad und ich. Zur Selbstorganisation der Verrücktheit. Carl-Auer Verlag 2017, 295 S., ISBN 9783849701932, 29,95 €

Zwischen den Stühlen

Das schwierigste von allen Gefühlen
ist das Sitzen zwischen zwei Stühlen;
denn sitzt es sich recht unbequem
und fällt doch schwer, dort aufzustehn.

Setzt man sich links, da ist das Herz,
fühlt man die Schwere und den Schmerz.
Geht man nach rechts zu dem Verstand,
so liegt auch hier Leid auf der Hand.

Vielleicht muss man sich aber gar nicht beeilen,
sondern sollte erst einmal verweilen...

Schmilzt dann das Herz mit dem Verstand,
geht dort, wo einst nur eine Wand,
wie aus dem Nichts ein breites Tor
mit einem neuen Weg hervor.

Patric Bouillon

Henriettes Universum / Was ist normal

bks/sl. Nach ‚Die Sternenpflückerin‘ hat Peter Manssdorff einen Folgeband in seiner Kinderbuchreihe (für s/eine Leserschaft von 9 bis 99 Jahren) vorgelegt. Im ersten Werk wird über das Erleben der elfjährigen Henriette das Phänomen des Stimmenhörens kindgerecht dargestellt. Im neuen Buch stirbt der Großvater, der als Tüftler Henriette und Peter ein sonderbares Raumschiff hinterlässt, mit dem sich diese auf Atomgröße verkleinern und ihm ins Paradies nachfliegen können. Henriette wird in ein Kinderheim gesperrt, aus dem Peter sie befreit. Schließlich ist es Fünf vor Zwölf, es droht Zerstörung. Da erfindet jemand eine Uhr, mit der sich die Zeit rettend zurückdrehen lässt. Das leider real nicht immer passierende Happy End: Alles war nur ein Traum!

Der vielseitige Berliner Autor mit Psychiatrieerfahrung reflektiert in spannender Science-Fiction allegorisch die Psychiatrie und die zentrale Frage „Was ist normal?“

Peter Manssdorff: Henriettes Universum. EWK-Verlag 2016, 206 S., 16.90 €. Bezug beim Autor: p.manssdorff@t-online.de



Thomas Riesner: Augenmensch und Fühlermensch

Psychologenteam unterstützt Online-Selbsthilfe bei Psychose

Neue Mitmach-Studie untersucht Wirksamkeit gestützter Programme im Netz

Obwohl die Behandlungsleitlinien der Ärzte eine Psychotherapie für Menschen mit Psychose(diagnose) empfehlen, erhalten diese bisher nur wenige PatientInnen (nur ca. 1 % nach einer neueren Arbeit). Zudem müssen Betroffene oft Monate auf einen Therapieplatz warten. Dass Psychotherapie, insbesondere auf Basis der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT), wirkt, ist mittlerweile unstrittig. Um hier eine Lücke zu schließen, erproben Forscher zunehmend auch Selbsthilfekonzepte, denn viele Studien zeigen, dass Betroffene von Selbsthilfe profitieren.

Ein Psychologenteam um Prof. Steffen Moritz, das psychotherapeutische und Selbsthilfe-Maßnahmen für Psychose entwickelt, sucht auch an Saar und Mosel für ein neues Recovery-Selbsthilfeprojekt die Zusammenarbeit mit Psychiatrieerfahrenen. Gerne veröffentlicht unsere Zeitung daher diese Informationen.

Das Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf entwickelt mit Arbeitsgruppen in Hamburg und Bern seit einigen Jahren neue Konzepte, darunter das Metakognitive Training für Psychose (MKT). Im neuen Programm greift man Forschungsergebnisse von "Experten von Beruf" verbunden mit Wünschen und Wissen der "Experten von Erfahrung" auf. Betroffene möchten z.B. an Stimmenhören und Ängsten arbeiten und Selbstwertgefühl, Antrieb und Schlaf verbessern.

SeelenLaute-LeserInnen sind eingeladen

Im Rahmen einer wissenschaftlichen Untersuchung lädt das Team Betroffene ein, an der neuen Online-Studie teilzunehmen, um den positiven Effekt dieser psychologischen Maßnahme für Menschen mit Psychose zu untersuchen.

Die Studie wird anonym durchgeführt, die Nutzung des Selbsthilfe-Programms erfolgt über das Netz. Das Online-Selbsthilfe-Programm ist unterhaltsam gestaltet und mit anderen Therapien und dem Alltag vereinbar. Inhalte können selbst zusammengestellt werden. Sofern gewünscht, wird durch Apps unterstützt. Alles findet online bzw. am Telefon statt.

Das Interviewprozedere beinhaltet eine Eingangs- und Abschlussbefragung und maximal vier Interviewgespräche per Telefon. Im Anschluss an die Eingangsbefragung werden die TeilnehmerInnen in zwei Gruppen geteilt. Die Trainings-Gruppe startet direkt mit dem Programm und kann sich die Inhalte selbst zusammenstellen und auch die Apps nutzen. Die Kontroll-Gruppe erhält den Zugang zum Selbsthilfeprogramm nach acht Wochen.

Pharmafreie Studie

Eine finanzielle Aufwandsentschädigung steht nicht zur Verfügung, dafür erhalten die Mitmachenden im Rahmen der Studie kostenfrei eine moderne neue (begleitete) Online-Therapie, mit fundierten Manualen zur Selbsthilfe. Die Forschung erfolgt frei von Pharma- und Wirtschaftssponsoring, sie wird von der DFG und dem Schweizer Nationalfonds gefördert. Der Datenschutz ist gewährleistet und die Studie wurde von zwei Ethikkommissionen bewilligt. Die erhobenen Daten werden ausschließlich zum Zweck der Studienauswertung gespeichert. Der link zur Eingangsbefragung lautet http://ww3.unipark.de/uc/evibas_pre/. E-Mail-Kontakt für Fragen: moritz@uke.de

- *Sonderartikel nach Informationen von Steffen Moritz (Neuropsychologe, Hamburg), Stefan Westermann und Thomas Berger (Dipl.-Psychologen, Universität Bern), erhalten vom UKE Hamburg. – Wir danken dem Forscherteam für die Kontaktierung und wünschen viel Erfolg! Red. / pg*

SeelenLaute mit Art-Transmitter in Ettelbrück

Infostand und länderübergreifender Austausch am 1./2. April 2017



at. Ettelbrück/Luxemburg. Auf Einladung der örtlichen Union Commerciale et Artisanale war ein regionaler Referent des inklusiven europäischen Kunstprojektes Art-Transmitter am ersten April-Wochenende auf dem diesjährigen Ettelbrücker Frühjahrs-Stadttag auf dem Kirchplatz des mittelluxemburgischen Städtchens präsent. Als gemeinsamer Stand mit Selbsthilfe SeelenLaute Saar gab es Samstag und Sonntag für die Besucher die Möglichkeit zu Information, Beratung und Diskussion rund ums Thema „Kunst und Seele – Was hilft wie“. Dazu luden ergänzend eine ausgewählte Kunstpräsentation und Literaturlausage ein. SeelenLaute nahm im Vorfeld in Ettelbrück gemeinsam mit einer Vertreterin der rheinland-pfälzischen Partner-Selbsthilfe SeelenWorte RLP Gespräche mit Luxemburger Gesundheitsselbsthilfe- und dortigen Outsider Art-Aktiven (u.a. vom örtlichen Klinik-Atelier) wahr.

Man traf sich Freitagmittag in der Cafeteria des Klinikum CHdN und am Wochenende im Cafe Grimmel bzw. am Infostand zu Gremienunterredungen und Ausgabe der länderverbindenden Selbsthilfezeitschrift "Lautsprecher/SeelenLaute" an Interessierte. Das Dreiländereck-Engagement konnte im Rahmen des mobilen SeelenLaute-Selbsthilfeprojekts „Offener Infotreff“, unterstützt von Debeka BKK und GKV-Basis-Selbsthilfefördermitteln, realisiert werden.

Attraktives Jahresprogramm von SeelenLaute Saar und SeelenWorte RLP

sw/sw. Die landesweit (Saarland bzw. Rheinland-Pfalz) tätigen Selbsthilfeinitiativen SeelenLaute Saar und SeelenWorte RLP für seelische Gesundheit haben im April ihr öffentliches Jahresprogramm 2017 bekannt gegeben. In den interessanten Eigenveranstaltungen werden aufgrund verstärkter Nachfrage fokussiert gesundheitsbezogene musisch-kreative und bewegungsorientierte Kursangebote sowie kulturell unterstützte Informationsveranstaltungen angeboten. Nachfolgend eine Übersicht. Flyer und Plakate gibt's zeitnah, sowie Berichte in regionalen Medien. Vernetzt und in Zusammenarbeit mit bewährten Kooperationspartnern sowie in Assoziation mit dem Bundesverband BPE e.V. kann man von Saarbrücken über Losheim und Saarburg bis Trier besondere, dialogisch-inklusive Termine nutzen: Workshops, Selbsthilfetage, Informations- und Kulturabende, Infostände, Begegnungscafés. Dazu kommen sechsmal die Herausgabe der print Selbsthilfezeitung „SeelenLaute“ und Veranstaltungs- und Tagungspartizipationen, sowie aufklärende Öffentlichkeitsarbeit in der Region und überregional. Schon seit Jahren arbeitet man auch länderübergreifend und europäisch, was zusätzlich Gäste aus Luxemburg, Lothringen oder Berlin anzieht.

Die Termine werden von der Gesetzlichen Krankenversicherung und öffentlichen Stellen unterstützt und empfohlen. Alle am Themenkreis seelische Gesundheit Interessierten sind herzlich zu Besuch und Teilnahme eingeladen! SeelenLaute- und SeelenWorte-News sind regelmäßig auf bpe-online.de (u.a. unter „Termine“) und art-transmitter.de zu lesen. Termindetails in den Einzel-Flyern!

Anmeldung in den Treffen, über die Red.adresse oder über bueno_kultur_sozialarbeit-saar@email.de. Tel. Info: 0178 2831417. Für die TNbegrenzten Workshops - keine Vorkenntnisse / kl. Teilnahmegebühr (10 €) als Eigenanteil erforderlich - ist Zahlungeingang = Platzreservierung. Keine Rückerstattung bei Nichterscheinen. Bankverbindung für Gebührenüberweisung für alle Termine: SeelenLaute, DE56 5935 0110 1370 2137 44. Bitte Termin, Ort + Name genau angeben und frühzeitig anmelden!

20. Mai 2017, Losheim am See: Workshop-Selbsthilfetag Seelische Gesundheit. „Harfe für die Seele“. Über die Harfe, praktische Übungen, eigene Songs / „Abstrakt malen – hilft“. Rund ums ROTE, mit musikalischem Co-Referent / Meditative Wanderung am See. EG Praxishaus Doenges, Trierer Str. 14a, 66679 Losheim. Mit öffentl. Info- und Literaturstand und Tages-„SeelenLaute-Café“. Veranstalter: SH SeelenLaute Merzig-Wadern für „Das Saarland lebt gesund“

11./12. August 2017, Saarburg: 4. Kreativ-Selbsthilfetage RLP für seelische Gesundheit. Workshop „Formen schaffen – hilft“, Thema: Wasser + Welle (Bildhauerei) / Vortrag+Diskussion „Guter Umgang mit seelischen Krisen“ / Kurs „Fit dank leichter Gymnastik!“, gesunde Bewegung und Atmung / Workshop „Gedichte schreiben – hilft“. Rund ums ROTE, mit Co-Musikreferent / Meditative Waldwanderung. Öffentlicher Info- und Literaturstand. MGH Alte Glockengießerei, Staden 130, 54439 Saarburg. Veranstalter: SH SeelenWorte RLP

10. Oktober 2017, Trier (18.00 – 19.30 Uhr): **“SeelenLand – Zum Zweiten“**. Information & Kultur aus der Selbsthilfe zum Welttag der seelischen Gesundheit. Vorträge, Literaturbeiträge, Diskussion, Begegnung. Special Guest: Ute Leuner (Hamburg) mit ihrem Musikkabarett „Papageienexpress“. Mit Info- und Medienstand sowie Imbiss. Öffentliche Veranstaltung zu den Wochen der Seelischen Gesundheit. AWO-Café, Saarstraße 51, 54290 Trier. Veranstalter: SH SeelenWorte RLP mit AWO-Stadtverband Trier. Eintritt frei, Anmeldung für Platzreservierung bei der AWO, Tel. 0651/12402

Die allgemeinen Selbsthilfeinfos von SeelenLaute Saar und SeelenWorte RLP sind in den Flyern beschrieben, sowie im Netz unter bpe-online.de und art-transmitter.de. Unser Gesundheits- und Sozialengagement wird partnerschaftlich gefördert von Gesetzlicher Krankenversicherung, ministeriellen Stellen, Landkreis- und Kommunalverwaltungen,

12. Oktober 2017, Trier (18.00 – 22.00 Uhr): **„Outsider Art – Kunst der Verrückten/Verhinderte Kunst?“** Referate, Tagesausstellung mit Vernissage, Selbsthilfeinformation, musikalisch-lyrische Interpretation, Abendtalk. Mit Literaturstand und Umtrunk. Öffentliche Veranstaltung zu den Wochen der Seelischen Gesundheit. Ort wird noch bekannt gegeben, Eintritt frei. Veranstalter: SH SeelenWorte RLP, in Kooperation mit dem europäischen Kunstprojekt Art-Transmitter und Sammlung Demirel (Wuppertal), unterstützt von Büro für Kultur- und Sozialarbeit Saar (Bous) und SeelenLaute Saar

16. Oktober 2017, Völklingen (18.00 – 20.30 Uhr): **6. SeelenLaute-Abend**. Information & Kultur aus der Selbsthilfe für seelische Gesundheit. Referate, Lesung & Livemusik, Begegnung, Erfahrungsaustausch. ReferentInnen und Akteure mit und ohne Handicaps. Info- und Literatur-Sondertisch, Pause mit gesundem Umtrunk. Stadtbibliothek, Altes Rathaus, Bismarckstr. 1, 66333 Völklingen. Eintritt frei, Platzreservierung: Tel. 06898 132433. Öffentliche Veranstaltung von SH SeelenLaute Saar mit VHS-Projekt „Völklingen lebt gesund“ und Saarländisches Bündnis gegen Depression

19. November 2017, Saarbrücken: Saarländischer Kreativ-Selbsthilfetag Seelische Gesundheit. Mitmach-Workshops: „Singen mit allen Sinnen“ / „Gedichte schreiben – hilft“, mit „Schreiben im Ausnahmezustand“. Theorie, Praxis, Erörterung. Info- und Medienstand, Begegnungscafé. KISS, Futterstr. 27, 66111 Saarbrücken. Veranstalter: SH SeelenLaute Saar, für „Das Saarland lebt gesund“

Rentenversicherung und humanistischen Stiftungen. Dank auch an Privatpersonen, Praxen und Einrichtungen für die Sympathie mit unserer umfangreichen Arbeit, sowie uns verbundenen beruf-lichen Fachkräften für „man power“-Hilfe. **Spendenkonto** Zeitungs- & Selbsthilfearbeit: **SeelenLaute, IBAN DE 56 59350110 1370213744**

➤ **SeelenLaute** – Selbsthilfezeitung für seelische Gesundheit. *Erscheint sechsmal jährlich als regelmäßiges Informationsorgan der Selbsthilfen SeelenLaute Saar und SeelenWorte RLP, davon dreimal als Supplement im „Lautsprecher“*

Im Saarland freundlich unterstützt von der GKV-Selbsthilfe-Gemeinschaftsförderung, in Rheinland-Pfalz von Betriebskrankenkassen. – Schlussredaktion und V.i.S.d.P.: G. Peitz. Publizist. Assistenz (Produktion, Satz, Layout, Korrektorat, Recherche, Archiv): Medienstelle Europ. Gesellschaft zur Förderung von Kunst und Kultur in der Psychiatrie e.V. **Druck:** LS und o.g. Medienstelle + Nachdrucke BKS Saar. **Printauflage/Verteilung Großregion Saar-Mosel** gesamt im Jahr ca. 1.500 Ex. **Heftabgabe an Einzelleser gratis** (Versand gegen Kostenbeitrag 2 € bar/im Briefmarken vorab) **bzw. auf Spendenbasis. Verteilung/Versand** über SH SeelenLaute und SeelenWorte RLP und über o.g. Medienstelle/Großverteiler. Regional an festen Auslagestellen (in **Rathäusern/Bibliotheken**, + in **Saarbrücken KISS**, TZ Försterstraße, Cafe Jederman; **Merzig TRIAS**; **Losheim am See** Praxis Doenges; **Homburg TZ** Café Goethe; **Wadern** GSA/Per la Vita; **Trier** SEKIS; **Saarburg** MGH; **Mainz** KISS; u.a.m.) **Abo** im 8 Ex.-Paket pro Ausgabe für Einrichtungen, Praxen, Selbsthilfen im Verbreitungsgebiet, auf 20 €-Spendebasis, fortlaufend bis auf Widerruf. **Bestellungen** schriftlich + Überweisung aufs o.g. Konto. **Einzel-Abo** bei regelmäßiger Quartalspende (ab 5 €) mind. 1 Jahr. **Online-Ausgabe** gratis auf bpe-online.de © **AutorInnen dieser Ausgabe:** P. Bouillon, K. Kunze, G. Peitz, T. Riesner + Red.Team. **Fotos/Abb.:** Archiv SL/G. Peitz S.1; T. Riesner S.2; logo Presseinfo Ettelbruck S.3. Nachdruck/Weiterveröffentlichung nur genehmigt und mit Beleg. Vorbehaltlich Auswahl, Kürzung und üblicher Bearbeitung der Beiträge, mit deren Einsendung AutorInnen Einverständnis zu Veröffentlichung und Redaktionsregeln geben. Kontakt: sh.seelenlaute-saar@email.de; Postanschrift: SeelenLaute, c/o Büro BKS, Lindenstr. 21, D 66359 Bous