

**Ver-rücktheiten steuern und
Psychopharmaka selbständig dosieren**
Seminar für Psychiatrie-Erfahrene

Wann: **Samstag, 11. November 2017** von 10-17 h

Wo: **Lübeck, Katharinenstraße 11, FoCuS**

Ver-rücktheiten steuern

Immer wieder Ver-rückt-werden kennen viele Psychiatrie-Erfahrene. Dabei gibt es eine Vielzahl unterschiedlicher Möglichkeiten, eigene Verrücktheiten in den Griff zu bekommen und einen Umgang damit zu erlernen. Denn: Jeder Psychiatrie-Aufenthalt ist eine hohe Belastung. Psychopharmaka als alleinige Krisenvorsorge reichen nicht aus. Was genau man tun oder lassen kann, wird im Seminar vermittelt.

Psychopharmaka selbständig dosieren

Es ist in längst bekannt, wie schädlich ein dauerhafter Konsum von Psychopharmaka sein kann. Trotzdem wird zu viel über viel zu lange Zeit verordnet. Ein herunterdosieren oder absetzen wird psychiatrischer Seite sehr selten in Betracht gezogen. Dabei sollten der Verlust von Lebensqualität, die vielen Einschränkungen und die enormen Kosten dafür Argument genug sein. "So viel wie nötig und so wenig wie möglich" - Doch wie komme ich dahin, wenn der Psychiater sich weigert, mich zu unterstützen? Wie setze ich möglichst sachgemäß Psychopharmaka herunter?

Referent

Martin Lindheimer, Selbsthilfekoordinator der Anlaufstelle Rheinland in Köln
Mitglied im geschäftsführenden Vorstand des Bundesverbands BPE

Beratung zu Psychopharmaka und Ver-rücktheiten steuern
Mittwoch 11 - 14 h Tel. 0234 / 640 51 02

Veranstalter: Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener (BPE), Wittener Str.87,
44 789 Bochum. Die Seminare sind kostenlos, die Teilnehmerzahl ist
begrenzt. Bitte anmelden! Nähere Informationen unter
www.psychopharmaka-und-verruecktheiten.de

Anmeldung bei: Matthias 0451/ 14008-82 oder -70

o. Martin 0234 / 6870 5552 Förderer: BARMER Krankenkasse
