

**Das Team der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-  
Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN) wünscht  
Ihnen/Euch ein schönes und gesundes Jahr 2010  
mit vielen glücklichen Tagen !**

**freundliche Grüße von  
Ronald Kaesler**

**Für das Team der Informations- und Öffentlichkeitsarbeit der LPEN e.V.**

**Newsletter**

# **Psychosoziale News**

## **Kurzmitteilungen Nr. 67**

**der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie - Erfahrener  
Niedersachsen e. V. , ( LPEN )  
im Bundesverband Psychiatrie - Erfahrener e. V. , BPE**

**[www.lpen-online.de](http://www.lpen-online.de)**

**Stand: Dienstag, den 12. Januar 2010**

**"Ich bin nämlich eigentlich ganz anders , aber ich komme  
nur so selten dazu." Ödön von Horváth**

### **- Inhaltsübersicht:**

#### **- Psychosoziale Kurzmitteilungen**

- Symposium zur "Arzneimittelqualität 2010" am Do., den 21. und Fr., den 22. Januar 2010 in Bremen.**
- Beratungsstelle zum Persönlichen Budget in Delmenhorst am 02.02.2010**
- Samstag, der 13. Februar 2010 in Lüneburg: 1. SprecherInnenkreistreffen 2010 der LPEN e.V.**
- Buchrezension: Manfred Lütz "IRRE - Wir behandeln die Falschen"**

- **Antidepressivum: Daten unterdrückt**
- **Trialog-Seminar am 14. Januar 2010 in Bremen**
- **15 Jahre LPEN e.V. - Kennenlern-Info-Paket !**
- **3. Sprecherkreistreffen 2009 der nds. Psychiatrie-Erfahrenen in Oldenburg**
- **Ja zu mir - ja zum Leben ... 21. Ausgabe des Bremer Irrtu(r)m**
- **Seminar für Psychiatrie-Erfahrene: Basiswissen Psychopharmaka**  
**„Psychopharmaka selbständig dosieren, Ver-rücktheit steuern“**
- **Treffen des Bundesnetzwerkes unabhängiger Beschwerdestellen in Hannover**
- **Standards für unabhängige Beschwerdestellen**
- **21. Selbsthilfetag des Landesverbandes Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V., Thema: >>Das legalisierte Unrecht und unser Widerstand<< am 27.03.2010 in Bochum**
- **Denkanstöße ! der Deutschen Gesellschaft für Soziale Psychiatrie, DGSP**
- **Winteraushgabe der „SeelenLaute“ ist erschienen**
- **„Sein Lebensumfeld zu behalten ist in psychischen Krisen wichtig“**
- **Arbeitslos über 50: Ratgeber erschienen**
- **24. Hannoverscher Selbsthilfetag am Samstag, den 08. Mai 2010**
- **3. Niedersächsischer Aktionstag für seelische Gesundheit am Do., den 07. und Fr., den 08. Oktober 2010 in Wolfsburg**
- **5 Verlagsadressen**
- **Weitere Kurzmitteilungen**
- **Termine 2010**

## **Psychosoziale Kurzmitteilungen**

Die **Kurzfassung des Newsletters Psychosoziale News Kurzmitteilungen Nr. 67** finden Sie unter: <http://www.lpen-online.de/pdf/newsletter67.pdf>

**Expertendialog: Neuroleptika-Behandlung.** Thesen zu gegenwärtigen Paradigmen in der Psychiatrie. Von Stefan Weinmann. Gefunden in "Soziale Psychiatrie" 03/2009: <http://psychiatrie.de/data/pdf/6f/08/00/ThesenWeinmann.pdf>

**Antidepressiva. Unerwünschte Nebenwirkung.** Pfizer verkauft seit Jahren ein nutzloses Medikament. Studien über das Placebo kamen unter Verschluss. Dann riefen die arzneimittelprüfer an... Aus: Der Freitag, vom 11.12.2009: <http://www.freitag.de/wissen/0950-reboxetin-skandal>  
**Ihr könnt dazu auch eine Petition an den Deutschen Bundestag unterschreiben.**  
<https://epetitionen.bundestag.de/index.php?action=petition;sa=details;petition=8545>

**ADHS. Wenn Zappelphilipp erwachsen wird.** Von Bettina Sauer, Berlin / Die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) wächst sich nicht aus, sondern begleitet viele Betroffene auch im späteren Leben. Gegebenfalls kommen Medikamente und Psychotherapien zum Einsatz. Doch längst nicht jeder braucht eine Behandlung. Aus: Pharmazeutische Zeitung online: <http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=32069&type=0>

**Depression. Gestörte synaptische Plastizität.** Von Gudrun Heyn, Berlin / Menschen mit Depression leiden unter einer deutlich verminderten Gedächtnisleistung. Eine neue Hypothese zur Pathophysiologie bringt nun Symptom und mögliche Ursache zusammen: Der Grund könnte eine Störung der synaptischen Plastizität sein. Aus: Pharmazeutische Zeitung online:  
<http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=32096>

**Dass Kinder eine wahre "Goldmine" für die amerikanische Pharmaindustrie sind, vor allem wenn es um Psychopharmaka geht,** belegen mehrere aktuelle Veröffentlichungen, die am 22.12.2009 hier zusammengestellt wurden: <http://www.heise.de/tp/blogs/3/146804>

**Viele Phobien können auch mit der Virtuellen Realität therapiert werden,** etwa die Höhen- und Flugphobie sowie Phobien mit klar umgrenzten phobischen Objekt (Spinnen, Schlangen, Hunde), meldet das Heutejournal am 17.12.2009:  
<http://www.heute.de/ZDFheute/inhalt/2/0,3672,7960802,00.html>

**Die Einnahme von Antidepressiva war in einer aktuellen Studie mit einer erhöhten Rate von Schlaganfällen und einer erhöhten Gesamtsterblichkeit assoziiert,** schreibt das Ärzteblatt am 15.12.2009:  
[http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/39343/Antidepressiva\\_erhoehen\\_Schlaganfallrisiko.htm](http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/39343/Antidepressiva_erhoehen_Schlaganfallrisiko.htm)

**Zum ersten Mal nahmen Psychologen und Psychiater für eine Studie den antidepressiven Verkaufsschlager Paroxetin selbst ein,** um einen Einblick in die Wirkung und Nebenwirkung des Medikaments bei "Gesunden" zu erhalten. Die Ergebnisse sind seit dem 13.12.2009 hier veröffentlicht: <http://www.heise.de/tp/blogs/3/146700>

**Im Jahr 2008 wurden im "Centre hospitalier neuro-psychiatrique" (CHNP) des luxemburgischen Ettelbrück offiziell 32 Fixierungen gegen sog. psychisch kranke Menschen gezählt,** die dabei mit Hilfe von mechanischen Vorrichtungen wie Gurten oder Riemen ruhig gestellt wurden. Dies veröffentlicht das Luxemburger Wort am 4.12.2009:  
<http://www.wort.lu/wort/web/letzebuerg/artikel/60452/32-fixierungen-in-einem-jahr.php>

**Was ist überhaupt Glück? Wo sind die Menschen weltweit am glücklichsten und warum?** Die Antworten stehen am 4.12. 2009 in der Taz:  
<http://www.taz.de/1/zukunft/wissen/artikel/1/glueckliche-griessuppenloeffler/>

**Eine zwölfwöchige Behandlung mit Fischöl kann für Jugendliche im Vorstadium einer "Psychose" das Risiko, tatsächlich an einer "Psychose" zu erkranken, innerhalb eines Jahres um etwa 25 Prozent senken,** ohne dabei Nebenwirkungen zu verursachen, schreibt der österreichische Standard am 03.12.2009: <http://derstandard.at/1259281170677/Fischoel-als-Schutz-vor-Psychosen>

**Depression, "Schizophrenie", Borderline-Syndrom oder antisoziale Persönlichkeitsstörung: Genetisch belastete Kinder blieben gesund,** wenn sie in intakten Familien aufwachsen. Gefühlsarme Familien dagegen, häufiger Streit oder ständige Regelüberschreitungen sind gefährliches Beiwerk, meint die Welt am 01.12.2009:  
<http://www.welt.de/wissenschaft/psychologie/article5390099/Psychologen-finden-oft-Warnsignale-in-der-Kindheit.html>

**Die Beständigkeit der Depression deutet daraufhin, dass die Krankheit auch gewisse Selektionsvorteile gebracht haben muss.** Dass das für die Krankheit typische, andauernde Grübeln schon in prähistorischen Zeiten bei der Lösung komplexer sozialer Probleme hilfreich gewesen sein könnte, spekulieren Forscher in der Süddeutschen Zeitung vom 25.11.2009:  
<http://www.sueddeutsche.de/wissen/212/495537/text/>

**Die forschenden Pharmafirmen in Deutschland gaben im Jahr 2008 knapp fünf Milliarden Euro für Forschung und Entwicklung aus.** Dem standen staatliche Fördergelder für Psychotherapieforschung von unter zehn Millionen Euro auf Bundesebene gegenüber. Die Forschung im nicht medikamentösen Bereich sei chronisch unterfinanziert, kritisiert die Bundespsychotherapeutenkammer am 11.11.:

[http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/38881/Psychotherapeuten\\_fordern\\_Forschungsbonus.htm](http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/38881/Psychotherapeuten_fordern_Forschungsbonus.htm)

*Auch wenn sich Auslöser und Wirkung unterscheiden mögen, lassen sich die Visionen der Mystikerin Hildegard von Bingen, die Drogenerlebnisse des New-Age-Propheten Carlos Castaneda, schamanische Entrückungszustände, "Psychosen" und Halluzinationen doch auf ähnliche Prozesse zurückführen, steht am 10.11.2009 im Spiegel:*  
<http://www.spiegel.de/spiegelwissen/0,1518,660648,00.html>

*Zum 15.12.2009 ist die Winterausgabe 2009/10 der saarländischen Psychiatrie-Erfahrenen-Selbsthilfzeitschrift "SeelenLaute" erschienen.* Infos zu Konzept, Inhalt, Bezug auf <http://www.bpe-online.de/aktuelles/seelenlaute-info-2009-10.pdf>

*In einem aktuellen Video-Interview mit dem Delmenhorster Kreisblatt benennt Ronald Kaesler zentrale Forderungen und Ziele* der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen: [http://video.dk-online.de/?bcpid=23641736001&bclid=33561624001&bctid=57683638001&refer=rightboxa/\\*Zum](http://video.dk-online.de/?bcpid=23641736001&bclid=33561624001&bctid=57683638001&refer=rightboxa/*Zum)

*Auch die Weglaufhaus Initiative Ruhrgebiet stellt in einem Videofilm sich und ihre Angebote* seit dem 28.08.2009 an dieser Stelle vor: <http://www.youtube.com/watch?v=gwg-9HWuVQw>

*Und aktuelle Informationen des Bundesverbands Psychiatrie-Erfahrener* stehen unter: <http://www.bpe-online.de/1/aktuelles.htm>

## **Symposium zur "Arzneimittelqualität 2010" am Do., den 21. und Fr., den 22. Januar 2010 in Bremen.**

Anlässlich des 25-jährigen Bestehens des Instituts für Klinische Pharmakologie des Klinikums Bremen-Mitte findet am 21. und 22. Januar 2010 unter Leitung des Vorstandsmitgliedes der Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft (AkdÄ), Prof. Dr. Bernd Mühlbauer, ein wissenschaftliches Symposium zum Thema Arzneimittelqualität 2010 in Bremen statt, auf das wir Sie aufmerksam machen möchten. Zu den Themenschwerpunkten Arzneimitteltherapiesicherheit, Klinische Forschung und Arzneimittelbewertung werden Vorträge unter Beteiligung zahlreicher AkdÄ-Mitglieder gehalten, nachfolgend eine Auswahl:

- Prof. Dr. Dieter Hart  
Rechtliche Aspekte der Arzneimittel- und Arzneimitteltherapiesicherheit
- Prof. Dr. Bruno Müller-Oerlinghausen, Dr. Farid Aly  
Arzneimittel- und Arzneimitteltherapiesicherheit – Der Aktionsplan AMTS
- Prof. Dr. Petra Thürmann  
Arzneimittelsicherheit – die Bedeutung von Gender-Aspekten

**Termin:** Donnerstag 21. Januar (ab 14:30h) / Freitag 22. Januar (bis 15:45) **Ort:** Großer Saal, Haus Schütting (Handelskammer Bremen), Am Markt 13, 28195 Bremen. **Die Teilnahme ist kostenlos.**

**Anmeldungen bitte bis 15. Januar 2010 an:** Klinikum Bremen-Mitte gGmbH

Institut für Klinische Pharmakologie  
St.-Jürgen-Straße 1 · 28177 Bremen  
Fon (0421) 497-5352  
Fax (0421) 497-3326

E-mail: [sekretariat@pharmakologie-bremen.de](mailto:sekretariat@pharmakologie-bremen.de)

Das komplette Programm inklusive Anmeldemodalitäten finden Sie [hier](#). Die Teilnahme ist

## **Beratungsstelle zum Persönlichen Budget in Delmenhorst am 02. 02. 2010**

**Das Persönliche Budget ist eine alternative Leistungsform zur Teilhabe und Rehabilitation.** An Stelle der bislang üblichen Sachleistung wird die Hilfe beim Persönlichen Budget als Geldleistung gewährt. Es ermöglicht Ihnen selbst zu entscheiden, wann, wo, wie und von wem Sie Teilhabeleistungen in Anspruch nehmen, um Ihren individuellen Hilfebedarf optimal abzudecken.

Wenn Sie eine **Beratung zum Persönlichen Budget** wünschen und weitere Informationen benötigen, wenden Sie sich an unser Beratungsteam. Es berät Sie objektiv, ausführlich und trägerunabhängig. Das Team besteht jeweils aus Mitarbeitern der Organisationen Norle, AWO, Tagesstätte Delta und Lebenshilfe und einem Mitglied des Behindertenbeirates.

- **Sprechzeiten der Beratungsstelle** sind: **Jeden 1. Dienstag im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr im Gesundheitstreff Schaar Haus**, Raum 1, Bremer Str. 14, 27749 Delmenhorst. Der **nächste Beratungstermin zum Persönlichen Budget in Delmenhorst** findet somit am Dienstag, den 02. Februar 2010 von 16:00 bis 18:00 Uhr im Gesundheitstreff Schaar Haus statt.

### **Samstag, der 13. Februar 2010 in Lüneburg:**

#### **1. SprecherInnenkreistreffen 2010 der LPEN e.V.**

der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN) findet in der Psychosozialen Kontaktstelle „**Stövchen**“, Heiligengeiststraße 31 in Lüneburg statt. Eintreffen ist ab 11:00 Uhr möglich. Beginn ist um 12:00 Uhr.

- **Thema: *Betreuungsrecht/Fam. FG 9 und die sich daraus ergebenden Neuerungen für uns als Betroffene. Eingeladen hierzu haben wir Herrn Richter Both und Frau Schröder von der Betreuungsbehörde Lüneburg.***

12:00 Uhr Begrüßung und Vorstellungsrunde, Gemeinsames Mittagessen (Pellkartoffeln mit Quark oder Hering in Sahnesoße)

**Top 1** 13.30 - 14.15 Das Fam.FG 9 und die Auswirkungen auf das Betreuungsrecht / Richter Both

**Top 2** 14.15 - 14.45 Fragerunde mit Richter Both

**Top 3** 14.45 - 15.30 Rechte von Betreuten / Frau Schröder Betreuungsbehörde Lüneburg

**Top 4** 15.30 - 16.15 Kaffeepause

**Top 5** 16.00 - 16.45 Klausurtagung 2010 / Mai Frühjahrsfest zum 15-jährigen Bestehen des LPEN

**Top 6** 16.45 - Ende Verschiedenes und Verabschiedung der TeilnehmerInnen

- **Voraussichtliches Ende:** ca. 17.30 - 18.00 Uhr

- **Wegbeschreibung:**

Vom Hauptportal links der abfallenden Straße folgen, dann an der Ampel rechts abbiegen und gerade aus zum Sande gehen. Dort dann links halten und rechts an McDonald vorbei in die Heiligengeiststr. gehen. Ca. 150m weiter befindet sich das Stövchen auf der linken Seite. Das sind ca. 15 min Fußweg vom Bahnhof.

***Das 1. Sprecherkreistreffen 2010 der LPEN e.V. in Lüneburg ist für Interessierte offen !***

## ***Buchrezension:***

**Manfred Lütz**

### ***IRRE - Wir behandeln die Falschen***

**Unser Problem sind die Normalen. Eine heitere Seelenkunde**

**Mit einem Vorwort von Eckart von Hirschhausen**

Beschreibung: Wenn Sie mein Buch gelesen haben, dürfen Sie definitiv mit jedem Verrückten reden, schlimmstenfalls auch mit sich selbst. (Manfred Lütz)

Ein Leser- Kommentar: Das häufigste Vorurteil Psychiatern gegenüber lautet: Die sind doch alle selber nicht normal! Das vorliegende Buch kann dieses Vorurteil nur bestätigen. Manfred Lütz ist nicht normal. Manfred Lütz, ein Alexiander Pater, Theologe und Psychiater hat in seinem Buch das benannt, was wir als Ver-rückte schon lange denken: Die Bevölkerung ist wahnsinnig normal. Der Normale, der rotten neighbour, der andere denunziert, der Diktatoren wie Stalin und Hitler erst möglich macht, die seiner These nach völlig normal sind. Oder auch Dieter Bohlen's Sendung, die die Menschenverachtung pur ist. Ein witzig und amüsant geschriebenes Buch mit viel Tiefsinn.

Der Bestseller Irre ist ein wertvoller Beitrag über Psychiatrie für die Bevölkerung, die selbst nicht reflektieren will und dann Lütz auch für anormal hält. Ein Buch, das Vorurteile aufbrechen kann, wenn man /frau sich darauf einlässt. Prädikat: besonders wertvoll. *Sabine Klöpzig*

## ***Antidepressivum: Daten unterdrückt***

Der Wirkstoff Reboxetin wird zur Behandlung von Depressionen eingesetzt. Bereits seit mehr als 10 Jahren ist der Wirkstoff der Firma Pfizer auf dem Markt und unzählige PatientInnen wurden mit diesem Mittel behandelt. Eine jetzt vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) durchgeführte Bewertung des Wirkstoffes kommt zu dem Schluss, dass Reboxetin – auch im Vergleich zu anderen Antidepressiva der SSRI-Klasse – nichts nützt, dafür aber nachweislich schadet.<sup>3</sup> So brachen PatientInnen die Therapie häufig wegen unerwünschter Wirkungen ab. Wie konnte sich Reboxetin so lange auf dem Markt halten? Die

Firma Pfizer hatte bis dato zwei Drittel aller bislang in Studien erhobenen Daten unter Verschluss gehalten und nur solche Studien veröffentlicht, die einen Nutzen des Wirkstoffs suggerierten. Erst auf öffentlichen Druck hin war die Firma bereit, dem IQWiG alle relevanten Daten zur Bewertung zu überlassen. Der Fall zeigt einmal mehr, dass das Wohl von PatientInnen oft den wirtschaftlichen Interessen einzelner Pharmakonzerne geopfert wird. Um dies in Zukunft zu vermeiden, lautet eine – auch von der BUKO Pharma-Kampagne seit langem gestellte – Forderung: Die Einrichtung eines öffentlichen Studienregisters, in der alle Arzneimittelstudien erfasst und alle Studienergebnisse veröffentlicht werden. (HD)

3 Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen, 24.11.2009: Antidepressiva: Nutzen von Reboxetin ist nicht belegt. [www.iqwig.de/index.981.html](http://www.iqwig.de/index.981.html)

## **Dialog-Seminar am 14. Januar 2010 in Bremen**

Am **Donnerstag, den 14. Januar 2010 findet in Bremen** in der Zeit von **17:30 - 19:00 Uhr**, in der **Sozialpsychiatrischen Beratungsstelle Mitte, Horner Str. 60 - 70** das nächste **Dialog-Seminar** (früher Psychoseseminar) statt. Thema: **Soteria - Eine andere Psychosebehandlung**. Es findet eine offene Diskussionsrunde und ein gemeinsamer Erfahrungsaustausch statt. Wir, Psychoseerfahrene, Angehörige, MitarbeiterInnen psychiatrischer Institutionen und Interessierte treffen uns jeden 2. Donnerstag im Monat zum gemeinsamen Austausch. Einander zuhören - miteinander sprechen - voneinander lernen ! Kontakt: Tel. 04 21 / 7 03 33 10.

## **15 Jahre LPEN e.V.**

### **Kennenlernen - Info - Paket !**

*Sehr geehrte Damen und Herren ! Liebe MitstreiterInnen !*

Die **Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN)** wird in diesem Jahr 2010 ganze **15 Jahre jung** ! Anlässlich dieses **15-jährigen Bestehens** - wir haben es bei der Gründung wohl selbst nicht erwartet - möchten wir uns Ihnen/Euch nochmals bekannter für Sie/Euch vor Ort machen. Wir bieten Euch/Ihnen an unser aktuelles Info-Paket bestehend aus:

- **12-seitige ganz aktuelle Info-Broschüre: 15 Jahre LPEN e.V. !**
- **2-seitiges aktuelles Falblatt: 15 Jahre LPEN e.V. !**
- **4-seitiges aktuelles Falblatt: 15 Jahre LPEN e.V. !**
- **2-seitiges aktuelles Falblatt: Die LPEN e.V. ...**
- **2-seitiges aktuelles Falblatt: Informations-Bestellschein der LPEN e.V. mit 52 Bestellmöglichkeiten**
- **2-seitiger aktueller Medienbestellschein mit 56 Bestellmöglichkeiten**
- **4-seitiges Falblatt: Auswahl von nds. Selbsthilfegruppen / Rechtliche §§ und psychosoziale Beratungsangebote für PE´s in Nds.**
- **6-seitiges Positionspapier der LPEN e.V.**
- **1-seitige Beitrittserklärung der LPEN e.V.**
- **4-seitige Satzung der LPEN e.V.**
- **4-seitige Psychosoziale News Selbsthilfe-Bestellservice-Übersicht mit 129 Bestellmöglichkeiten**

sowie die

- **1-seitige Terminübersicht 2010 der LPEN e.V.**

zum sehr **günstigen Selbstkostenpreis von 2,50 Euro** (incl. Porto- und Versandkosten) zuzuschicken. Bestellen Sie und zahlen Sie indem Sie uns **2,50 Euro** in Briefmarken zuschicken oder per Rechnung ausgleichen. Die Briefmarken schicken Sie an nachfolgende Anschrift unseres Referenten für Öffentlichkeitsarbeit in Delmenhorst:

Wenn Sie/Ihr unsere **aktuelle 44-seitige A 4 Zeitung "LPEN-Nachrichten" – Dezember-Ausgabe 2009** mitbestellen möchte(t)n, kostet unsere Zeitung **3,50 Euro** zusätzlich. Sie kann selbstverständlich in Briefmarken bzw. per Rechnung ausgeglichen werden. Die Briefmarken schicken Sie bitte an nachfolgende Anschrift:

Bei benötigten größeren Stückzahlen teile ich Ihnen die Preise gerne auf Anfrage mit. Danke !

**LPEN e.V.**

Referat Öffentlichkeitsarbeit

c/o Ronald Kaesler

Kurlandstraße 4

2 77 49 Delmenhorst

Tel. 0 42 21 / 5 37 14

E-mail: [ronald.kaesler@ewetel.net](mailto:ronald.kaesler@ewetel.net)

## **Bericht 3. Sprecherkreistreffen 2009 der nds. Psychiatrie-Erfahrenen in Oldenburg**

Die **Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V. (LPEN)** tagte am **Samstag, den 12. Dezember 2009** wieder in **Oldenburg**. Aus verschiedenen niedersächsischen Städten reisten Teilnehmer an, um in den Räumen der Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen, BeKoS, über die Probleme seelisch erkrankter Menschen zu beraten.

Zu Beginn wurde über die **psychiatrischen Beschwerdestellen** berichtet, die in verschiedenen niedersächsischen Städten eingerichtet wurden, oder werden sollen.

Die Teilnehmer hörten einen **Vortrag über Konfliktbewältigung**. In einem **Rollenspiel** wurde eine Situation nachgespielt, in der ein Patient seine Interessen gegen den behandelnden Arzt durchsetzt.

Nach der Mittagspause trafen sich **Arbeitsgruppen** zu verschiedenen Themen. Eine Arbeitsgruppe beschäftigte sich mit **veränderten Verständnis- und Behandlungswegen bei seelischen Erschütterungen**.

Eine andere mit **rechtlichen Fragen über psychiatrische Zwangsmassnahmen**. Die LPEN ist dabei an der Neufassung der niedersächsischen Psychischkrankengesetze, PsychKG's beteiligt. Unter anderem gibt es internationale Kritik, dass in Deutschland zu viele Menschen ausgegrenzt werden.

Die dritte Arbeitsgruppe erörterte das **Projekt Ex-In**, in dem krankheitserfahrene Menschen zu Helfern ausgebildet werden. Dieses Projekt gibt es europaweit, in Deutschland u.a. in Bremen, Hamburg und es ist auch für Oldenburg geplant.

Nach den Arbeitsgruppen wurde die **Jahresplanung für 2010** in Angriff genommen. Unter anderem wurde der **Haushalt** beraten, und die **Planung des 15. Jahrestages des Bestehen des Verbandes** überlegt.

Auf der Tagesordnung standen dann noch der **Psychiatrieausschuss** und die **Besuchskommissionen** des niedersächsischen Landtages, denen Vertreter des LPEN als Betroffenenvertreter angehören. Am Rande des Treffens haben die Teilnehmer sich rege ausgetauscht; auch über ihre Probleme als, als „**psychisch krank**“ abgestempelte Bürger.

Klaus-Dieter Wackwitz

# “Ja zu mir - ja zum Leben . . .”

ist das Thema der **21. Ausgabe des Irrtu(r)m**. Der diesjährige Irrtu(r)m ist ein 272 Seiten starkes Werk, das in einjähriger Arbeit unter der **Mitwirkung von 48 AutorInnen und 12 KünstlerInnen** entstanden ist. In diesem Buch lassen uns die Autorinnen und Autoren an ihren Gedanken und Erfahrungen zu dem Thema „**Ja zu mir - Ja zum Leben**“ teilhaben.

Über die Artikel zum Schwerpunktthema hinaus gibt es Kurzgeschichten, Gedichte, Beiträge zu anderen Themen, Buchrezensionen, selbst erstellte Illustrationen und nützliche Informationen.

Wie immer steht der subjektive und parteiliche Blickwinkel der TextverfasserInnen hinsichtlich der angesprochenen Thematik im Vordergrund, so dass die zumeist auf Eigenerfahrung beruhenden Beiträge einen hohen Grad an Authentizität aufweisen.

**Zum dritten Mal erscheint zu dieser Ausgabe ein Hörbuch.** Die AutorInnen interpretieren ihr Geschriebenes auf eine ganz eigene und persönliche Art und Weise und ermöglicht den Zuhörenden auf diesem Wege einen intensiven Zugang zu den Texten.

Zu einem Preis von **6,50,- Euro** (inkl. Versand) ist **das Hörbuch** und das Buch für **5,- / 6,50,-** (inkl. Versand/der Preis richtet sich nach Selbsteinschätzung) unter folgender Adresse zu bestellen:

## **- Redaktion und Kontakt:**



**Redaktion Irrtu(r)m** - im Torhaus

Bessy Albrecht-Ross

Liegnitzstraße 63

28237 Bremen - Gröpelingen

- gegenüber der **Waterfront**

(ehemaliger SpacePark)

Tel.: 04 21 / 3 96 48 08

E-mail: [irrturm@izsr.de](mailto:irrturm@izsr.de)

HP: [www.irrturm.info](http://www.irrturm.info)



## **- Bestellung und Abo**

Zu einem Preis von **5,- Euro / 6,50 Euro** inklusive Versand (Preis richtet sich nach Selbsteinschätzung) wird der Irrturm einmal jährlich zugeschickt. Das Hörbuch wird auf Bestellung für **6,50 Euro** (inkl. Versand) versandt.

## **Seminar für Psychiatrie-Erfahrene:**

# **Basiswissen Psychopharmaka**

## **„Psychopharmaka selbständig dosieren, Ver-rücktheit steuern“**

**Die Dürener Selbsthilfegruppe für Psychiatrie-Erfahrene lädt ein. Referent ist der Psychopharmaka-Berater des Bundesverbands Psychiatrie-Erfahrener Matthias Seibt.**

**Wann ? Di, 9. Februar 2010 von 11.30 - 17.30 Uhr**

**wo ? Düren (bei Köln),** Kulturzentrum KOMM·August-Klotz-Str. 21·52 349 Düren·  
Telefon 0 24 21 / 18 92 04, Haltestelle Kaiserplatz oder Haltestelle Weierstraße

**Wie ?** Getränke frei, 14.00 bis 15.00 Mittagspause, es gibt Würstchen und Kartoffelsalat

**Kosten ?** 10 € Vorkasse, bei Matthias oder Susi zu entrichten, von denen bei Teilnahme 5,- € zurückerstattet werden. Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

**Vorbereitung:** Unter [www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de](http://www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de), dort Lesenswertes stehen Texte, das Seminar beginnt aber „bei Null“.

### **- Themen?**

- Was sind Psychopharmaka ?
- Wie wirken verschiedene ausgewählte Psychopharmaka ?
- Wie lerne ich die individuelle Wirkung der Psychopharmaka auf mich selbst kennen ?
- Psychopharmaka in der Krise
- zur Vorbeugung
- Reduzieren und Absetzen von Psychopharmaka
- Psychopharmaka und Niedergeschlagenheit (Depression)

Der zweite Schwerpunkt wird auf **Ver-rücktheit steuern** liegen. Verschiedene Möglichkeiten, Ver-rücktheitszustände zu steuern werden behandelt:

- Erkennen, **„wann es wieder losgeht“**
- Psychopharmaka selbständig dosieren
- Alternative Methoden
- Begleitung durch Freunde und Bekannte
- Alltagspraktische Tipps (Ernährung, Schlaf, Arbeit usw.)

- **Kontakt:** Susi Meisenberg, Tel. 0 24 21 / 50 47 68, [Susi.Meisenberg@t-online.de](mailto:Susi.Meisenberg@t-online.de)  
Matthias Seibt Tel. 02 34 / 6 40 51 02, [Matthias.Seibt@psychiatrie-erfahrene-nrw.de](mailto:Matthias.Seibt@psychiatrie-erfahrene-nrw.de)

## **Treffen des Bundesnetzwerkes unabhängiger Beschwerdestellen in Hannover**

**Am Montag, der 18. Januar 2010 in der Zeit von 10:00 bis 16:00 Uhr im  
Haus der Region, Hildesheimer Str. 20, 30169 Hannover in Raum 61**

### **- Vorläufige Tagesordnung:**

Konstituierung des Bundesnetzwerkes

1.1 Wahl der Versammlungsleitung und Protokollanten

1.2 Wahl eines Sprecherteams

- Grundsätze der Zusammenarbeit im Bundesnetzwerk
- Möglichkeiten der Konfliktregelung innerhalb von Beschwerdestellenteams
- Öffentlichkeitsarbeit und Homepage
- Umsetzung unserer Forderungen an die Gesetzgeber (Bund und Länder)

- **Teilnehmerrückmeldung** an folgende Mail-Adresse: [Lothar.Schlieckau@region-hannover.de](mailto:Lothar.Schlieckau@region-hannover.de)  
oder Psychiatrie-Koordinator Hannover, Lothar Schlieckau, Tel.: 05 11 / 6 16 - 4 47 63 bis zum  
Freitag, den 15. Januar 2010

## **Standards für unabhängige Beschwerdestellen**

- 1.** Unabhängige Beschwerdestellen sollten trialogisch und multiprofessionell besetzt sein. Trialogisch bedeutet dabei, dass die Mitglieder sich aus Psychiatrie-Erfahrenen, Angehörigen, professionell in der Psychiatrie Tätigen und Bürgerhelfen zusammensetzen. Es sollten mindestens vier Personen sein, um die Arbeitsbelastung zu verteilen. Optimal wäre es, wenn von jeder Beteiligten-Gruppe zwei Vertreter Mitglied der Beschwerdestelle wären, um auch Vertretungen zu gewährleisten.
- 2.** Die Koordination der Gruppe sollte möglichst nicht von Profis, sondern von Vertretern der Selbsthilfe übernommen werden.
- 3.** Alle Mitglieder sind gleichberechtigt – alle Meinungen werden respektiert. Der Austausch erfolgt auf gleicher Augenhöhe aufgrund eigener Erfahrungen.
- 4.** Die Bearbeitung einer Beschwerde geschieht grundsätzlich parteilich für den Beschwerdeführer.  
Das bedeutet, dass grundsätzlich nach der besten Lösung für den Beschwerdeführer gesucht wird.
- 5.** Beschwerden werden nur mit Zustimmung des Beschwerdeführers und mit ihm gemeinsam (bzw. einer von ihm benannten Vertrauensperson) gelöst.
- 6.** Beschwerdeaufnahme erfolgt immer schriftlich inklusive Verlauf und Ergebnis.
- 7.** Beschwerdebearbeitung erfolgt aufgrund der finanziellen und zeitlichen Grenzen, die die Ehrenamtlichkeit vorgibt, nur für Beschwerden der eigenen Region/des eigenen

Einzugsgebiets.

**8.** Grundkenntnisse des Sozialrechts und der Psychiatriegesetze sollten bei den Mitgliedern vorhanden sein.

**9.** Regelmäßige Sprechstunden werden an einem neutralen Ort möglichst einmal in der Woche abgehalten.

**10.** Es findet möglichst einmal im Monat ein regelmäßiges Treffen aller Mitglieder der Beschwerdestelle zur Absprache über den Umgang mit eingegangenen Beschwerden statt.

**11.** Es werden möglichst Kooperationsverträge mit allen Leistungserbringern am Ort abgeschlossen.

**12.** Die Mitarbeiter der Beschwerdestelle geben eine schriftliche Schweigepflicht-Erklärung (gegenüber der Psychiatrie-Aufsicht führenden Stelle oder untereinander) ab.

**13.** Die Beschwerdestelle berichtet regelmäßig gegenüber dem Gemeindepsychiatrischen Verbund, dem Sozialausschuss der Kommune etc. über ihre Arbeit.

**14.** Auf die Beschwerdestelle wird über Plakate/Aushänge in allen Einrichtungen und Praxen, Ankündigung der Sprechstunden in der Lokalpresse aufmerksam gemacht.

**15.** Dienstvorgesetzte der Einrichtungen, über die eine Beschwerde eingegangen ist, werden i.d.R. in das Beschwerdeverfahren mit einbezogen.

***Darüberhinaus haben wir Forderungen an den Gesetzgeber formuliert.***

***Demzufolge wünschen wir gesetzliche Regelungen bezüglich folgender Kompetenzen:***

- jederzeit unangemeldetes Zugangsrecht zu den Einrichtungen
- Akteneinsichtsrecht, wenn eine Schweigepflichtsentbindung der/der Betroffenen vorliegt
- Ständige und niedrigschwellige Zugangsvoraussetzungen für Betroffene
- Pflicht aller Anbieter zur Zusammenarbeit mit der Beschwerdestelle und zur Abstellung der Beschwerdegründe
- Die dialogischen Beschwerdestellen sollten gesetzlich geregelt, für alle Einrichtungen und Dienste eines gemeindepsychiatrischen Verbundes zuständig sein und ggf. andere Beschwerdemöglichkeiten ersetzen.

***Bezüglich der Finanzierung wünschen wir folgenden gesetzliche Regelungen:***

- Finanzierung von Raum-, Telefon-, Porto- und sonstigen Bürokosten
- Finanzierung von notwendigen Fahrtkosten
- Aufwandsentschädigung ggf. Honorar für die MitarbeiterInnen der Beschwerdestelle, bei erwerbstätigen Lohnersatzleistung bei Einsätzen während der Arbeitszeit
- Supervision für alle MitarbeiterInnen der Beschwerdestelle
- Übernahme von Fortbildungskosten und Fallberatung

## ***21. SELBSTHILFETAG***

**des Landesverbandes Psychiatrie-Erfahrener NRW e. V.**

## Thema: **>Das legalisierte Unrecht und unser Widerstand<**

**TeilnehmerInnen:** Alle Interessierten !

**Wann:** **Samstag, 27. März 2009 von 11.00 – 17.25 Uhr**

**Wo:** Im Kirchenforum Querenburg in Bochum, Haltestelle Ruhr-Universität

**Wie:** Eintritt, Kaffee und Kuchen frei.

**Info:** Weglaufhaus-Initiative Ruhrgebiet, Tel.: 02 34 / 6 40 51 02.  
Ab Mo, 8. März 10 hier auch Anmeldung (nicht nötig, aber nett) und Mitfahrzentrale (Auto und Bahn) **Fahrtkostenerstattung** (für Gruppen von) Bedürftige/n billigste Möglichkeit, höchstens 35.- Euro-Ticket der Bahn-AG **nur auf vorherigen Antrag möglich.**

### **- Programm:**

- |              |  |
|--------------|--|
| 11.00 -11.20 | Begrüßung, Grußwort Bärbel Brünger (Verband der Ersatzkassen)<br>Organisatorisches                               |
| 11.20 -11.45 | <b>Vortrag Miriam Krücke, Bochum:<br/>Das legalisierte Unrecht und unser Widerstand</b>                          |
| 11.45 -12.10 | Diskussion zum Vortrag   |
| 12.10 -12.30 | Vorstellung der Arbeitsgruppen   |
| 12.30 -13.30 | Mitgliederversammlung des LPE NRW  |
| 13.30 -15.00 | Mittagspause, Mittagessen muss selbst organisiert werden.<br>Supermarkt, Pommesbude und Pizzeria sind vorhanden. |

### **- Arbeitsgruppen:**

15.00 -16.15 Uhr

- 1.) Reinhild Böhme (Bochum) – Die Arbeit der Besuchskommission
- 2.) Cornelius Kunst (Solingen) – Wie kann ich mich gegen psychiatrische Willkür wehren?
- 3.) David Kleine-Beck (Bochum) - Wie werde ich eine rechtliche Betreuung los?
- 4.) Matthias Seibt (Herne) - Vorausverfügung bzw. Patientenverfügung
- 5.) Bernd Seiffert (Aachen) – Psychiatrische Diagnose
- 6.) Sibylle Prins (Bielefeld) – Die Fantasie befreien - Übungen zum kreativen Schreiben
- 7.) Philipp Schellbach (Bochum) – Hatha Yoga

16.15 -17.00 Kaffee trinken

17.00 -17.15 Berichte aus den Arbeitsgruppen

17.15 -17.25 Schlussworte

Um 17.40 geht eine U-Bahn zum Hauptbahnhof. Mit dieser werden der RE um 17.56 Ri Köln/Aachen, der RE 18.05 Ri Dortmund/Hamm, die RB um 18.04 Ri Wanne-Eickel erreicht.

***Der Selbsthilfetag ist für alle offen !***

***Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme !***

**Deutsche Gesellschaft für Soziale Psychiatrie, DGSP**

***Denkanstöße !***

Die Psychiatrie verändert sich. Nicht nur zu ihrem Vorteil. Längst sind die Entwicklungen nicht mehr so spektakulär wie zu den Zeiten der Psychiatrie-Reform, an der die Deutsche Gesellschaft für Soziale Psychiatrie (DGSP) maßgeblich beteiligt war. Aber wir mischen uns weiterhin ein:

Wir engagieren uns für die Verbesserung der Behandlungsbedingungen im Interesse der Betroffenen und ihrer Angehörigen. Wir setzen uns ein für die Verbesserung der Arbeitsbedingungen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Psychiatrie.

Und: Die DGSP steht für den Dialog, d.h. für die gleichberechtigte Zusammenarbeit von Profis, Psychiatrie-Erfahrenen und Angehörigen.

Für dieses Engagement ist die DGSP auf die Hilfe und aktive Mitarbeit ihrer Mitglieder angewiesen. Doch was will die DGSP genau? Wofür tritt sie ein? Um Kolleginnen und Kollegen, Psychiatrie-Erfahrenen und Angehörigen wichtige Positionen, Aktivitäten und Forderungen der DGSP vorzustellen, haben wir „DENK-AN-STÖSSE“ entwickelt. Sie wurden im Anschluss an den DGSP-Verbandstag im September 2007 von einer Arbeitsgruppe formuliert und im erweiterten Vorstand der DGSP in Kleingruppen diskutiert und abgestimmt.

Auf der von uns eingerichteten Webseite [www.denkanstoesse.dgsp-ev.de](http://www.denkanstoesse.dgsp-ev.de) können Sie die Denkanstöße ebenfalls nachlesen und kommentieren.

Hier finden Sie die **"Denkanstöße"** als PDF-Datei zum Herunterladen:  
<http://psychiatrie.de/data/pdf/b2/07/00/DGSPDenkanstoesse.pdf>

## ***Winterausgabe der „SeelenLaute“ ist erschienen !***

### ***KLEINE ANDERE SELBSTHILFEZEITSCHRIFT MIT NEUEN, VIELFÄLTIGEN BEITRÄGEN***

Saarbrücken/pg. „Klein, sonnengelb, ...aber immer kritisch, unabhängig und anders“. Dieses Konzept beschert der Betroffenen-Selbsthilfezeitschrift „SeelenLaute - Für alle Anderen. Und alle“ als freies „Blatt von unten“ zunehmende Anerkennung und steigende Leserzahlen. Das im Saarland redigierte Heft, herausgegeben von der gleichnamigen Kreativ-Selbsthilfegruppe, hat inzwischen auch in Rheinland-Pfalz Wurzeln geschlagen und selbst in Hamburg, Niedersachsen und Sachsen Leser.

Die Gruppe hat in 2009 -u.a. mit verschiedenen Kooperationspartnern- ein beachtliches Veranstaltungsprogramm durchgeführt. Neben den in Saarbrücken und der Veröffentlichung der „SeelenLaute“ mit einer Sommer- und Winterausgabe gab es individuelle Kreativberatungen, das gut besuchte erste „SeelenLaute-Fest am 7. August 2009 im Johannishof Saarbrücken mit Lesungen, Live-Musik, Kabarett, Informations- und Erfahrungsaustausch, Berichte und Beiträge in der Regional- wie Fachpresse sowie eine regionale und bundesweite Teilnahme bei öffentlichen Kulturveranstaltungen und Fachtagen. Das Gesamtprojekt „SeelenLaute“ erhielt 2009 die Nominierung für den Deutschen Engagementspreis.

Das Programm sieht für 2010 neben den monatlichen Redaktionstreffen und zwei neuen Zeitschriftenausgaben ein Sonderheft „SeelenLaute Lyrics“ (Gedichte & Geschichten pur) und das zweite „SeelenLaute“-Fest vor. Dieses ist als großes Selbsthilfe-Kulturfest in Kooperation mit dem europäischen Kunstprojekt „art-transmitter“ im Saarland geplant. Im Oktober soll eine literarisch-musische Herbstfreizeit als Kreativ-Wochenendseminar, voraussichtlich im Saarpfalz-Raum stattfinden. Weitere Informationen erfolgen zeitnah.

Zum 15.12.2009 ist die Winterausgabe 2009/10 der „SeelenLaute“ erschienen. Darin wurden der thematische Schwerpunkt auf Literatur, Kunst, Musik und die Eigenberichte erweitert.

#### ***Aus dem Inhalt des neuen Heftes 2/2009:***

Krebs ist Machts Nichts - Volker Kalski erzählt; Kritik an der KISS - Ungereimtheiten; Kreative Vielfalt saaraufwärts - SL, STaPE, UPS, ASL/BPE, Rheinland-Pfalz; Wenn die Lilly die KIKs

bezahlt - Beruhigende Wirtschaftsförderung.; Hausverbot für Art Brut? - Aufregende Kunst im Krankenhaus; Schizophrenie / Psychotherapie - Interview; Boomende antidepressive Bündnisse, Künstler hätten bessere Präsentation verdient - Berichte; Neue Betroffenenberatung in Andernach; Künstlerprämie - Vinzenz Lamm gewinnt, Musikerportrait - Thomas Ehrler hat's; Literatur - Carmela Cascio, Vita Zingale, Wolfgang Loskant, Norbert Priess u.a.; Termine, Nachrichten, Literaturtipps/Rezensionen und Informationen zu regionalen wie bundesweiten Selbsthilfe- und Kreativangeboten u.a.m. Die Zeitschrift hat einen regelmäßigen kleinen Künstlerwettbewerb mit Preisprämie ausgeschrieben (Details im neuen Heft). Auch das Programm für 2010 ist in der neuen Ausgabe für alle Interessierten bereits vorangekündigt.

**Bezug der Zeitschrift "SeelenLaute":**

1€, bei Postbezug (max. 10 Exemplare) zzgl. 1,50€ Versandkosten (vorab in Briefmarken oder per Überweisung begleichen). Kein Abo. Für zusätzliche Spenden aufs Konto der Selbsthilfegruppe zugunsten dieser vielfältigen Arbeit von und für Menschen mit seelischen Beeinträchtigungen und Behinderungen ist man dankbar. Überweisungen bitte richten an: „SHG SeelenLaute, c/o G.Peitz“, Konto: 450063292, Kreissparkasse Saarlouis (BLZ 59350110). Postanschrift/Kontakt: Selbsthilfegruppe "SeelenLaute", FRSPÉ – Freie Redaktionsgruppe saarländischer Psychiatrie-Erfahrener, c/o Gangolf Peitz, Lindenstraße 21, D-66359 Bous. Tel. 0178 2831417, E-mail: [pg-shg@t-online.de](mailto:pg-shg@t-online.de) Gangolf Peitz für die SHG SeelenLaute. <http://www.bpe-online.de/aktuelles/seelenlaute-info-2009-10.pdf>

**Delmenhorster Kreisblatt, dk-online vom 16. Dezember 2009**

**„Sein Lebensumfeld zu behalten ist  
in psychischen Krisen wichtig“**

**Landesarbeitsgemeinschaft vertritt Psychiatrie-Erfahrene  
als Selbsthilfeverein**

**Ein selbstbestimmtes Leben für psychisch Kranke nennt der Delmenhorster  
Pressesprecher Ronald Kaesler als eines der wichtigsten Ziele des kurz LPEN  
genannten Vereins.**

**Dieser sieht Psychopharmaka und Heimunterbringung kritisch.**

Von Sonia Voigt

Delmenhorst. Ein selbstbestimmtes Leben für psychisch Kranke nennt die Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen (LPEN) als wichtigstes Ziel. Was selbstverständlich klingt, ist längst nicht immer Realität, sagt der Delmenhorster Ronald Kaesler, zuständig für die Öffentlichkeitsarbeit des Selbsthilfevereins. „Psychiatrie-Betroffene sind in Rechtsstaaten die einzigen Menschen, denen die Freiheit entzogen werden kann, ohne eine Straftat begangen zu haben“, sagt der 51-Jährige.

Mit Zwangseinweisungen müsse vorsichtiger umgegangen werden, da sie Betroffene oft traumatisiert hinterließen, warnt Kaesler. Die im Anschluss nötigen Therapieplätze seien oft nicht oder spät zu bekommen. Rund 120 Mitglieder zählt die 1995 gegründete Landesarbeitsgemeinschaft, „nicht jeder ist aktiv, je nachdem wie er gerade kann“, erklärt der Delmenhorster. Menschen mit verschiedenen Diagnosen wie Schizophrenien, Psychosen oder manischen Depressionen versuchen über LPEN, die Lebensqualität Psychiatrie-Erfahrener zu verbessern.

„Niedersachsen ist da teilweise rückständig. Wir bauen noch Wohnheime für psychisch Kranke, anderswo werden die schon wieder abgebaut“, sagt Ronald Kaesler. So gibt es in Berlin ein „Weglaufhaus“, das von Wohnungslosigkeit bedrohten psychisch Kranken eine Anlaufstelle außerhalb des psychiatrischen Systems bietet. Ähnliche Projekte helfen im Ruhrgebiet und im

Saarland, psychische Krisen ohne Klinikaufenthalt zu bewältigen. Auch einige Krankenhäuser bieten unter dem Stichwort „Soteria“ persönlichere, sanftere Behandlungsweisen an.

Während manche den „geschützten Rahmen“ im Heim schätzen, fühlen andere sich dort beobachtet, weiß Kaesler als selbst Psychiatrie-Erfahrener. „Ambulante betreute Wohnformen, wie es sie auch in Delmenhorst gibt, bieten bessere Möglichkeiten“, ist seine Meinung. Auch die Delmenhorster Tagesklinik kann eine Alternative zum stationären Aufenthalt sein. „Das Wichtige ist, dass man sein Lebensumfeld behalten kann“, sagt Kaesler. In den viele Kilometer entfernten Landeskrankenhäusern sei Besuch teilweise nicht möglich. Danach falle der Wiedereinstieg schwer.

Als „zweischneidiges Schwert“ bewertet die Landesarbeitsgemeinschaft Psychopharmaka. Zeitlich begrenzt könnten Medikamente helfen, Krisen zu durchleben, sagt Kaesler. „Aber im Grunde lösen Psychopharmaka keine Probleme“, es sei nötig, sich mit dem „Inhalt der Verrücktheiten“ auseinanderzusetzen. „Es kann nicht sein, dass jemand, der einmal eine Psychose hat, ständig mit hohen Dosierungen rumläuft und einen Großteil des Lebens gar nicht erfahren kann“, betont Ronald Kaesler. Zudem seien gesundheitliche Auswirkungen zu befürchten. Wer über lange Zeit große Mengen Neuroleptika einnehme, sterbe auch früher, zitiert der LPEN-Pressesprecher Studien.

Außerdem setzen sich die Psychiatrie-Erfahrenen für Patientenanwälte und Vertrauensleute in Kliniken ein, die Betroffene bei der Wahrnehmung ihrer Rechte unterstützen, zum Beispiel bei Zwangsmedikamentierung. Und die Landesarbeitsgemeinschaft rät zu Patientenverfügungen, in denen zum Beispiel die Ablehnung bestimmter Medikamente vermerkt wird, für Situationen in denen der Patient seinen Willen nicht äußern kann. In Betreuungsverfügungen können psychisch Kranke zudem einen Betreuer für den Notfall benennen, um die willkürliche Zuweisung zu vermeiden. Mehr erfahren Interessierte im Internet unter: [www.lpen-online.de](http://www.lpen-online.de).

## ***Arbeitslos über 50: Ratgeber erschienen***

***Fünfzig plus und arbeitslos*** – wer in dieser Situation ist kann vielleicht den Ratgeber der Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen und der ARD gebrauchen. Rechtstips zur Kündigung oder zum Aushandeln einer Abfindung sind ebenso zu finden wie zum Umgang mit der Arbeitsagentur oder zur Jobsuche.

Ist die Kündigung überhaupt rechters ? Kann die Firma mit einer Abfindung oder anderen Absprache den beruflichen Neustart erleichtern ? Wie hoch ist Arbeitslosengeld I und wie lange steht es zu ? Muss man alle Ersparnisse opfern, bevor man Arbeitslosengeld II bekommt ? Wer hat Anspruch auf Wohngeld ? Wie bekommt man schnell einen neuen Job ? Ist die Selbstständigkeit eine Alternative ?

Der Ratgeber informiert über Rechte gegenüber dem Arbeitgeber und mögliche Absprachen, mit denen sich die Folgen einer unvermeidlichen Kündigung abmildern lassen. Er hilft auch, die Leistungen der Arbeitsagentur optimal zu nutzen und den persönlichen Finanzplan an die veränderte Lage anzupassen - mit Tipps und Ratschlägen für einen beruflichen Neustart. **>>Fünfzig plus und jetzt arbeitslos – Von der Kündigung zum beruflichen Neustart<<** ist für 9,90 Euro in den Beratungsstellen der Verbraucherzentrale NRW erhältlich. Für zusätzlich 2,50 Euro Porto und Versand kann der Ratgeber auch telefonisch unter 02 11 / 38 09 55, per Fax unter 02 11 / 3 80 92 35 oder im Internet unter: [www.vz-ratgeber.de](http://www.vz-ratgeber.de) bestellt werden. Oder per Post: Verbraucherzentrale NRW, Adersstraße 78, 40215 Düsseldorf.

## ***24. Hannoverscher Selbsthilfetag 2010***

Am **Samstag, den 08. Mai 2010**, findet der **24. Hannoverscher Selbsthilfetag** rund um den Kröpcke statt.

In der **Zeit von 10:00 - 16:00 Uhr** stellen die Selbsthilfegruppen, -vereine, -verbände und -initiativen aus den Bereichen Gesundheit, Behinderung, Soziales und Sucht ihre Arbeit vor. Ein kleines Kulturprogramm umrahmt die Veranstaltung. Besucher und Besucherinnen sind herzlich eingeladen, sich über die vielfältigen Themen der Selbsthilfe zu informieren. Weitere Infos:

**Kontakt- Informations- und Beratungsstelle  
im Selbsthilfebereich, KIBIS in Hannover**

Gartenstraße 18  
30161 Hannover (Oststadt)  
Tel.: (05 11) 66 65 67  
Internet: [www.kibis-hannover.de](http://www.kibis-hannover.de)  
Email: [info@kibis-hannover.de](mailto:info@kibis-hannover.de)

Anfragen nach Selbsthilfegruppen können nicht per E-mail beantwortet werden.

**- Telefonische Sprechzeiten:**

Montag 9.00 - 12.00 Uhr und 13.00 - 16.00 Uhr  
Dienstag 9.00 - 12.00 Uhr und 13.00 - 16.00 Uhr  
Mittwoch 16.00 - 19.00 Uhr  
Donnerstag 9.00 - 12.00 Uhr und 13.00 - 16.00 Uhr

### **3. Niedersächsischer Aktionstag für seelische Gesundheit am 07. und 08. Oktober 2010 in Wolfsburg**

**- Programm:** Für alle interessierten Bürger der Stadt Wolfsburg und auswärtigen Besucher wird ein abwechslungsreiches und vielfältiges Programm rund um das Thema seelische Gesundheit zusammengestellt.

Die Auftaktveranstaltung am Donnerstag, den 07.10.2010 und die Fachtagung am Freitag, den 08.10.2010 werden unter dem Titel „**Irre gut aufwachsen**“ stattfinden. Es werden interessante Vorträge und Workshops angeboten zum Thema seelische Gesundheit von Eltern und Kindern im Spannungsfeld von Familie und Berufswelt.

**- Veranstalter:** Der Aktionstag für seelische Gesundheit 2010 wird veranstaltet vom Sozialpsychiatrischen Verbund der Stadt Wolfsburg gemeinsam mit weiteren Unterstützern, darunter die Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V., der Landesfachbeirat Psychiatrie Niedersachsen, der BKK-Landesverband Niedersachsen-Bremen.

**- Auskunft:** Nähere Informationen über das Programm und die Möglichkeiten einer Beteiligung erhalten Sie über folgende Adressen:

**- Sozialpsychiatrischer Verbund Wolfsburg**

Frau Anke Scholz und Frau Silvia Riegler (Psychiatriekoordination) Sozialpsychiatrischer Dienst  
Rosenweg 1a, 38446 Wolfsburg, E-mail: [sozialpsychiatrischerdienst@stadt.wolfsburg.de](mailto:sozialpsychiatrischerdienst@stadt.wolfsburg.de)

**- Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.**

Frau Sabine Hillmann (Fachreferentin)  
Fenskeweg 2, 30165 Hannover  
E-mail: [info@gesundheit-nds.de](mailto:info@gesundheit-nds.de)

**- Landesfachbeirat Psychiatrie Niedersachsen**

Herr Dr. Hermann Elgeti (Geschäftsführer)  
Sozialpsychiatrische Poliklinik der Medizinischen Hochschule Hannover  
Podbielskistraße 158, 30177 Hannover, E-mail: [elgeti.hermann@mh-hannover.de](mailto:elgeti.hermann@mh-hannover.de)

## - 5 Verlagsadressen:

- **Peter Lehmann Antipsychiatrieverlag & Versandbuchhandel**

Internet: [www.antipsychiatrieverlag.de](http://www.antipsychiatrieverlag.de)

- **Psychiatrie-Verlag, Bonn**

Internet: [www.psychiatrie.de/verlag](http://www.psychiatrie.de/verlag)

- **Balance buch + medien verlag, Bonn**

Internet: <http://www.balance-verlag.de/aktuelles>

- **Paranus Verlag der Brücke Neumünster gGmbH**

Internet: <http://www.paranus.de>

- **ZENIT Verlag**

Internet: [www.zenit-verlag.de](http://www.zenit-verlag.de)

## Weitere Kurzmitteilungen

Die 28-seitige **Zeitung für Psychiatrie-Erfahrene in NRW „Lautsprecher“ Nr. 26 / November 2009** ist psychiatriekritisch und unabhängig von der Psychopharmaka-Industrie und ist downloadbar unter: <http://www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de/lautsprecher/lautsprecher200911.pdf>

Der „Lautsprecher“ **Nr. 25 Ausgabe August 2009** ist downloadbar unter: <http://www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de/lautsprecher/lautsprecher200908.pdf>

**Misshandlung in Grazer Psychiatrie und die Folgen.** Vier Jahre Hölle in Graz: Schilderung eines widerlichen Verbrechens: <http://www.mkschubert.de/austria/>

**Arm unter Reichen.** Nach einem kürzlich erschienenen Sozialbericht für die Stadt Frankfurt am Main sind die Gegensätze dort besonders drastisch. Von Gitta Düperthal. Aus: junge welt vom 29.12.2009: <http://www.jungewelt.de/2009/12-29/065.php>

**Klamme Kommunen.** Durch aktuelle Finanzkrise droht Städten und Gemeinden der Kollaps. Deutsches Institut für Urbanistik warnt vor sozialer Spaltung der Gesellschaft. Von Christian Linde aus junge welt vom 29.12.2009: <http://www.jungewelt.de/2009/12-29/034.php>

**" Wir wussten nicht, dass es unmöglich ist ,  
deshalb  
haben wir es geschafft " ( Jean Cocteau )**

## Termine 2010

**Termine** der **LPEN e.V., allgemeine Termine** und **Termine des BPE** sind zu finden unter: <http://www.lpen-online.de/index.php?>

[option=com\\_content&view=article&id=28&Itemid=89](http://www.psychiatrie.de/termine/)

Eine **umfangreiche Terminübersicht** finden Sie im Psychiatrie-Netz unter: <http://www.psychiatrie.de/termine/>

Am **Donnerstag, den 14. Januar 2010 findet in Bremen** in der Zeit von **17:30 - 19:00 Uhr**, in der **Sozialpsychiatrischen Beratungsstelle Mitte, Horner Str. 60 - 70** das nächste **Dialog-Seminar** (früher Psychoseseminar) statt. Thema: **Soteria - Eine andere Psychosebehandlung**. Es findet eine offene Diskussionsrunde und ein gemeinsamer Erfahrungsaustausch statt. Wir, Psychoseerfahrene, Angehörige, MitarbeiterInnen psychiatrischer Institutionen und Interessierte treffen uns jeden 2. Donnerstag im Monat zum gemeinsamen Austausch. Einander zuhören - miteinander sprechen - voneinander lernen ! Kontakt: Tel. 04 21 / 7 03 33 10.

Das **nächste Treffen des Bundesnetzwerkes unabhängiger Beschwerdestellen Psychiatrie** findet am **Montag, den 18. Januar 2010 in Hannover** in der Zeit von **10.00 bis 16.00 Uhr** im Haus der Region, Hildesheimer Str. 20, 30169 Hannover in **Raum 61** statt. Anmeldungen bis zum **Freitag, den 15. Januar 2010** bei: [Lothar.Schlieckau@region-hannover.de](mailto:Lothar.Schlieckau@region-hannover.de) oder an den Psychiatrie-Koordinator Hannover, Herrn Lothar Schlieckau, Tel.: 05 11 / 6 16 - 4 47 63

Das **Symposium zur "Arzneimittelqualität 2010"** findet am **Do., den 21. und Fr., den 22. Januar 2010 in Bremen** statt. Anlässlich des 25-jährigen Bestehens des Instituts für Klinische Pharmakologie des Klinikums Bremen-Mitte findet am 21. und 22. Januar 2010 unter Leitung des Vorstandsmitgliedes der Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft (AkdÄ), Prof. Dr. Bernd Mühlbauer, ein wissenschaftliches Symposium zum Thema Arzneimittelqualität 2010 in Bremen statt, auf das wir Sie aufmerksam machen möchten.

Zu den Themenschwerpunkten Arzneimitteltherapiesicherheit, Klinische Forschung und Arzneimittelbewertung werden Vorträge unter Beteiligung zahlreicher AkdÄ-Mitglieder gehalten, nachfolgend eine Auswahl:

- Prof. Dr. Dieter Hart  
Rechtliche Aspekte der Arzneimittel- und Arzneimitteltherapiesicherheit
- Prof. Dr. Bruno Müller-Oerlinghausen, Dr. Farid Aly  
Arzneimittel- und Arzneimitteltherapiesicherheit – Der Aktionsplan AMTS
- Prof. Dr. Petra Thürmann  
Arzneimittelsicherheit – die Bedeutung von Gender-Aspekten

**Termin:** Donnerstag 21. Januar (ab 14:30h) / Freitag 22. Januar (bis 15:45)

**Ort:** Großer Saal, Haus Schütting (Handelskammer Bremen), Am Markt 13, 28195 Bremen

Die Teilnahme ist kostenlos ! Anmeldungen bitte **bis 15. Januar 2010** an:

**Klinikum Bremen-Mitte gGmbH**

**Institut für Klinische Pharmakologie**

**St.-Jürgen-Straße 1 · 28177 Bremen**

**Fon (0421) 497-5352**

**Fax (0421) 497-3326**

**E-mail:** [sekretariat@pharmakologie-bremen.de](mailto:sekretariat@pharmakologie-bremen.de)

Das komplette Programm inklusive Anmeldemodalitäten finden Sie [hier](http://www.pharmakologie-bremen.de/index.php/news/80/65/Symposium-Arzneimittelqualitaet-2010-21-22-Januar). Die Teilnahme ist kostenlos. <http://www.pharmakologie-bremen.de/index.php/news/80/65/Symposium-Arzneimittelqualitaet-2010-21-22-Januar>

Am **Donnerstag, der 21. Januar 2010** findet in **Oldenburg** das **Psychose-Seminar im PFL** (städt. Veranstaltungszentrum), Peterstr. 23 um 18:00 Uhr statt.

Am **Mittwoch, der 27. Januar 2010** findet um **15:00 Uhr in Oldenburg** ein weiteres Treffen der **AG Psychiatrische Beschwerdestelle** im Gesundheitsamt Oldenburg, Rummelsweg, statt. Mit dem Bus vom Hbf Oldenburg mit den Linien 9 oder 6, 10 erreichbar.

Am **Dienstag, der 02. Februar 2010** findet in **Delmenhorst** die nächste **Sprechzeit der Beratungsstelle zum Persönlichen Budget** von 16:00 bis 18:00 Uhr im **Gesundheitstreff Schaar Haus, Bremer Str. 14** in Delmenhorst statt. Das Beratungs-Team besteht jeweils aus einer MitarbeiterIn der Organisationen Norle, AWO, Tagesstätte Delta und Lebenshilfe und einem Mitglied des Behindertenbeirates.

Am **Montag, den 08. Februar 2010** findet die **AG Recht / Gremienarbeit / Vertrauensleute** der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN) in der Zeit von 14:00 bis 16:30 Uhr in den Räumen des VPE Hannover, Rückertstraße 17 in Hannover statt.

Am **Mittwoch, den 10. Februar 2010** findet in **Delmenhorst** die nächste öffentliche Sitzung des Behindertenbeirats (BBR) um 15:00 Uhr im Rathaus statt.

Das **1. SprecherInnenkreistreffen der LPEN e.V.** findet am **Samstag, den 13. Februar 2010** in **Lüneburg** in der Psychosozialen Kontaktstelle „**Stövchen**“, Heiligengeiststraße 31 statt. Eintreffen ist ab 11:00 Uhr möglich. Beginn ist um 12:00 Uhr.

Am **Mittwoch, den 24. Februar 2010** findet in **Oldenburg** von 19:00 bis 20:30 Uhr im PFL, Peterstraße 3 der Vortrag des Vereins VPG in Oldenburg zum Thema: **“Psychische Erkrankung und Elternschaft”** statt. Weitere Infos unter Tel. 04 41 / 77 68 00.

Am **Donnerstag, der 25. Februar 2010** findet in **Oldenburg** das **Psychose-Seminar im PFL** (städt. Veranstaltungszentrum), Peterstr. 23 um 18:00 Uhr statt.

Am **Montag, den 08. März 2010** findet die **AG Recht / Gremienarbeit / Vertrauensleute** der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN) in der Zeit von 14:00 bis 16:30 Uhr in den Räumen des VPE Hannover, Rückertstraße 17 in Hannover statt.

Am **Mittwoch, den 10. März 2010** findet in **Oldenburg** von 19:00 bis 20:30 Uhr im PFL, Peterstraße 3 der Vortrag des Vereins VPG in Oldenburg zum Thema: **“Gesundheitliche und psychische Verfassung der Obdachlosen und die Hilfsmöglichkeiten”** statt. Weitere Infos unter Tel. 04 41 / 77 68 00.

Am **Samstag, den 27. März 2010** findet in **Bochum** der **21. Selbsthilfetag** des **Landesverbandes Psychiatrie-Erfahrener NRW e.V.** zum Thema: **“Das legalisierte Unrecht - und unser Widerstand”** statt. Beginn um 11:00 Uhr. **Infos** später unter **“Termine”**: [www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de](http://www.psychiatrie-erfahrene-nrw.de) oder Tel. 02 34 / 6 40 51 02.

Die **Mitgliederversammlung 2010 der LPEN e.V.** findet voraussichtlich Anfang bis Mitte April 2010 an einem Samstag im **Kulturtreff Haintreff, Voltmerstraße 40 in Hannover** in der Zeit von 12:00 bis 18:00 Uhr statt. *Weitere Infos bei:* Christian Harig, Tel. 0511 / 1 31 88 52.

Am **Montag, den 12. April 2010** findet die **AG Recht / Gremienarbeit / Vertrauensleute** der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN) in der Zeit von 14:00 bis 16:30 Uhr in den Räumen des VPE Hannover, Rückertstraße 17 in Hannover statt.

Am **Donnerstag, der 29. April 2010** findet in **Oldenburg** das **Psychose-**

**Seminar im PFL** (städt. Veranstaltungszentrum), Peterstr. 23 um 18:00 Uhr statt.

**24. Hannoverscher Selbsthilfetag.** Am **Samstag, 08. Mai 2010**, findet der **24. Hannoverscher Selbsthilfetag rund um den Kröpcke** statt. In der Zeit von 10:00 - 16:00 Uhr stellen die Selbsthilfegruppen, -vereine, -verbände und -initiativen aus den Bereichen Gesundheit, Behinderung, Soziales und Sucht ihre Arbeit vor. Ein kleines Kulturprogramm umrahmt die Veranstaltung. Besucher und Besucherinnen sind herzlich eingeladen, sich über die vielfältigen Themen der Selbsthilfe zu informieren ! Weitere Infos bei: **KIBIS in Hannover**, Gartenstraße 18, 30161 Hannover (Oststadt), Tel.: (05 11) 66 65 67, Internet: [www.kibis-hannover.de](http://www.kibis-hannover.de) E-mail: [info@kibis-hannover.de](mailto:info@kibis-hannover.de)

Am **Montag, den 10. Mai 2010** findet die **AG Recht / Gremienarbeit / Vertrauensleute** der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN) in der Zeit von 14:00 bis 16:30 Uhr in den Räumen des VPE Hannover, Rückertstraße 17 in Hannover statt.

Am **Samstag, der 22. Mai 2010** wird voraussichtlich in **Hannover** die **Jubiläumsfeier 15 Jahre LPEN e.V.** (Gründungstag war der 20. Mai 1995) im Haus der Jugend oder im Kulturtreff Hainholz, Hannover, stattfinden. Nähere Infos folgen !

Am **Donnerstag, der 27. Mai 2010** findet in **Oldenburg** das **Psychose-Seminar im PFL** (städt. Veranstaltungszentrum), Peterstr. 23 um 18:00 Uhr statt.

Am **Montag, den 14. Juni 2010** findet die **AG Recht / Gremienarbeit / Vertrauensleute** der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN) in der Zeit von 14:00 bis 16:30 Uhr in den Räumen des VPE Hannover, Rückertstraße 17 in Hannover statt.

Der **5. Selbsthilfetag 2010** der **Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN)** findet **voraussichtlich** am **Samstag, den 19. bzw. Samstag, den 26. Juni 2010** im **Evangelischen Gemeindezentrum Stadtmitte, Lutherstraße 4 in Delmenhorst** statt. Nähere Infos folgen !

Das **2. SprecherInnenkreistreffen** der **Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN)** findet am **Samstag, den 25. September 2010** in **Hildesheim** statt. Eintreffen ist ab 11:00 Uhr möglich. Beginn ist um 12:00 Uhr. Nähere Infos folgen !

**Die Jahrestagung 2010** des Bundesverbandes Psychiatrie-Erfahrener, BPE findet vom 08.-10. Oktober 2010 in Kassel statt.

Das **3. SprecherInnenkreistreffen** der **Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e.V., (LPEN)** findet in **Oldenburg** am **Samstag, den 11. Dezember 2010** in der **Beratungs- und Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen, BeKoS, Lindenstraße 12 a** statt. Eintreffen ist ab 11:00 Uhr möglich. Beginn ist um 12:00 Uhr. Nähere Infos folgen !

**Weitere Termine** des **Bundesverbandes-Psychiatrie-Erfahrener e.V., BPE** finden Sie unter: [www.bpe-online.de](http://www.bpe-online.de) und da unter: **"Termine"**.

**Wir danken allen, die bei der Erstellung dieses "Newsletters" mitwirken !!!**

**„Ein Mensch ist manchmal wie verwandelt, sobald man menschlich ihn behandelt.“**

**Eugen Roth**