



# *Reden ist Silber - Schweigen macht krank*

## *Psychoseseminar 2024*

Das Psychoseseminar ist ein Forum von PsychiatrieErfahrenen, ihren Angehörigen, beruflich in der Psychiatrie Tätigen und anderen Interessierten. Die Gespräche sollen helfen, gegenseitige Vorurteile abzubauen und eine dialogische Behandlungskultur zu entwickeln. Damit wirken sie Voreingenommenheiten entgegen und tragen zum besseren Verständnis psychischer Krankheiten in der Öffentlichkeit und den Medien bei.

**20.03.2024**

17.<sup>30</sup> – 19.<sup>00</sup> Uhr

### **Hilfe, die Angst kommt**

Gespräch über die Entstehung und den Umgang mit Ängsten  
Eingeladen ist: Dr. Michael Mattes, Sozialpsychiatrischer Dienst Dortmund

**17.04.2024**

17.<sup>30</sup> – 19.<sup>00</sup> Uhr

### **Psychische Erkrankung und Alter**

Erfahrungen aus dem Pflegezentrum „Haus am Apfelbach“  
Frau Hüther, Einrichtungsleitung, berichtet..

**15.05.2024**

17.<sup>30</sup> – 19.<sup>00</sup> Uhr

### **Es wird brenzlig – Konflikte im Alltag**

Erkennen – begegnen – bewältigen  
Zu Gast: Jonas Merten, Deeskalationstrainer

**18.09.2024**

17.<sup>30</sup> – 19.<sup>00</sup> Uhr

### **Durch Höhen und Tiefen**

Gespräch über die Kraftquellen in meinem Leben  
offener Austausch

**16.10.2024**

17.<sup>30</sup> – 19.<sup>00</sup> Uhr

### **Stress lass nach**

Information über Entspannungsmöglichkeiten im Alltag  
Eingeladen ist: Karina Schnittberg

**20.11.2024**

17.<sup>30</sup> – 19.<sup>00</sup> Uhr

### **EX-IN - Genesungsbegleitung**

Was wurde erreicht und wo stehen wir jetzt?  
Im Gespräch mit Matthias Pauge und N.N. Genesungsbegleiter, LWL-Klinik Dortmund

**18.12.2024**

17.<sup>30</sup> – 19.<sup>00</sup> Uhr

### **Weihnachtsfeier**

gemeinsamer Jahresausklang

### **Achtung: Neuer Veranstaltungsort:**

Das Psychoseseminar findet statt in der **Sternstraße 23**, 44137 Dortmund. Ansprechpartner der GSG: Sigrid Meyer, Am Lohbach 120, 44269 Dortmund, Tel.:0231/ 948338 36 oder Anke Thimm Tel.: 0231/4503-3298