

Psychoseseminar Gronau - Gespräche am runden Tisch

In Verbindung mit dem beeindruckenden Vortrag von Frau Dorothea Buck über die Innenansichten einer Psychose waren wir von *Aktiv 90* im November 1997 Mitinitiatoren des runden Tisches in Gronau.

Als Psychoseerfahrene haben wir die Möglichkeit, unsere Empfindungen, Erlebnisse und Eindrücke zu schildern, tauschen Erfahrungen mit Angehörigen und beruflichen Helfern ohne gegenseitige Schuldzuweisung aus. Der offene Umgang ohne falsche Scham und Tabus hilft bei der Aufarbeitung psychotischen Erlebens und vermittelt Einsichten bei der Gesundung.

Das Psychose-Seminar findet jeden 1. und 3. Donnerstag (außerhalb der Schulferien) von 18.00 - 20.00 Uhr im Michael-Keller-Haus, Laubstiege 15 in Gronau statt.

Internet

Auf der Internetseite www.aktiv-90.de betreiben wir einen redaktionellen Webkatalog zur Psychiatrie und Selbsthilfe mit zahlreichen Links zu Erfahrungsberichten Betroffener, Foren, Organisationen (Selbsthilfeverbänden und Selbsthilfegruppen) im psychischen Bereich und zu Seiten von professionell Tätigen.

Außerdem finden sich dort Hinweise zum Gronauer Psychose-Seminar und Selbsthilfwerkzeuge wie zum Beispiel eine Behandlungsvereinbarung.

Finanzierung

Wir werden unterstützt vom Kreis Borken, erhalten Selbsthilfe-Förderung von den gesetzlichen Krankenkassen und beteiligen uns durch Beiträge und Eigenanteile an den Kosten unserer Aktivitäten.

Spenden

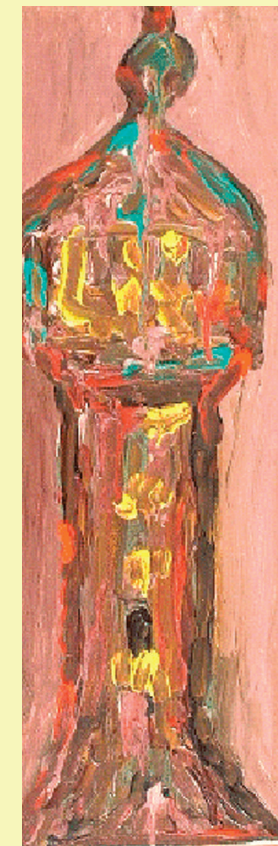
Wir freuen uns, wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten. Spenden an uns können Sie in Ihrer Steuererklärung geltend machen. Als Nachweis reicht dem Finanzamt bei Spenden bis 100 Euro der entsprechende Kontoauszug (ggf. Kopie), aus dem *Aktiv 90* als Empfänger zu ersehen ist. Über Spenden, die höher als 100 Euro sind, erhalten Sie nach Zahlungseingang von uns eine Spendenquittung nach amtlichem Vordruck. Spenden überweisen Sie bitte unter Angabe Ihrer vollständigen Adresse auf das Konto:

Aktiv 90 Kontonummer: 114 640 701
Volksbank Gronau Ahaus
(BLZ 401 640 24)

Aktiv 90 e.v.

Psychosoziales Zentrum
Gronau (PZG)

Eschweg 8
48599 Gronau
Tel. (02565) 5724
Mobil: 0177 3665462
E-Mail: info@aktiv-90.de



Der Gronauer Wasserturm, Heinz Lücke Tieke

Aktiv 90 e.v.

Selbsthilfegruppe
Psychiatrieerfahrener
aus Gronau

www.aktiv-90.de

Aktiv 90 ist eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit verschiedensten psychischen Diagnosen und Erkrankungen. Die meisten von uns sind alte Psychiatrieerfahrene und auch Psychoseerfahrene.

Gegründet wurde *Aktiv 90* im Jahr 1990. Seitdem haben viele Betroffene die Aktivitäten und Angebote mitgestaltet und genutzt.

Selbstverständnis und Ziele

Wir sind Betroffene von psychischen Erkrankungen und haben die Notwendigkeit erkannt, uns mit anderen über unsere Erfahrungen auszutauschen, statt uns zu isolieren. Deshalb verbringen wir einen Teil der Freizeit gemeinsam mit anderen aus unserer Gruppe. Wenn wir uns treffen, kommt es häufig vor, dass nicht die Veranstaltung an sich, sondern in erster Linie die Belange des Einzelnen im Vordergrund stehen. Jeder, der zu uns gehört, bestimmt selbst, wie er sich einbringt und Verantwortung übernimmt.

Ziele sind der Erfahrungs- und Informationsaustausch, Besprechung von Problemen, gegenseitige Hilfe und Unterstützung, Wiedererlangen von Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen, Schutz vor Wiedererkrankung, Schutz vor Vereinsamung durch neue soziale

Kontakte, Gemeinsamkeit durch Unternehmungen, Aufklärung und Information über die schulmedizinischen und alternativen Therapie- und Heilmethoden bei psychischen Erkrankungen, Vorbeugung gegen Rückfälle durch Erkennen von Frühwarnzeichen, Krisenhilfe, Information über Patientenrechte sowie die Kooperation im Sinne des Dialoges zwischen professionell Tätigen, Angehörigen und Betroffenen. Zur Erreichung dieser Ziele nehmen wir oder einzelne Mitglieder unserer Gruppe an Selbsthilfetagen, geeigneten Tagungen und Fortbildungen teil.

Planung

Wir treffen uns einmal im Monat zum ORGA-Treff und planen dort unsere Aktivitäten.

Was wir miteinander unternehmen wollen, hängt ganz von unserer Eigeninitiative ab. Dabei kann jeder Ideen äußern und Verbesserungen vorschlagen.

Wo finde ich *Aktiv 90*?

Wir treffen uns im Cafe Vincent, der Kontakt- und Beratungsstelle im PZG Eschweg 8 in Gronau

Wie nehme ich Kontakt zu *Aktiv 90* auf und wie werde ich Mitglied?

Jeder, der uns kennenlernen und Mitglied werden möchte, kommt am besten zu unseren regelmäßigen Treffen oder erreicht uns telefonisch oder auch über E-Mail.

Unsere Treffen im PZG

Skido-Abend

Informations- u. Erfahrungsaustausch und Spieleabend
(Doppelkopf und Skip-Bo,...)
dienstags 18:30 - ca. 21:30 Uhr

ORGA-Treff

jeden 3. Dienstag im Monat von
18:30 - 19:00 Uhr
zu Beginn des Treffens

Sonstige Veranstaltungen

Wir laden ein zu Vortragsveranstaltungen, machen Fahrradtouren, besuchen gemeinsam Kulturveranstaltungen und gingen sogar schon mal auf Reisen.

Info- und Beratungsraum

Im PZG hat uns die InSel gGmbH einen Raum zur Verfügung gestellt. Diesen können unsere Mitglieder und Besucher des Cafe Vincent zu Gesprächen, zur Information rund um das Thema Psyche, seelische Gesundheit und Selbsthilfe nutzen. Zur Ausstattung gehören ein internetfähiger PC, einige Broschüren sowie Fachbücher.



Aktiv 90 e.v.