



Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.

Juli 2024



Liebe Mitglieder, Freunde und Interessierte!

Die im Newsletter geäußerten Ansichten und Meinungen sind allein jene der Verfasser und spiegeln nicht unbedingt den Standpunkt des Lvpeh e.V. wider.

Die Jahresbroschüre 2023 kann als [PDF \(35MB\) heruntergeladen](#) werden.
Es gibt eine Version (Qualitätsverlust der Bilder und Grafiken) mit [4MB zum herunterladen](#).

Beachtet bitte die Datei im Anhang zur Veranstaltung am 19. September in Wetzlar.

Lebe die Liebe, sei aufrichtig, auch zu dir selbst.

Schätze und anerkenne was du tust, denn du tust die Dinge mit Liebe. Respektiere die Allgegenwärtigkeit, denn auch du wirst von allem respektiert. Sehe dich als Ganzes, nicht als ein Teil, denn du bist universell. Stehe zu deinen Schwächen, denn die sind es die dich stark machen. Gib auch den kleinen Erfolgen viel Lob und Anerkennung, nicht immer nur das Große zählt. Messe dich ruhig mit Anderen, das motiviert dich und ist gut für dein Ego, aber Vorsicht, bleibe achtsam dabei. Regeneriere, wenn du scheiterst, es wird wieder gut werden. So bleibt alles in Allem in seinem Gleichgewicht. Betrachte die Liebe und fühle dich dabei geliebt. Beobachte diejenigen, die du vermagst. Du wirst sehen, du kannst von ihnen lernen. Breche keine Naturgesetze, denn die Lektionen halten dich auf und hindern dich daran an dein Inneres zu kommen. Spüre die Kraft, die du hast, denn du bist stark. Breche neue Wege auf, denn dafür bist du geboren. Sei Vorbild und Lehrling zugleich. Versuche dich selbst zu verkörpern und fließe ein in die Natur. Belüge dich nicht selbst, denn du hast rein gar nix davon. Freue dich auf dein Leben, denn es ist deins, niemand kann deinen Weg gehen, du schon. Tanke viel Energie und wandle sie um in Positives. Die Liebe ist auch in dir, du spürst sie und sie fühlt sich gut an. Morgen wird sie immer noch dein Antlitz zum Strahlen bringen, wenn du es willst. Du bist Liebe! Also lebe die Liebe in ihren vollen Zügen!

I fall in the dark. As I'm filled with the energy. Rising in me, I am watching from above. My body as I dream (above my body as I dream). I cannot recall the clear space in my mind. I've filled it with fire and the lies I had once believed (all the lies reveal themselves to me). I remember when I saw you from across the room. The music elevated me as I made my way to you. The music elevated me as I made my way to you. Everything I have done led me to this time, would more in a circle to prove it. Eternal return. Will the ghosts I leave behind help me to find you again? Where have we gone? Will I wake into a better place? Take me to my home. Eternal return. Will the ghosts I leave behind help me to find you again? Where have we gone? Will I wake into a better place? Take me to my home. Eternal return.

I'm really angry. I smile to myself and dream the fake. Now I loose my weight, I'm heavy enough, my problems are too heavy. Remind the wake-up-call I've been through. Memories passing me by. The mess is all I get. Now it's my turn, my way, my beginning from the best! All I do is learning by doing! I can swim, so let me swim. I believe in the good, the positive. You Van see, I'm not the person who I was before. I'm finished with the mess in my life. It's a new beginning, the start.

Gruß von Teena

Information über das Budget für Arbeit, [eine Alternative zur Arbeit in einer Werkstatt für behinderte Menschen](#)

Neue Online Selbsthilfegruppe „Aufbruch“

Es entsteht eine neue Selbsthilfegruppe namens „Aufbruch“, die sich an Betroffene mit Psychiatrieerfahrung richtet. Diese umfasst beispielsweise Erfahrungen mit Psychosen, Depressionen, Zwangsstörungen und Ängsten. Die Selbsthilfegruppe „Aufbruch“ möchte Betroffenen einen Rahmen bieten, um über ihre Erfahrungen zu sprechen und sich gegenseitig Mut zu machen. Durch den Austausch in der Gruppe können Betroffene nicht nur ihre eigenen Erfahrungen teilen, sondern auch von den Erlebnissen und dem Wissen anderer profitieren. Die gegenseitige Unterstützung hilft dabei, Wege zur Bewältigung der eigenen Situation zu finden und neue Perspektiven zu gewinnen. Die Treffen der Selbsthilfegruppe finden regelmäßig online per Videokonferenz statt, um eine flexible Teilnahme zu ermöglichen. Auch Betroffene außerhalb von Baden-Württemberg sind willkommen.

Interessierte können sich unter der folgenden E-Mailadresse melden:

avalon2020@t-online.de

Liebe Grüße und danke

Raphael

Selbsthilfegruppe Männer mit Depression

Pfarrer-Schwahn-Straße 16

63179 Obertshausen

06104 / 789927

0178 850 35 44

info@shg-maenner-depression.de

Neue Adresse Aufbruch Marburg

Aufbruch Marburg, Postfach 200532 , 35017 Marburg,

Tel.: 0174 / 7 66 56 44

AufbruchMR@gmx.de

Treffen jeden Donnerstag ab 18:00 Uhr in der Schwanallee 30
35037 Marburg (erster Stock mit Aufzug).

Digitale Selbsthilfegruppen in Deutschland

Im Rahmen eines vom Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) geförderten Projekts wurden bundesweit arbeitende [digitale Selbsthilfegruppen](#) erfasst. Ein Angebot von

Selbsthilfe Veranstaltungen

Ihr könnt Veranstaltungen im Bereich Selbsthilfe

über den [AOK Newsletter InKONTAKT](#) bekannter machen.

Der [Bayerische Landesverband für Psychiatrie-Erfahrene e.V.](#) hat uns seine Einladungen für zwei Workshops in der Nähe von Hessen zukommen lassen. Die Workshops hören sich interessant an und wir haben die entsprechenden Flyer verlinkt. [Am 24. und 25.07.2024 findet ein zweitägiger Workshop zum Thema „Resilienz. Psychische Abwehrkräfte stärken“ in Lohr am Main statt.](#) Über das [Thema „Reformiertes Betreuungsrecht“ geht es am 2.09.2024 in Bad Kissingen.](#) Diesen Workshop gibt es auch Online per Zoom oder Telefon am 25.09.2024.

Das offene Ohr des Lvpeh e.V.

- Toni: Sonntag 13.00 bis 17 Uhr
- Sonja: Dienstag 16.00 bis 18.00 Uhr und Donnerstag 16.00 bis 18.00 Uhr

Angebot Beratung Persönliches Budget

0176 859 22 920

Interessante Links

- [Lvpeh e.V. Jahresbroschüre 2023](#)
- [Notstand im psychosozialen Hilfesystem - Brandbrief von Therapeuten: "Das gesamte System könnte kollabieren"](#)
- [Kreativität und Psychose 19. September 2024 in Wetzlar](#)
- [Workshop Reformiertes Betreuungsrecht des BayPE e.V.](#)
- [Workshop Resilienz des BayPE e.V.](#)
- [LWV Hessen - Das persönliche Budget](#)
- [Frankfurter Psychiatriewoche 2024](#)

Links

- [Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.](#)
- [Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.](#)
- [Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen](#)
- [Landesverband Hessen der Angehörigen psychisch Kranker e.V.](#)

- [Liste der EUTB Beratungsstellen in Hessen](#)
- [Liste der unabhängigen Beschwerdestellen in Hessen](#)
- [Das offene Ohr des Lvpeh e.V.](#)

Mitglied werden/mitmachen

- [Bundesverband Psychiatrie-Erfahrener e.V.](#)
- [Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.](#)



Hessentreffen am 13. Juli 2024 in Frankfurt



Hessentreffen am 13. Juli 2024 in Frankfurt

Vorstandsmitglied Regina Kucharski und Dr. Susanne Konrad.
Ein ausführlicher Bericht erscheint im Newsletter August 2024.

Tipps für eine heilsame Kreativität

- Austausch
- Klärung
- Schöpferischer Drang
- eigene Indikationen aufstellen
- Mut zu Fehlern
- wenn es mir besser geht
- in einem realistischen Rahmen

[Abmelden](#)



© 2024 Landesverband Psychiatrie-Erfahrene Hessen e.V.

Lvpeh e.V. • Rodergasse 7 • 65510 Idstein

info@lvpeh.de • www.lvpeh.de

06126 95 770 80

Vorstand: Karla Keiner, Regina Kucharski, Sonja Lietzau, Niels Brand und Frank
Garland

Amtsgericht Wiesbaden, VR 3316