

So kommen wir zusammen:

Das sind wir



Sozialpsychiatrisches Zentrum Wuppertal

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Sie erreichen uns mittwochs bis freitags:

- per Telefon
- per E-Mail
- per WhatsApp
- über die Mitarbeiter der SPZs

Nora Weihsenbilder
Telefon: 0151 10587422
Mail: nora.weihsenbilder@bergische-diakonie.de

Sandra Borghardt
Telefon: 0151 65744186
Mail: sandra.borghardt@bergische-diakonie.de

Nina Schreiner
Telefon: 0151 21832564
Mail: nina.schreiner@bergische-diakonie.de

Wir vereinbaren zusammen einen Termin und
besprechen die Details.

SPZ Elberfeld
Hofaue 49
42103 Wuppertal
0202 249985-0

SPZ Barmen
Parlamentstraße 20
42275 Wuppertal
0202 500382 oder 0202 515652

Stand 10/2021

Wir sind neugierig und freuen uns auf Sie.



Nina Schreiner
Ex-In-Genesungs-
begleiterin/
Expertin aus
Erfahrung



Nora Weihsenbilder
Projektleitung



Sandra Borghardt
Projektleitung



Das Sozialpsychiatrische Zentrum Wuppertal ist
eine Gesellschaft im Unternehmensverbund

Bergische Diakonie



„Alle(s) nur normal“

Wir brauchen Verstärkung!

Haben Sie Erfahrung mit
psychischen Krisen?

Sind Sie Angehörige(r)
eines Menschen mit
Psychiatrie-Erfahrung?



Unser Projekt?

Ihr Projekt!

Mein Projekt!

Was wollen wir machen?

Sie sind die Experten aus Erfahrung. Ihre Erfahrungen und Ihr Wissen sind wichtig.

Gemeinsam mit Ihnen möchten wir Betriebe und Bildungseinrichtungen über psychische Erkrankungen informieren und aufklären. Mit welchem Konzept (Plan) wir das machen, erarbeiten wir gemeinsam in der Gruppe. Später möchten wir dieses Konzept gemeinsam mit Ihnen umsetzen.

Zusammen bilden wir das Team von „Alle(s) nur normal.“

Warum machen wir das?

Psychische Erkrankungen nehmen zu, sind aber nach wie vor ein Thema über das nicht gerne gesprochen wird. Es gibt dazu viele Vorurteile. Wenn Menschen selbst psychische Probleme bekommen wissen sie oft nicht was sie tun können. Wen kann ich ansprechen? Wohin kann ich mich wenden? Wer weiß, wie es mir geht?

Sie haben Erfahrungswissen, von dem andere Menschen profitieren können. Sie werden vom Ratsuchenden zum Berater!

„Alles(s) nur normal“ ist möglich durch die Förderung von:

**Aktion
MENSCH**



Wie wollen wir zusammen arbeiten?

Wir arbeiten im Team und sprechen uns regelmäßig ab.

In kleineren Gruppen beschäftigen wir uns mit verschiedenen Themen und Ideen. Sie wählen aus was Sie interessiert.

Wenn wir neue Ideen brauchen oder nicht weiterkommen holen wir uns gemeinsam Rat von anderen.

Wenn wir fertig sind probieren wir unsere Ideen in Schulen und Betrieben aus.



Was haben Sie davon?

- **Sie** sind in Gemeinschaft tätig und knüpfen neue Kontakte.
- **Sie** bearbeiten die für Sie interessanten Themen.
- **Sie** können ihre Stärken und Vorkenntnisse einbringen.
- **Sie** können Neues kennenlernen und erweitern dadurch ihre Kenntnisse.
- **Sie** können an Fortbildungen teilnehmen und erhalten Zertifikate.
- **Sie** lernen ihr Erfahrungswissen mit anderen zu teilen.
- **Sie** helfen anderen beim Umgang mit der eigenen psychischen Erkrankung.
- **Sie** helfen dabei Informationen weiterzugeben und Vorurteile abzubauen.
- **Sie** bewirken Veränderungen.

„Mir sind aufgrund meiner psychischen Erkrankung oft Vorurteile begegnet und ich fühlte mich ausgegrenzt und hilflos.“

Bei „Alle(s) nur normal“ kann ich mit meinen Erfahrungen und Fähigkeiten dazu beitragen, dass andere Menschen, aber auch ich, hilfreiche Erfahrungen machen und an der Gesellschaft teilhaben. Das ist mir wichtig.“

(Nina Schreiner)