

## Aktivitäten Weiden



### Handarbeitsnachmittag

Handarbeiten Sie mit Barbara Reichl in geselliger Runde. Eigene Arbeiten können gerne mitgebracht werden, es ist aber auch Material zum Ausprobieren vorrätig.

*Kosten:* 1,-€

**05.09.**

14.00 – 16.00 Uhr



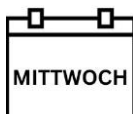
### Spaziergang

Genießen Sie mit Christiana Köhler und Ursula Fisser-Klitzing die Natur bei einem gemütlichen Spaziergang. Den jeweiligen Treffpunkt können Sie bei der Anmeldung erfragen.

*Kosten:* 1,-€

**12.09.**

10.00 – 11.30 Uhr



### Frühstücksgruppe

Gemeinsam frühstücken & neue Leute kennen lernen. Da das Miteinander hier im Vordergrund steht, bitten wir Sie um aktive Mithilfe beim Aufdecken und Abräumen.

**06.09.**

08.30 – 10.00 Uhr

**20.09.**

08.30 – 10.00 Uhr

### Fahrrad-Tour

Erleben Sie mit Ursula Fisser-Klitzing die wohltuende und belebende Wirkung von Bewegung an der frischen Luft.

*Kosten:* 1,-€

**20.09.**

10.00 – 11.30 Uhr



## Aktivitäten Weiden



### Lesefreude

Tauchen Sie mit Barbara Reichl in die Welt der Buchgeschichten ein. Es erwartet Sie ein reger Gedankenaustausch zu interessanten literarischen Werken.

*Kosten:* 1,-€

**14.09.**

14.00 – 15.30 Uhr



### Spielenachmittag – Brettspiele

Verbringen Sie gemeinsam mit Christiana Köhler und Heidi Schönfelder einen geselligen Nachmittag.

*Kosten:* 1,-€

**28.09.**

14.00 – 16.00 Uhr



### Kaffeestube

In gemütlicher Atmosphäre Zeit verbringen & neue Bekannte finden. Da das Miteinander hier im Vordergrund steht, bitten wir Sie um aktive Mithilfe beim Aufdecken und Abräumen.

**01.09.**

14.00 – 16.00 Uhr

**15.09.**

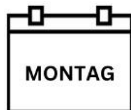
14.00 – 16.00 Uhr

**29.09.**

14.00 – 16.00 Uhr



## Gesprächsgruppen Weiden



**Selbsthilfegruppe Depression**  
11.09. 17.00 – 18.30 Uhr

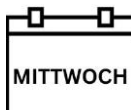


**Angehörigengruppe**  
Gesprächsgruppe zum Erfahrungsaustausch für Angehörige psychisch kranker Menschen.

19.09. 18.00 – 19.30 Uhr

**Selbsthilfegruppe Angst**

26.09. 17.00 – 18.30 Uhr



**Offene Gesprächsgruppe**  
Unterhalten Sie sich mit neuen Menschen und finden Sie Anregungen und Entlastung.

06.09. 15.30 – 17.00 Uhr Thema: Einsamkeit

20.09. 15.30 – 17.00 Uhr offenes Thema

Mit einer Spende auf folgendes Konto unter dem Stichwort „Freizeitangebote“ können Sie unsere Arbeit gerne unterstützen.  
**Liga Bank Regensburg**  
IBAN DE28 7509 0300 02011985 72 · BIC GENODEF1M05

Die Veranstaltungen finden, sofern kein anderer Ort angegeben ist, in der Beratungsstelle statt.

# Freizeitprogramm

September 2023

Anmeldung erforderlich!

Beratungsstelle für seelische Gesundheit  
Weiden – Neustadt/Waldnaab – Tirschenreuth

Bismarckstr. 21  
92637 Weiden  
09 61/38 90 50



## Aktivitäten Weiden



### Handarbeitsnachmittag

Handarbeiten Sie mit Barbara Reichl in geselliger Runde. Eigene Arbeiten können gerne mitgebracht werden, es ist aber auch Material zum Ausprobieren vorrätig.

*Kosten:* 1,-€

**10.10.**

14.00 – 16.00 Uhr



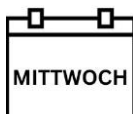
### Spaziergang

Genießen Sie mit Christiana Köhler und Ursula Fisser-Klitzing die Natur bei einem gemütlichen Spaziergang. Den jeweiligen Treffpunkt können Sie bei der Anmeldung erfragen.

*Kosten:* 1,-€

**17.10.**

10.00 – 11.30 Uhr



### Frühstücksgruppe

Gemeinsam frühstücken & neue Leute kennen lernen. Da das Miteinander hier im Vordergrund steht, bitten wir Sie um aktive Mithilfe beim Aufdecken und Abräumen.

**04.10.**

08.30 – 10.00 Uhr

**18.10.**

08.30 – 10.00 Uhr

### Fahrrad-Tour

Erleben Sie mit Ursula Fisser-Klitzing die wohltuende und belebende Wirkung von Bewegung an der frischen Luft.

*Kosten:* 1,-€

**11.10.**

10.00 – 11.30 Uhr



## Aktivitäten Weiden



### Lesefreude

Tauchen Sie mit Barbara Reichl in die Welt der Buchgeschichten ein. Es erwartet Sie ein reger Gedankenaustausch zu interessanten literarischen Werken.

*Kosten:* 1,-€

**12.10.**

14.00 – 15.30 Uhr



### Entspannungsgruppe

Entspannung durch Phantasiereisen und Autogenes Training. Ein persönliches Vorgespräch ist Voraussetzung zur Teilnahme.

**ab 05.10.** 16.00 – 17.00 Uhr (8 Termine, wöchentlich)

### Tanzkurs (in Kooperation mit der Tagesstätte OASE)

Schwingen Sie mit uns das Tanzbein und erleben Sie fröhliche Stunden.

**ab 19.10.** 16.30 – 17.30 Uhr (4 Termine, wöchentlich)



### Spielenachmittag – Kartenspiele

Verbringen Sie gemeinsam mit Christiana Köhler und Heidi Schönfelder einen geselligen Nachmittag.

*Kosten:* 1,-€

**19.10.**

14.00 – 16.00 Uhr



### Kaffeestube

In gemütlicher Atmosphäre Zeit verbringen & neue Bekannte finden. Da das Miteinander hier im Vordergrund steht, bitten wir Sie um aktive Mithilfe beim Aufdecken und Abräumen.

**13.10.**

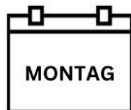
14.00 – 16.00 Uhr

**27.10.**

14.00 – 16.00 Uhr



## Gesprächsgruppen Weiden



### Selbsthilfegruppe Depression

09.10. 17.00 – 18.30 Uhr



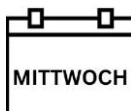
### Angehörigengruppe

Gesprächsgruppe zum Erfahrungsaustausch für Angehörige psychisch kranker Menschen.

17.10. 18.00 – 19.30 Uhr

### Selbsthilfegruppe Angst

24.10. 17.00 – 18.30 Uhr



### Offene Gesprächsgruppe

Unterhalten Sie sich mit neuen Menschen und finden Sie Anregungen und Entlastung.

04.10. 15.30 – 17.00 Uhr Thema: Schmerz und Psyche  
18.10. 15.30 – 17.00 Uhr offenes Thema

Mit einer Spende auf folgendes Konto unter dem Stichwort „Freizeitangebote“ können Sie unsere Arbeit gerne unterstützen.  
**Liga Bank Regensburg**  
IBAN DE28 7509 0300 02011985 72 · BIC GENODEF1M05

Die Veranstaltungen finden, sofern kein anderer Ort angegeben ist, in der Beratungsstelle statt.

# Freizeitprogramm

Oktober 2023

Anmeldung erforderlich!

**Beratungsstelle für seelische Gesundheit**  
**Weiden – Neustadt/Waldnaab – Tirschenreuth**

Bismarckstr. 21  
92637 Weiden  
09 61/38 90 50

