

Gruppenangebote der Beratungsstelle für seelische Gesundheit, Weiden

Treffpunkt	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Beratungsstelle Weiden		Selbsthilfegruppe „Depression“ 17.00 - 18.30 Uhr 1x monatlich (2. Dienstag im Monat)	Frühstücksgruppe 08.30 - 10.00 Uhr wöchentlich	Achtsamkeitsgruppe 16.00 – 17.00 Uhr 1x monatlich (letzter Donnerstag im Monat)	Kaffee-/Teestube 14.00 - 16.00 Uhr wöchentlich
		Selbsthilfegruppe „Angst“ 17.00 – 18.30 Uhr 14-täglich	Offene Gesprächsgruppe 15.30 - 17.00 Uhr 14-täglich		
		Gesprächsgruppe für Angehörige psychisch kranker Menschen 18.00 - 19.30 Uhr 1x monatlich (3. Dienstag im Monat)			

Zudem bietet die Beratungsstelle für seelische Gesundheit Weiden folgende geschlossene Gruppen, die von einer Fachkraft geleitet werden, an:

- Wege aus der Depression (Frühjahr und Herbst)
- ACTiv gegen Angst (Frühsommer)
- Selbstsicherheitstraining (Nachmittags- und Abendgruppe im Herbst)
- Entspannungsgruppe (Spätherbst)
- 2x Aktivierungsgruppe (Frühjahr und Herbst)
- Tanzkurs

Dauer je Gruppe: 8 Termine à 90 - 120 Minuten, 10 - 12 Teilnehmer, Anmeldung ist erforderlich

Verschiedene niedrigschwellige Freizeitangebote runden das Angebot ab. Genauere Informationen können in der Beratungsstelle erfragt werden.

Anschrift: Bismarckstraße 21, 92637 Weiden
Telefon: 09 61/38 90 50
Fax: 09 61/3 89 05 20
E-Mail: info@spdi-weiden.de



Gruppenangebote der Beratungsstelle für seelische Gesundheit, Tirschenreuth

<i>Treffpunkt</i>	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Beratungsstelle Tirschenreuth				Selbsthilfegruppe „Depression“ 17.00 – 18.30 Uhr 1x monatlich (erster Donnerstag im Monat)	Kaffee-/Teestube 14.00 - 16.00 Uhr monatlich

Zudem bietet die Beratungsstelle für seelische Gesundheit Tirschenreuth folgende geschlossene Gruppen, die von einer Fachkraft geleitet werden, an:

- Wege aus der Depression (Herbst)
- Selbstsicherheitstraining (Frühjahr)

Dauer je Gruppe: 8 Termine à 90 - 120 Minuten, 10 - 12 Teilnehmer, Anmeldung ist erforderlich

Verschiedene niedrigschwellige Freizeitangebote runden das Angebot ab. Genauere Informationen können in der Beratungsstelle erfragt werden.

Anschrift: Ringstraße 55, 95643 Tirschenreuth
Telefon: 0 96 31/79 89 50
Fax: 0 96 31/7 98 95 30
E-Mail: info@spdi-tirschenreuth.de

Stand: 18.12.2019

