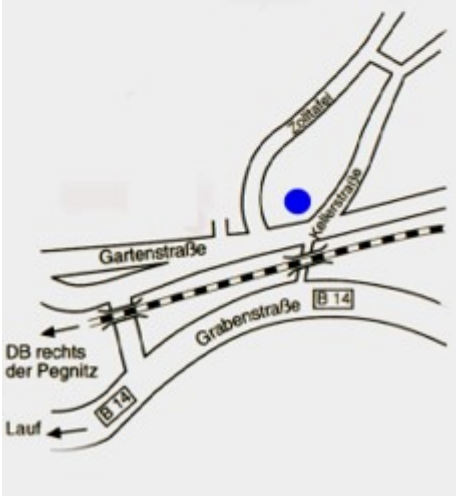


So erreichen Sie uns:



Beratungsstelle für
seelische Gesundheit
- Sozialpsychiatrischer Dienst -
Gartenstraße 29
91217 Hersbruck

Außensprechstunden in
Lauf, Marktplatz 51
Altdorf, Türkeistr. 11
Röthenbach MGH, Karlstr. 2
Tel.: 09151 – 96 434-0
Fax: 09151 – 96 434-19

Im Internet:

www.caritas-nuernberger-land.de



E-Mail:

spdi@caritas-nuernberger-land.de

Wir bitten Sie,
Termine mit uns telefonisch
zu vereinbaren.

Mo., Mi., Do.:

08:30 – 12:00 Uhr

Mo., Di., Mi., Do.:

14:00 – 17:00 Uhr

Fr.:

09:00 – 14:00 Uhr

Wenn Sie unsere Arbeit mit einer Spende unterstützen, freuen wir uns sehr.
Spendenkonto: Raiffeisenbank Hersbruck IBAN DE68 7606 1482 000000 5002
BIC GENODEF1HSB

Beratungsstelle für seelische Gesundheit
Nürnberger Land

Gruppen & Kurse 2026/2



Neben Beratungen und Begleitungen bietet der Sozialpsychiatrische Dienst Gruppenveranstaltungen unterschiedlicher Ausrichtung an. Unsere Gesprächsgruppen, Gesundheits-, Informations- und Freizeitveranstaltungen sind auf die Bedürfnisse von Menschen mit seelischen Problemen ausgerichtet. Die Arbeit wird von einem interdisziplinären Team geleistet.



Unterstützt von der Katholischen Erwachsenenbildung und vom Bezirk Mittelfranken

Gruppen (kostenfrei)

„Teestube“ in Hersbruck

Treffpunkt für Kontakte und Gespräche

„Offene Tür“ in Lauf

Treffpunkt für Kontakte und Gespräche

„Café Oase“ in Altdorf

Treffpunkt für Kontakte und Gespräche

„Stammtisch“ in Altdorf

für Menschen mit Erfahrung mit
seelischen Krisen

Bewegung und Zuversicht „BuZ“

Laufgruppe in Hersbruck

Sportliche Walking-Gruppe in Hersbruck

Getränke und ggf. Ausrüstung müssen
selbst mitgebracht werden

„Schritt für Schritt“ in Lauf

Spazieren für junge Erwachsene

„Angehörigen-Gruppe“ in Hersbruck

Erfahrungsaustausch für Angehörige
psych. erkrankter (junger) Menschen

„Stärken stärken“

Lebensziele entwickeln, Krisen bewältigen,
Beziehungen gestalten

„ElternSein“ in Engelthal

Gesprächsgruppe für Eltern
In Kooperation mit der Frankenalb-Klinik
und der Erziehungsberatungsstelle

1. u. 3. Mittwoch im Monat

14.00 – 16.30 Uhr
Sebastian-Fackelmann-Haus
Amberger Straße 47

Dienstag 14.00 – 16.30 Uhr

Kath. Gemeindezentrum
St. Otto, Ottogasse 10

Freitagnachmittag

4. Mittwoch im Monat

ab 19.30 Uhr
Gaststätte „Sportpark“
Heumannstraße 5

Mittwoch 10.30 – 11.30 Uhr

Pegnitzsteg Lohweg

Donnerstag 9.00 – 10.30 Uhr

Beratungsstelle Gartenstr. 29

2. und 4. Dienstag im Monat

16.30 – 17.30 Uhr

Termin auf Anfrage

Termin auf Anfrage

Berufsschule Lauf

2. u. 4. Donnerstag im Monat

12.30 – 14.00 Uhr
Frankenalb-Klinik Engelthal

Kurse (mit Kostenbeitrag)

„Meditation“ in Hersbruck

Innere Ruhe und Ausgeglichenheit finden

„Kreistänze für Frauen“ in Lauf

Einfache Schritte, wunderbare Musik,
Rhythmen die bewegen und Schwung in
den Alltag bringen

„Inneres Gleichgewicht“ in Hersbruck

Stressbewältigung im Alltag

„Schreibgruppe“ in Hersbruck

Sich schreibend mit Selbsterkenntnis-
prozessen beschäftigen

1. und 3. Donnerstag im Monat

19.00 – 20.30 Uhr
ab Frühjahr 2027
Beratungsstelle Gartenstr. 29

Mittwoch 18 Uhr

ab 02.09.2026 (10 x)
Kath. Gemeindezentrum
St. Otto, Ottogasse 10

Mittwoch

ab 07.10.2026

Termin auf Anfrage