

Montag, 20. Oktober 2025 - 19 bis 20:30 Uhr

Gib deinen Kindern Wurzeln und Flügel

Der Vortrag mit Referentin Marion Neumann bietet Eltern Orientierung im Dschungel moderner Erziehungsansätze, reflektiert die Bedeutung klarer elterlicher Führung und stärkt zugleich den Blick für die Bedürfnisse, Gefühle und Ressourcen ihrer Kinder.

🏠 Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern Tirschenreuth
Kirchplatz 4, 95643 Tirschenreuth

Anmeldung:
🌐 www.vhs.kreis-tir.de



Seelische Gesundheit betrifft uns alle – im Alltag, im Beruf, in der Familie. Dennoch wird sie oft übersehen, tabuisiert oder erst dann thematisiert, wenn Belastungen überhandnehmen. Dabei ist psychisches Wohlbefinden ein zentraler Bestandteil unserer Lebensqualität – ebenso wichtig wie die körperliche Gesundheit.

Mit den Nordoberpfälzer Wochen der seelischen Gesundheit möchten wir genau das ändern: Raum schaffen für Austausch, Aufklärung und neue Impulse, um gemeinsam einen offeneren und stärkenden Umgang mit dem Thema zu fördern.

Vom 2. bis 25. Oktober 2025 laden wir Sie herzlich ein, an einer Vielzahl von Veranstaltungen in unserer Region teilzunehmen. Das Programm ist so vielfältig wie die Menschen, die es gestaltet haben – mit Fachvorträgen, kreativen Angeboten, Mitmachaktionen und offenen Begegnungen.

Jede dieser Veranstaltungen möchte Impulse geben – für mehr Verständnis, Selbstfürsorge, Miteinander und Mut zur Veränderung. Denn: Seelische Gesundheit ist kein Luxus, sondern ein Menschenrecht.

Mittwoch, 22. Oktober 2025 - 18:30 Uhr

Glücklich? - Ist glücklich sein erlernbar? Resilient von Kindheit an

Der Vortrag mit Referentin Julia Riolfi-Pfohl gibt Einblick in das Schulfach Glück und zeigt, wie Lebensfreude in der Familie gefördert werden kann.

🏠 Museumscafé im Museum Mitterteich
Tirschenreuther Straße 10
95666 Mitterteich

Anmeldung:
@ praevention@tirschenreuth.de
Betreff: Glücklich

Veranstalter:
Gesundheitsamt Tirschenreuth



NEW Landratsamt
Neustadt
an der Waldnaab

Diakonie
Oberpfalz



Gesundheitsamt für den Landkreis Neustadt und die Stadt Weiden

Theresa Lober
Maistraße 7 - 9
92637 Weiden in der Oberpfalz
@ tlober@neustadt.de
☎ 09602 79 6170

Weitere Infos unter:
www.neustadt.de/gesundheits-soziales/
gesundheitsamt/psag-nordoberpfalz/



Nordoberpfälzer Wochen der seelischen Gesundheit

2. bis 25. Oktober 2025

NEW Landratsamt
Neustadt
an der Waldnaab



Ausstellung von 2. bis ca. 25. Oktober

Innere Bilder: Wenn Essen zum Problem wird und die Seele hungert - Kunst als Nahrung für Körper, Geist und Seele

Kunstaussstellung von Gertraud Fischer, Künstlerin und Heilpraktikerin für Psychotherapie.

Donnerstag, 2. Oktober 2025 - 18:30 Uhr

Vernissage zur Ausstellung und Vortrag zum Thema Essstörungen

Dienstag, 7. Oktober 2025 - 18:30 Uhr

Vortrag zu Kreative Thearpie bei Essstörung

🏠 Museumscafé im Museum Mitterteich
Tirschenreuther Straße 10
95666 Mitterteich

Anmeldung für die Vorträge:

@ praevention@tirschenreuth.de
Betreff: Essstörungen

Veranstalter:
Gesundheitsamt Tirschenreuth

Samstag, 4. Oktober 2025 - 10 bis ca. 12 Uhr

Shinri Yoku – Waldbaden

mit Eva Ehmann, Geoparkrangerin und Entspannungstrainerin.

🏠 Treffpunkt Wanderparkplatz
Lerautal an der B22

Anmeldung:

@ evaehmann1@gmx.de
☎ 0172 8 79 72 41

10 €



Dienstag, 7. Oktober 2025 - 9 Uhr

Einsamkeit im Alter – Wege aus der Einsamkeit

Themencafe mit Fachvortrag von Katrin Morzinek, GKS, Amberg-Sulzbach. Dazu kann ein günstiges Frühstücksangebot wahrgenommen werden.

🏠 Café Mitte
Stockerhutpark 1, 92637 Weiden

Veranstalter:
Stadt Weiden, Seniorenfachstelle
☎ 0961-815158

4,50 €

Donnerstag, 9. Oktober 2025 - 16 bis ca. 17:30 Uhr

Psyche im Gespräch – Psyche und Netzwerk

Vorstellung der PSAG Nordoberpfalz und Austausch mit den Vorstandsmitgliedern Berthold Kellner und Sonja Dobmeier.

🏠 Caritasverband Weiden-Neustadt
Bismarckstraße 21, 92637 Weiden
Saal im Erdgeschoss

Anmeldung:
☎ 0961 39890200

Montag, 13. Oktober 2025 - 14 bis 17 Uhr

Bewegung + Gemeinsam + Gespräche = Freude

Wir wollen mit Bewegung, Gemeinsamkeit und guten Gesprächen Freude vermitteln. Freude und das Gefühl, nicht alleine zu sein.

🏠 Café Mitte
Stockerhutpark 1
92637 Weiden

Anmeldung:
@ steffi.roberts@dieinitiative.org

Veranstalter:
Cafè Mitte und Die Initiative e.V.

Montag, 13. Oktober 2025 - 17 bis 19 Uhr

Care Arbeit – Wie teilt man sich's auf?

Der **Online-Vortrag** mit Juliana Dotzler, Leiterin der Elternschmiede in Weiden, richtet sich an junge Familien mit Mental Load und bietet praktische Übungen, um unsichtbare Aufgaben sichtbar zu machen, fair zu verteilen und die Lebensqualität nachhaltig zu steigern.

Anmeldung:
@ tlober@neustadt.de
☎ 09602 796170

Veranstalter:
Gesundheitsamt Neustadt/Weiden

Montag, 13. Oktober 2025 - 19 bis 20:30 Uhr

Mit Ängsten umgehen – Kinder stärken

Referentin Marion Neumann vermittelt Eltern wichtiges Wissen über kindliche Ängste und zeigt alltagstaugliche Hilfen, während ihre Kinder spielerisch den Umgang mit Gefühlen lernen und gestärkt mit einem „Notfall-Koffer“ nach Hause gehen.

🏠 Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern Tirschenreuth
Kirchplatz 4, 95643 Tirschenreuth

Anmeldung:
🌐 www.vhs.kreis-tir.de

Mittwoch, 15. Oktober 2025 - 9 bis 12 Uhr

Mit Zuversicht voran – Resilienz im Job

Workshop für Fachkräfte im sozialen Bereich

Referentin Veronika Brandl gibt Impulse für mehr Zuversicht, Resilienz und praktische Strategien für den Berufsalltag.

🏠 STZ Oase Weiden
Hochstraße 21, 92637 Weiden

Anmeldung bis 26.09.2025:
@ oase.weiden@sozialteam.de
☎ 09561 4161352

20 €



Mittwoch, 15. Oktober 2025 - 13 bis 16 Uhr

Willkommen, wo Zuversicht wächst – Ein Tag der offenen Tür zum Kennenlernen, Erleben, Begegnen

Erleben Sie unsere Tagesstätte als Ort der Offenheit und Wertschätzung – mit Einblicken, Gesprächen und Begegnungen für alle, die neugierig sind und Zuversicht erleben möchten.

🏠 STZ Oase Weiden
Hochstraße 21, 92637 Weiden

Samstag, 18. Oktober 2025 - 18:30 bis 20 Uhr

Komm positiv in den Abend - singen macht glücklich

Gemeinsames Singen in der anregenden Umgebung der Angermann-Ausstellung mit Gitarrenbegleitung, Mitsing-Texten und Lesungen zum Thema „Depression bewältigen“ lädt zum Mitmachen und Kraftschöpfen ein.

🏠 Kunstvereins Weiden e.V.
Eingang über Café Neues Linda
Ledererstraße 6, 92637 Weiden

Anmeldung:
@ seko.nopf@diakonie-weiden.de
☎ 0961 389 31 63

Veranstalter:
Selbsthilfekontaktstelle Nordoberpfalz
Diakonisches Werk Oberpfalz Mitte-Nord e.V.