

Programm

zur Nürnberger Woche der seelischen Gesundheit

vom 10. – 20. Oktober 2026

Hier geht's
zum Online-
Programm



NÜRNBERGER
WOCHE DER
SEELISCHEN
GESUNDHEIT



Freitag, 09. Oktober

17 - 19 Uhr Auftaktveranstaltung zur Nürnberger Woche der seelischen Gesundheit 2026

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos

Anmeldung unter:

[Auftaktveranstaltung zur Nürnberger Woche der seelischen Gesundheit 2026](#)

Ort der Veranstaltung:

Rathaus Nürnberg – Schöner Saal (2. Stock, Zi. 208)

Rathausplatz 2

90403 Nürnberg

Tel.: 0911/231-2308

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

Samstag, 10. Oktober

10:00 – 10:30 Uhr Impulsvortrag: Einblick in eine kinder- und jugendpsychiatrische Praxis

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Pommes mit Marmelade MVZ GmbH

Frankenstraße 160

90461 Nürnberg

Tel.: 0911/200 980 7

Veranstalter: Pommes mit Marmelade MVZ GmbH –
Medizinisches Versorgungszentrum für Kinder- und
Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

**10:00 – 11:30 Uhr Persönlichkeitsentwicklung
Workshop**

Kostenlos

Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

**10 - 13 Uhr Kopf hoch! Samstagsbrunch mit BODY
2 BRAIN Übungen zur Selbstfürsorge und
freundlicher Achtsamkeit**

Workshop

Kosten: 5 € Eintritt

Anmeldung unter: [Kopf hoch! Samstagsbrunch](#)

Ort der Veranstaltung:

Haus eckstein - Großer Saal (Raum 1.01)

Burgstraße 1-3

90403 Nürnberg

Tel.: 0911/2142100

Veranstalter: Evang. Fachstelle Alleinerziehende

**11:00 - 12:15 Uhr Fachvortrag 1: ADHS verstehen –
Psychoedukation für alle Interessierten**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Pommes mit Marmelade MVZ GmbH – Medizinisches
Versorgungszentrum für Kinder- und
Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

Frankenstraße 160

90461 Nürnberg

Tel.: 0911/200 980 7

Veranstalter: Pommes mit Marmelade MVZ GmbH –
Medizinisches Versorgungszentrum für Kinder- und
Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

**13:00 - 14:15 Uhr Fachvortrag 2:
Verhaltensauffälligkeiten erkennen – Wann und
wie Schulen Hilfebedarf melden sollten**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Pommes mit Marmelade MVZ GmbH – Medizinisches
Versorgungszentrum für Kinder- und
Jugendpsychiatrie und -psychotherapie
Frankenstraße 160

90461 Nürnberg

Tel.: 0911/200 980 7

Veranstalter: Pommes mit Marmelade MVZ GmbH –
Medizinisches Versorgungszentrum für Kinder- und
Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

**17:00 - 18:30 Uhr Digital Detox - zurück ans Steuer
Workshop**

Kostenlos

Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

Sonntag, 11. Oktober

**11 - 14 Uhr Erlebe die Kraft der Achtsamkeit
Workshop**

Kosten: 0 -40 €, Anmeldung via WhatsApp oder unter:
info@jansche-design.de, Tel.: 015234228444

Ort der Veranstaltung:

Kunterbuntes Haus am Dianaplatz

Dianaplatz 11

90443 Nürnberg

Veranstalter: Micky Jansche HAKOMI Therapeutin
(Körperpsychotherapie)

**11 - 18 Uhr Mentale Gesundheit in Balance
Tag der offenen Tür**

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Franken Aktiv Nord - gesamtes Fitness Studio

Neumeyer Straße 21

90411 Nürnberg

Tel.: 0911 /91 94 05 15

Veranstalter: Chapter BALANCE

**14:30 - 16:30 Uhr Gemeinsam gegen Einsamkeit
Geselliges**

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Café und Begegnungsstätte Marie 15

Marienstraße 15

90402 Nürnberg

Tel.: 0911/200 980 7

Veranstalter: Nürnberger Bündnis gegen DEPRESSION

Montag, 12. Oktober

08:00 – 11:30 Uhr und 13:00 - 16:00 Uhr

YOUth Mental Health Matters

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Jugendliche

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt Nürnberg - 2. Stock

Gesundheitsstudio

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Mutmachleute e.V.

8 - 16 Uhr **Psychische Gesundheit aus Sicht junger Menschen – Posterausstellung GROW HAPPY NBG**

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt - Flur im 2. Stock

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

9 - 10 Uhr und 10 – 11Uhr

Qi Gong auf dem Veit-Stoß-Platz

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Auf dem Veit-Stoß-Platz

direkt neben der Dreieinigkeitskirche

90429 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

10:30 – 12:45 Uhr **Interkulturelle Kunstwerkstatt**
Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Senioren

Ort der Veranstaltung:

HeHanI e.V. - Helfende Hand International

Franz-Haas-Straße 3

90491 Nürnberg

Tel.: 0911 / 20290048

Veranstalter: HeHani e. V. Helfende Hand International

12:30 – 14:00 Uhr **Depression verstehen**
Workshop

Kostenlos

Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

13 - 19 Uhr **Präventionstag**
Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Ehemaliger Tabakladen im Kaufhof

Pfannenschmiedsgasse

90402 Nürnberg

Tel.:0911 / 231-2308

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

13 - 16 Uhr Tag der offenen Tür in der Assistenz zum Wohnen für psychisch erkrankte Menschen der Stadtmission Nürnberg e.V.

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos, Anmeldung erforderlich

Ort der Veranstaltung:

Assistenz zum Wohnen für psychisch erkrankte Menschen

Berliner Platz 8 RG

90489 Nürnberg

Tel.: 0911/8152511

Veranstalter: Betreutes Wohnen der Stadtmission Nürnberg

14 - 16 Uhr Seelische Gesundheit im Berufsleben: Online-Beratung des Integrationsfachdienst Mittelfranken

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos

Anmeldung erforderlich

Ort der Veranstaltung:

Online-Kurzberatungen

Fürther Straße 226

90429 Nürnberg

Tel.: 0911 323899-0

Veranstalter: Integrationsfachdienst Mittelfranken gGmbH

15 - 17 Uhr Kunst in der Suchttherapie - Eine Ausstellung

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Johannesbad Ambulante Suchtreha Nürnberg - Sirius

Business Park, Haus 12b, 2. Stock

Katzwanger Str. 150

90461 Nürnberg

Tel.: 09113216990

Veranstalter: Johannesbad Ambulante Suchtreha Nürnberg

15 - 16 Uhr Trittsicher im Wald bewegen - gemeinsam aktiv im Faberwald

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Auch für Personen mit Bewegungseinschränkungen

Ort der Veranstaltung:

Faberwald - Eingang Rotbuchenstraße/Rednitzstraße

90449 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg |
Interaktiv-Coaching

15:30 – 17:30 Uhr Gemeinschaft in Zeiten von KI und Social Media

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Erziehungs-, Paar- und Lebensberatung Stadtmission

Nürnberg e.V. – Seminarraum

Rieterstraße 25

90419 Nürnberg

Tel.: 0911 35 24 00

Veranstalter: Stadtmission Nürnberg

16 - 17 Uhr Bewegung und Entspannung im Faberwald

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Faberwald

Eingang Rotbuchenstraße/Rednitzstraße

90449 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg |
Interaktiv-Coaching

17 - 20 Uhr Multimodale Psychosomatische Tagesklinikbehandlung bei depressiven Störungen
Tag der offenen Tür

Kostenlos und ohne Anmeldung
Für Jugendliche, Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:
KIRINUS Tagesklinik Am Rosenaupark

Obere Turnstrasse 8

90429 Nürnberg

Tel.: 09117489910

Veranstalter: KIRINUS Tagesklinik Am Rosenaupark

17:30 – 19:00 Uhr Mitten im Leben: Seelische Gesundheitsversorgung am Klinikum Nürnberg und Ausblicke auf das neue Zentrum für seelische Gesundheit

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Jugendliche, Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Haus eckstein - Raum E.01

Burgstraße 1-3

90403 Nürnberg

Tel.: 0911 / 3980

Veranstalter: Klinikum Nürnberg

18 - 20 Uhr "Selbstfürsorge für Angehörige"

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos

Anmeldung unter: [Termine – ApK Bayern e. V. – Hilfe für Angehörige in Bayern!](#)

Für Jugendliche, Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

ApK Mittelfranken e.V.

Hessestraße 10

90443 Nürnberg

Tel.: 0911/51 42 48 555

Veranstalter: ApK - Verein Angehöriger und Freunde psychisch Kranker in Mittelfranken e.V.

Dienstag, 13. Oktober

08:00 – 11:30 Uhr und 13:00 - 16:00 Uhr

YOUth Mental Health Matters

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Jugendliche

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt Nürnberg - 2. Stock

Gesundheitsstudio

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Mutmachleute e.V.

8 - 16 Uhr Psychische Gesundheit aus Sicht junger Menschen – Posterausstellung GROW HAPPY NBG

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt - Flur im 2. Stock

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

09:30 – 16:30 Uhr **Tag der seelischen Gesundheit -
Miteinander statt nebeneinander**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

AOK Nürnberg

Frauentorgraben 49

90443 Nürnberg

Tel.: 0911/2180

Veranstalter: AOK Bayern, Direktion Nürnberg

10 – 11:30 Uhr **Collagen kleben - Stärke erleben
Workshop**

Kostenlos, Anmeldung unter:

farben.des.alters@klinikum-nuernberg.de

Ort der Veranstaltung:

AugenBlick - Klinikum Nürnberg, Campus Nord (direkt
an der Autoeinfahrt)

Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1

90419 Nürnberg

Tel.: 0911 398 11 48 21

Veranstalter: DUERER-Studenten, Klinik für Innere
Medizin 2, Schwerpunkt Geriatrie, Klinikum Nürnberg

10 - 12 Uhr **Seelische Gesundheit im Berufsleben:
Online-Beratung des Integrationsfachdienst
Mittelfranken**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos

Anmeldung erforderlich

Ort der Veranstaltung:

Online-Kurzberatungen

Fürther Straße 226

90429 Nürnberg

Tel.: 0911 323899-0

Veranstalter: Integrationsfachdienst Mittelfranken gGmbH

12:30 – 14:00 Uhr **Burnout Prävention
Workshop**

Kostenlos

Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 0911 323899-0

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

15 - 17 Uhr **Kunst in der Suchttherapie - Eine
Ausstellung**
Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Johannesbad Ambulante Suchtreha Nürnberg - Sirius

Business Park, Haus 12b, 2. Stock

Katzwanger Str. 150

90461 Nürnberg

Tel.: 09113216990

Veranstalter: Johannesbad Ambulante Suchtreha
Nürnberg

15:30 – 16:30 Uhr **Qi Gong im Lochnerpark
Workshop**

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Lochnerpark - Schweinau

Eingang über Hintere Marktstrasse

90441 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

17 – 19 Uhr **My Way - Damit Leben**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Karl-Bröger-Zentrum - Raum Riepekohl

Karl-Bröger-Straße 9

90459 Nürnberg

Tel.: 0911 4389641

Veranstalter: SPD Mittelfranken AG Gesundheit

17:30 – 19:00 Uhr **Mit Farben erzählen: Einblicke in
in die Jahresausstellung von ARTogether**

Führung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

St. Martha – Kirche

Königstr. 79

90402 Nürnberg

Tel.: 0911 224730

Veranstalter: RDJ Rummelsberger Dienste für junge
Menschen gGmbH, Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge,
Nürnberg

17:30 – 18:30 Uhr **Qi Gong am Ludwigskanal**

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Am Ludwigskanal - am zugeschütteten Kanal
gegenüber Finkenbrunn 56

90469 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

19:00 – 20:30 Uhr **Innehalten - Auftanken - Stark
bleiben**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kosten: 10€

Anmeldung unter: kontakt@noris-entertain.me

Ort der Veranstaltung:

Longevity Center Nürnberg

Karl-Grillenberger-Str. 1

90402 Nürnberg

Tel.: 0911 477 104 0

Veranstalter: noris-entertain.me, FORDecisions und
Longevity Center Nürnberg

19:00 – 20:30 Uhr **Depression verstehen**

Workshop

Kostenlos

Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

Mittwoch, 14. Oktober

08:00 – 11:30 Uhr und 13:00 - 16:00 Uhr

YOUth Mental Health Matters

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Jugendliche

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt Nürnberg - 2. Stock

Gesundheitsstudio

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Mutmachleute e.V.

8 - 16 Uhr Psychische Gesundheit aus Sicht junger Menschen – Posterausstellung GROW HAPPY NBG

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt - Flur im 2. Stock

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

12:30 – 14:00 Uhr Gedanken verändern - Leben gestalten

Workshop

Kostenlos

Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR Trauma Therapeutin

13 – 16 Uhr Tag der offenen Tür: ERPEKA - medizinisch-berufliche Rehabilitation für psychisch kranke Menschen

Führung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

ERPEKA gemeinnützige GmbH

Schleswiger Str. 111

90427 Nürnberg

Tel.: 0911 936000

Veranstalter: ERPEKA gemeinnützige GmbH Nürnberg

13 – 16 Uhr „Unsichtbar“ - Erlebnisparcour und Infos - Berufliches Trainingszentrum Nürnberg (BTZ) im BFW

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH

Schleswiger Str. 101

90427 Nürnberg

Tel.: 0911 9386

Veranstalter: Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH

14:00 – 16:30 Uhr Damit es uns miteinander gut geht: Achtsamkeit, Respekt und Verständigung

Workshop

Kostenlos

Anmeldung telefonisch bis 12.10.2026

Ort der Veranstaltung:

Erziehungs-, Paar- und Lebensberatung Stadtmission

Nürnberg e.V. – Seminarraum

Rieterstraße 25

90419 Nürnberg

Tel.: 0911/35 24 00

Veranstalter: Stadtmission Nürnberg

14:00 – 17:00 Uhr **Glück entdecken- Resilienz stärken**

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Nebengebäude des Beratungszentrum für seelische Gesundheit - Saal, 1. Stock

Pfründnerstraße 20

90478 Nürnberg

Veranstalter: Sozialpsychiatrischer Dienst (SpDi) – AWO Wohn- und Begegnungsstätten gGmbH und noris-entertain.me

14:00 – 18:00 Uhr **Interkulturelle Nähwerkstatt**

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Senioren, Mehrsprachiges Angebot

Ort der Veranstaltung:

HeHani e.V. - Helfende Hand International

Franz-Haas-Straße 3

90491 Nürnberg

Tel.: 0911 20290048

Veranstalter: HeHani e. V. - Helfende Hand International

14 – 16 Uhr **Leben und Lernen auf dem Campus des Berufsförderungswerk Nürnberg (BFW)**

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH

Schleswiger Str. 101

90427 Nürnberg

Tel.: 0911 9386

Veranstalter: Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH

14 - 16 Uhr **Seelische Gesundheit im Berufsleben: Online-Beratung des Integrationsfachdienst Mittelfranken**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos

Anmeldung erforderlich

Ort der Veranstaltung:

Online-Kurzberatungen

Fürther Straße 226

90429 Nürnberg

Tel.:0911 323899-0

Veranstalter: Integrationsfachdienst Mittelfranken gGmbH

14:30 – 16:30 Uhr **Offene Digitale Sprechstunde**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Mehrsprachiges Angebot, deutsch & englisch

Ort der Veranstaltung:

HYGGE - Beratung & Seelsorge

Pillenreuther Str. 13

90459 Nürnberg

E-Mail: beratung-nbg@pm.me

Veranstalter: HYGGE - Beratung & Seelsorge

14:30 – 16:00 Uhr **Psychische Gesundheit aus Sicht junger Menschen**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos

Anmeldung unter: [DFN Terminplaner](#)

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt Nürnberg - 2. Stock

Gesundheitsstudio

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

15 - 17 Uhr **Kunst in der Suchttherapie - Eine Ausstellung**

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Johannesbad Ambulante Suchtreha Nürnberg - Sirius

Business Park, Haus 12b, 2. Stock

Katzwanger Str. 150

90461 Nürnberg

Tel.: 09113216990

Veranstalter: Johannesbad Ambulante Suchtreha Nürnberg

15 - 18 Uhr **Open Walk in der Klinik für Psychosomatische Medizin**

Tag der offenen Tür

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Klinik für Psychosomatische Medizin und

Psychotherapie - Haus 8, 2. Stock

Prof.-Ernst-Nathan-Straße 1

90419 Nürnberg

Tel.: 0911 3987390

Veranstalter: Klinikum Nürnberg

15 - 17 Uhr **Vorstellung der Adoleszentenstation am Klinikum Nürnberg - Campus Nord**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Klinikum Nürnberg Nord

Konferenzraum der Klinik für Psychiatrie und

Psychotherapie, Haus 31, 2. OG am Campus Nord

Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1

90419 Nürnberg

Tel.: 0911 3980

Veranstalter: Klinikum Nürnberg

16 - 17 Uhr und 17 – 18 Uhr
Vorstellung der Tagesklinik für seelische Gesundheit im Alter

Tag der offenen Tür

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Senioren

Ort der Veranstaltung:

Klinikum Nürnberg Nord

Haus 10, 4. OG

Prof.-Ernst-Nathan-Straße 1

90419 Nürnberg

Tel.: 0911 3980

Veranstalter: Klinikum Nürnberg

17 - 19 Uhr **Psychose-Trialog Nürnberg**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Klinikum Nürnberg, Campus Nord

Haus 31, 2. OG, Konferenzraum

Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1

90419 Nürnberg

Tel.: 0911 3980

Veranstalter: Pandora Selbsthilfe Psychiatrie-Erfahrener e.V. und Selbsthilfekontaktstellen Kiss Mittelfranken e. V.

17 - 19 Uhr **"IRRE oder Der Hahn ist tot" - Filmabend**

Aufführung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Casablanca Filmkunsttheater

Brosamerstr. 12

90459 Nürnberg

Tel.: 0911 2179246

Veranstalter: Kiss Nürnberg-Fürth

17:30 – 21:00 Uhr **Essstörungen - transsektorale Versorgungsmodelle**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos, Anmeldung erforderlich
Für Familien, Jugendliche und Senioren
Ort der Veranstaltung:
KIRINUS Tagesklinik Am Rosenaupark
Obere Turnstrasse 8
90429 Nürnberg
Tel.: 0911 7489910

Veranstalter: KIRINUS Tagesklinik Am Rosenaupark und
Therapienetz Essstörungen

17:45 – 20:15 Uhr **Sterne über uns**
Aufführung

Kostenlos und ohne Anmeldung
Ticket an der Abendkasse oder unter [Filmhaus Nürnberg - STERNE ÜBER UNS am 14.10.2026, 17:45:00](#)

Ort der Veranstaltung:
Filmhaus Nürnberg – kinoeins
Königstr. 93
90402 Nürnberg

Veranstalter: Krisendienst Mittelfranken

18:00 - 19:00 Uhr
Fit im Marie-Juchacz-Park
Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung
Ort der Veranstaltung:
Marie-Juchacz-Park - St. Leonhard
Gernotstrasse
90439 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

18:00 – 19:30 Uhr **Mental Load - Weil Unsichtbares auch belastet**
Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung
[Veranstaltungen - stg Mitarbeiterberater](#)
Ort der Veranstaltung:
Online-Veranstaltung
der stg - Mitarbeiterberater GmbH
Jakob-Nein-Str.
391056 Erlangen

Veranstalter: stg - die Mitarbeiterberater GmbH

18:30 – 20:00 Uhr **Wege aus dem Burnout - Lama Therapie - EMDR Therapie**
Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung
Für Familien, Jugendliche und Senioren
Ort der Veranstaltung:
Gemeindesaal St. Marien
Stadtweg 36
90453 Nürnberg - Katzwang
Tel.: 0911 6507 5943

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

19 Uhr **Stressmanagement für Eltern**
Workshop

Kostenlos, Anmeldung per Mail an: kontakt@zentrum-koberger.de
Für Familien
Ort der Veranstaltung:
Zentrum Kobergerstraße - Beratungsstelle –
Rückgebäude
Kobergerstraße 79
90408 Nürnberg

Veranstalter: Zentrum Kobergerstraße - Beratungsstelle

Donnerstag, 15. Oktober

08:00 – 11:30 Uhr und 13:00 - 16:00 Uhr

YOUth Mental Health Matters

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Jugendliche

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt Nürnberg - 2. Stock

Gesundheitsstudio

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Mutmachleute e.V.

8 - 16 Uhr **Psychische Gesundheit aus Sicht junger Menschen – Posterausstellung GROW HAPPY NBG**

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt - Flur im 2. Stock

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

09:30 – 10:30 Uhr **Veeh-Harfe Workshop**
Workshop

Kostenlos, Anmeldung unter:

musikschule.nuernberg@stadt.nuernberg.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Kulturwerkstatt Auf AEG - Musikschule Nürnberg -
Aufenthaltsraum, Nr. 3.21

Fürther Straße 244d

90429 Nürnberg

Tel.: 0911 / 2313023

Veranstalter: Musikschule Nürnberg - Amt für Kultur und
Freizeit (KUF)

10:00 – 11:30 Uhr **Künstlerische Spurensuche -
Workshop mit Naturmaterialien**
Workshop

Kostenlos

Anmeldung per E-Mail an farben.des.alters@klinikum-nuernberg.de oder telefonisch

Für Senioren

Ort der Veranstaltung:

AugenBlick - Klinikum Nürnberg,
Campus Nord (direkt an der Autoeinfahrt)

Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1

90419 Nürnberg

Tel.: 0911 398 11 48 21

Veranstalter: DUERER-Studienteam, Klinik für Innere
Medizin 2, Schwerpunkt Geriatrie, Klinikum Nürnberg

10 - 12 Uhr **Seelische Gesundheit im Berufsleben:
Online-Beratung des Integrationsfachdienst
Mittelfranken**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos

Anmeldung erforderlich

Ort der Veranstaltung:

Online-Kurzberatungen

Fürther Straße 226

90429 Nürnberg

Tel.: 0911 323899-0

Veranstalter: Integrationsfachdienst Mittelfranken gGmbH

10 - 15 Uhr **Tag der offenen Tür im BTZ
Mittelfranken**

Tag der offenen Tür

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Berufliche Fortbildungszentren der Bayerischen
Wirtschaft gGmbH – BTZ

Fürther Straße 222

90429 Nürnberg

Tel.: 0911 93197-745

Veranstalter: Berufliche Fortbildungszentren der
Bayerischen Wirtschaft (bfz) gGmbH

10:00 – 18:00 Uhr **Telefonsprechzeit für Frauen* und Mädchen*, die in ihrer Kindheit und/oder im Jugendalter sexualisierte Übergriffe erlebt haben**
Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Wildwasser Nürnberg e.V.

Rückertstraße 1

90419 Nürnberg

Tel.: 0911 331 330

Veranstalter: Wildwasser Nürnberg e.V.

11 – 12 Uhr **Veeh-Harfe Workshop**
Workshop

Kostenlos, Anmeldung unter:

musikschule.nuernberg@stadt.nuernberg.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Kulturwerkstatt Auf AEG - Musikschule Nürnberg -

Aufenthaltsraum, Nr. 3.21

Fürther Straße 244d

90429 Nürnberg

Tel.: 0911 / 2313023

Veranstalter: Musikschule Nürnberg - Amt für Kultur und Freizeit (KUF)

11:45 - 12:45 Uhr **Yoga für die seelische Gesundheit – Was tut mir gut?**
Workshop

Kosten: 8€

Anmeldung unter: [Events - Kurse & Events | Yoga Vital Retreats](#)

Ort der Veranstaltung:

YogaVital Nürnberg - Michaela Wittmann -

Raum 421 im 4. Stock

Fünferplatz 2

90403 Nürnberg

Tel.: 017662797030

Veranstalter: Yoga Vital Retreats - Michaela Wittmann

12:30 - 14:00 Uhr **EMDR Therapie**
Workshop

Kostenlos

Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien, Jugendliche und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR Trauma Therapeutin

13 – 16 Uhr **„Unsichtbar“ - Erlebnisparcour und Infos - Berufliches Trainingszentrum Nürnberg (BTZ) im BFW**
Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH

Schleswiger Str. 101

90427 Nürnberg

Tel.: 0911 9386

Veranstalter: Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH

14 – 16 Uhr **Psyche - und gesunde Lebensführung**
Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Senioren

Ort der Veranstaltung:

SIGENA-Nachbarschaftstreff Nordbahnhof

Grünwaldstr. 16c

90408 Nürnberg

Tel.: 0911 30003 138

Veranstalter: SIGENA-Nachbarschaftstreff Nordbahnhof

15 – 17 Uhr **Café für die Seele**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Julius-Schieder-Haus - Sozialpsychiatrischer Dienst

Pirckheimerstraße 16

90408 Nürnberg

Tel.: 0911-9359555

Veranstalter: Stadtmission Nürnberg e.V.

Sozialpsychiatrischer Dienst

15 - 17 Uhr **Ein Einblick in die Methode der**

Progressiven Muskelentspannung
Workshop

Kostenlos

Anmeldung telefonisch bis 13.10.2026

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Erziehungs-, Paar- und Lebensberatung Stadtmission

Nürnberg e.V. – Seminarraum

Rieterstraße 25

90419 Nürnberg

Tel: 0911/ 35 24 00

Veranstalter: Stadtmission Nürnberg

15 - 17 Uhr **Kunst in der Suchttherapie - Eine**
Ausstellung

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Johannesbad Ambulante Suchtreha Nürnberg - Sirius

Business Park, Haus 12b, 2. Stock

Katzwanger Str. 150

90461 Nürnberg

Tel.: 09113216990

Veranstalter: Johannesbad Ambulante Suchtreha Nürnberg

16 – 18 Uhr **Leben und Lernen auf dem Campus**
des Berufsförderungswerk Nürnberg (BFW)

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH

Schleswiger Str. 101

90427 Nürnberg

Tel.: 0911 9386

Veranstalter: Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH

17:30 – 18:30 Uhr **Ankommen. Atmen. Feierabend.**
Wie wir unsere Atmung bewusst für uns nutzen
können

Workshop

Kostenlos, Anmeldung bis 09.10.2026 über

nuernberg@blaufeuer.info

Ort der Veranstaltung:

Blaufeuer Nürnberg im Berufsförderungswerk

Nürnberg

Schleswiger Str. 101

90427 Nürnberg

Tel.: 0911 9387102

Veranstalter: Blaufeuer Nürnberg

17:30 – 18:30 Uhr **Familiengruppe Cari-Bros für**
Familien mit psychisch erkrankten Eltern(-teil)

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos

Anmeldung unter: erziehungsberatung@caritas-

nuernberg.de

Für Familien und Jugendliche

Ort der Veranstaltung:

Online-Event der Caritas

Obstmarkt 28

90403 Nürnberg

Tel.: 0911/ 23 54 241

Veranstalter: Caritasverband Nürnberg e.V.

18:00 – 20:00 Uhr **Psychosocial Dimensiones in the Genocide against the Ovaherero people in Namibia, Aspects of healing and transformation**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Klinikum Nürnberg Nord - Haus 57

Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1

90419 Nürnberg

Veranstalter: Klinikum Nürnberg

19:00 – 20:30 Uhr **Burnout Prävention Workshop**

Kostenlos

Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 0911 323899-0

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für

Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR

Trauma Therapeutin

Freitag, 16. Oktober

08:00 – 11:30 Uhr **YOUTH Mental Health Matters Ausstellung**

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Jugendliche

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt Nürnberg - 2. Stock

Gesundheitsstudio

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Mutmachleute e.V.

8 – 11:30 Uhr **Psychische Gesundheit aus Sicht junger Menschen – Posterausstellung GROW HAPPY NBG**

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt - Flur im 2. Stock

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

11 – 12 Uhr **Frauengesundheit im Fokus: Wie weiblicher Körper und Psyche zusammenwirken**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Onlineveranstaltung via ZOOM

Klinikum Nürnberg

Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1

90419 Nürnberg

Veranstalter: Klinikum Nürnberg

12:30 - 14:00 Uhr **Digital Detox - zurück ans Steuer Workshop**

Kostenlos, Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für

Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR

Trauma Therapeutin

13 - 16 Uhr Tauschbörse von Menschen mit einer seelischen Behinderung für Menschen mit einer seelischen Behinderung

Tagung | Markt

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

AIDS-Hilfe Nürnberg-Erlangen-Fürth - Ambulant
Betreutes Wohnen - 2. OG (Fahrstuhl vorhanden)

Jakobstraße 1

90402 Nürnberg

Tel.: 09112309035

Veranstalter: AIDS-Hilfe Nürnberg-Erlangen-Fürth

15 - 17 Uhr Kunst in der Suchttherapie - eine Ausstellung

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Johannesbad Ambulante Suchtreha Nürnberg - Sirius
Business Park, Haus 12b, 2. Stock

Katzwanger Str. 150

90461 Nürnberg

Tel.: 09113216990

Veranstalter: Johannesbad Ambulante Suchtreha
Nürnberg

15 - 16 Uhr Rundgang um die Baustelle des Zentrums für seelische Gesundheit

Exkursion | Wanderung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Klinikum Nürnberg, Campus Nord -
zwischen den Häusern 19 (Ambulantes
BehandlungsCentrum) und 36

Prof.-Ernst-Nathan-Straße 1

90419 Nürnberg

Tel.: 0911398-7390

Veranstalter: Klinikum Nürnberg

Bei Regen entfällt die Veranstaltung.

15 - 17 Uhr Gemeinsam statt einsam – Verbundenheit im Wald erleben

Workshop

Kosten: 10€ Barzahlung vor Ort

Anmeldung unter: [Waldbaden = Shinrin-yoku - Waldbaden Nürnberg](#)

Ort der Veranstaltung:

Erlenstegenwald - Treffpunkt am Schild

"Hundefreunde Fürth/Nürnberg" zwischen KRS.

Martha Maria und Tierheim

Stadenstr. 145

90491 Nürnberg

Tel.: 0170 1856244

Veranstalter: Interaktiv-Coaching

17:00 – 18:30 Uhr Gedanken verändern - Leben gestalten

Workshop

Kostenlos, Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

17:00 – 17:45 Uhr Resilienz-Upgrade: Dein persönlicher Stress-Reset

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung unter:

Ort der Veranstaltung:

Yoga-Studio Blaues Haus - Navuna-House

Hagenstraße 9

90461 Nürnberg

Veranstalter: Art of Living Germany e.V.

19:00 – 20:00 Uhr **Autogenes Training:
Entspannung pur
Workshop**

Kostenlos, Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de
Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

19:30 Uhr **Buddeln
Aufführung**

7 – 15 €

Ticket im Vorverkauf und an der Abendkasse

Für Familien, Jugendliche und Senioren,

Audiodeskription verfügbar

Ort der Veranstaltung:

Theater Pfütze

Äußerer Laufer Platz 2

90403 Nürnberg

Tel.: 0911 / 27 07 90

Veranstalter: Theater Pfütze e. V. und Schauspiel Erlangen

Samstag, 17. Oktober

9 - 12 Uhr **Kunst in der Suchttherapie - Eine
Ausstellung**
Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Johannesbad Ambulante Suchtreha Nürnberg - Sirius

Business Park, Haus 12b, 2. Stock

Katzwanger Str. 150

90461 Nürnberg

Tel.: 09113216990

Veranstalter: Johannesbad Ambulante Suchtreha Nürnberg

10 – 11 Uhr und 11 – 12 Uhr **Achtsamkeit im Wald
Workshop**

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Senioren

Ort der Veranstaltung:

Faberwald - Eingang Rotbuchenstraße/Rednitzstraße

Rednitzstraße

90449 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg |
Interaktiv-Coaching

14 - 16 Uhr **Öffentliche Informationsveranstaltung
über emotionale Probleme und Selbsthilfe**
Workshop

Kostenlos, ohne Anmeldung und Mehrsprachig

Für Familien, Jugendliche und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Kiss Nürnberg-Fürth

Am Plärrer 15

90443 Nürnberg

Tel.: 0911234 94 49

Veranstalter: Kiss Nürnberg-Fürth

17 - 18 Uhr **Autogenes Training: Entspannung pur
Workshop**

Kostenlos, Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

Sonntag, 18. Oktober

10 - 17 Uhr Selbstbehauptungskurs für junge Frauen* ab 16 Jahren bei AURA Nürnberg e.V.
Workshop

Kostenlos und mehrsprachig,

Anmeldung unter:

[Kursanmeldung - AURA Nürnberg e.V.](#)

Für Jugendliche

Ort der Veranstaltung:

AURA Nürnberg e.V.

Gleißbühlstraße 10

90402 Nürnberg

Veranstalter: Aura Nürnberg e.V.

16 Uhr Buddeln

Aufführung

7 – 15 €

Ticket im Vorverkauf und an der Abendkasse

Für Familien, Jugendliche und Senioren,

Audiodeskription verfügbar

Ort der Veranstaltung:

Theater Pfütze

Äußerer Laufer Platz 2

90403 Nürnberg

Tel.: 0911 / 27 07 90

Veranstalter: Theater Pfütze e. V. und Schauspiel Erlangen

Montag, 19. Oktober

08:00 – 11:30 Uhr und 13:00 - 16:00 Uhr

YOUth Mental Health Matters

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Jugendliche

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt Nürnberg - 2. Stock

Gesundheitsstudio

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Mutmachleute e.V.

8 - 16 Uhr Psychische Gesundheit aus Sicht junger Menschen – Posterausstellung GROW HAPPY NBG

Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Gesundheitsamt - Flur im 2. Stock

Burgstraße 4

90403 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

9 - 10 Uhr und 10 – 11 Uhr

Qi Gong auf dem Veit-Stoß-Platz

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Auf dem Veit-Stoß-Platz

Direkt neben der Dreieinigkeitskirche

90429 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

10:00 – 11:30 Uhr **Persönlichkeitsentwicklung**

Workshop

Kostenlos, Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

13 - 16 Uhr „Unsichtbar“ - Erlebnisparkour und Infos - Berufliches Trainingszentrum Nürnberg (BTZ) im BFW

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH

Schleswiger Str. 101

90427 Nürnberg

Tel.: 0911 9386

Veranstalter: Berufsförderungswerk Nürnberg gGmbH

15 - 16 Uhr Trittsicher im Wald bewegen - gemeinsam aktiv im Faberwald
Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Auch für Personen mit Bewegungseinschränkungen

Ort der Veranstaltung:

Faberwald - Eingang Rotbuchenstraße/Rednitzstraße

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg |
Interaktiv-Coaching

16 - 17 Uhr Bewegung und Entspannung im Faberwald

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Faberwald - Eingang Rotbuchenstraße/

Rednitzstraße

90449 Nürnberg

Veranstalter: Interaktiv-Coaching

17:30 – 18:30 Uhr Kleine Pause, große Wirkung - Entspannung für zwischendurch

Workshop

Kostenlos, Anmeldung bis 14.10.2026 über

nuernberg@blaufeuer.info

Ort der Veranstaltung:

Blaufeuer Nürnberg im Berufsförderungswerk

Nürnberg

Schleswiger Str. 101

90427 Nürnberg

Tel.: 0911 9387102

Veranstalter: Blaufeuer Nürnberg

18 - 20 Uhr Yoga Double

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Für Jugendliche & junge Erwachsene von 16 - 27 J.

Ort der Veranstaltung:

Jugendamt Nürnberg, Kinder- und Jugendhaus

KLÜPFEL (Wöhrd)

Leitzstraße 10

90489 Nürnberg

Tel.: 0911 / 536727

Veranstalter: Jugendamt Nürnberg, Kinder- und
Jugendhaus KLÜPFEL (Wöhrd)

19:00 - 20:30 Uhr EMDR Therapie

Workshop

Kostenlos

Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de

Für Familien, Jugendliche und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

19:00 – 20:30 Uhr **Online-Workshop: Wenn die Mutter ausbrennt, brennt die ganze Familie**
Workshop

Kostenlos, Anmeldung unter:
Nuernberg.BCA@arbeitsagentur.de
Für Familien

Ort der Veranstaltung:
Online via MS Teams
90475 Nürnberg
Tel.: 0911 / 536727

Veranstalter: Agentur für Arbeit Nürnberg

Dienstag, 20. Oktober

08:00 – 11:30 Uhr und 13:00 - 16:00 Uhr
YOUth Mental Health Matters
Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung
Für Jugendliche
Ort der Veranstaltung:
Gesundheitsamt Nürnberg - 2. Stock
Gesundheitsstudio
Burgstraße 4
90403 Nürnberg

Veranstalter: Mutmachleute e.V.

8 - 16 Uhr **Psychische Gesundheit aus Sicht junger Menschen – Posterausstellung GROW HAPPY NBG**
Ausstellung

Kostenlos und ohne Anmeldung
Ort der Veranstaltung:
Gesundheitsamt - Flur im 2. Stock
Burgstraße 4
90403 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

10 Uhr **Buddeln**
Aufführung

7 – 15 €
Ticket im Vorverkauf und an der Abendkasse
Für Familien, Jugendliche und Senioren,
Audiodeskription verfügbar
Ort der Veranstaltung:
Theater Pfütze
Äußerer Laufer Platz 2
90403 Nürnberg
Tel.: 0911 / 27 07 90

Veranstalter: Theater Pfütze e. V. und Schauspiel Erlangen

10:00 – 12:30 Uhr **Prävention auf dem Teller: Die Rolle von Ernährung für die psychische Gesundheit**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos, Anmeldung unter: [Prävention auf dem Teller: Die Rolle von Ernährung für die psychische Gesundheit – LZG Bayern](#)

Ort der Veranstaltung:
Online-Veranstaltung der KGC Bayern

Veranstalter: Koordinierungsstelle Gesundheitliche Chancengleichheit - Landeszentrale für Gesundheit in Bayern e.V. (LZG)

12:30 – 13:30 Uhr **Autogenes Training:**

Entspannung pur

Workshop

Kostenlos, Anmeldung unter: kontakt@praxis-flierl.de
Für Familien und Senioren

Ort der Veranstaltung:

Online via MS Teams

Georg-Stefan-Str. 54

90453 Nürnberg

Tel.: 017676725936

Veranstalter: Praxis Flierl - Heilpraktikerin für
Psychotherapie - kognitive Verhaltenstherapeutin - EMDR
Trauma Therapeutin

14:30 – 16:00 Uhr **Schnupperkurs**

Stabilisierungsgruppe für gewaltbetroffene

Frauen: traumasensibel und körperorientiert

Workshop

Kostenlos

Anmeldung erforderlich

Ort der Veranstaltung:

frauenBeratung nürnberg

Lorenzer Platz 10

90402 Nürnberg

Tel.: 0911-284400

Veranstalter: frauenBeratung nürnberg

15:30 – 16:30 Uhr **Qi Gong im Lochnerpark**

Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Lochnerpark - Schweinau

Eingang über Hintere Marktstraße

90441 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

16:00 – 18:00 Uhr **Freude teilen, Gesundheit
stärken**

Geselliges

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Pfarrrei HL. Edith Stein, - Pfarrsaal Zum Guten Hirten

Namlauerstr. 9

90473 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

17:00 – 19:00 Uhr **Forum Selbsthilfe**

Gespräch | Diskussion | Vortrag

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Kiss Nürnberg-Fürth

Am Plärrer 15

90443 Nürnberg

Tel.: 0911 234 94 49

Veranstalter: Kiss Nürnberg-Fürth

17:00 – 18:30 Uhr **HörMomente - Schwerhörigkeit,
Demenz und Depression im Alter**

Workshop

Kostenlos, Anmeldung unter:

julia.herold@elkb.de oder 0911/5072-4402

Für Familien und Senioren, Induktive Hörverstärkung

Ort der Veranstaltung:

Schwerhörigenseelsorge der Evang.-Luth. Kirche in
Bayern

Egidienplatz 33

90403 Nürnberg

Veranstalter: Schwerhörigenseelsorge der Evang. – Luth.
Kirche in Bayern

17:30 – 18:30 Uhr **Qi Gong am Ludwigskanal**
Workshop

Kostenlos und ohne Anmeldung

Ort der Veranstaltung:

Am Ludwigskanal - am zugeschütteten Kanal
gegenüber Finkenbrunn 56
90469 Nürnberg

Veranstalter: Gesundheitsamt der Stadt Nürnberg

18:30 – 20:00 Uhr **Locker mit AfroDance**
Workshop

Kosten: 10 €. Anmeldung erforderlich

Ort der Veranstaltung:

FMGZ - Frauen & Mädchen Gesundheitszentrum
Nürnberg
Fürther Str. 154, Rückgebäude
90429 Nürnberg
Tel.: 0911 328262

Veranstalter: FMGZ - Frauen & Mädchen
Gesundheitszentrum Nürnberg e.V.