

Programmübersicht Aktionstag *Seelische Gesundheit*

4. April 2025, im MGH Ingelheim, Matthias-Grünwald-Straße 15

Markt der Möglichkeiten Erdgeschoss	Raum Empore 1. Obergeschoss	Lounge 1. Obergeschoss	Café Erdgeschoss
<p>16.00 bis 19.00 Uhr Markt der Möglichkeiten Informieren Sie sich bei Anbietern von Hilfs- und Unterstützungsangeboten, Selbsthilfegruppen und -organisationen.</p>	<p>16.30 bis ca. 17.30 Uhr Lachen für die Seele (Kosima Nagpal)</p> <p>18.00 bis ca. 19.00 Uhr Erste Hilfe bei Stress (Heike Welz)</p>		<p>16.00 bis 21.00 Uhr Speisen und Getränke Genießen Sie in entspannter Atmosphäre und tauschen Sie sich mit anderen aus.</p>
		<p>18.00 bis ca. 19.00 Uhr Musikalische Lesung aus „Papas Seele hat Schnupfen“ (Claudia Gliemann)</p> <p>19.30 bis ca. 21.00 Uhr Expedition Depression Filmabend</p>	